

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan.....	5
D. Manfaat Peneltian.....	5
BAB II TINJAUAN TEORI.....	7
A. Konsep Lansia.....	7
B. Konsep Insomnia.....	9
C. Konsep Rendam Air Hangat	13
BAB III METODE PENELITIAN	17
A. Rancangan Penelitian	17
B. Subjek Penelitian.....	17
C. Definisi Operasional.....	18
D. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	19
E. Pengumpulan Data	19

F. Cara Pengolahan Data	21
G. Etika Penelitian	21
BAB IV HASIL PENERAPAN DAN PEMBAHASAN	23
A. Hasil	23
B. Pembahasan.....	26
C. Keterbatasan Penerapan	32
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	33
A. Kesimpulan	33
B. Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA.....	35
LAMPIRAN - LAMPIRAN	38

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 SOP Rendam Kaki Dengan Air Hangat	15
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	18
Tabel 4. 1 Hasil pengukuran sebelum dilakukan penerapan rendam kaki dengan air hangat	24
Tabel 4. 2 Hasil pengukuran sesudah dilakukan penerapan rendam kaki dengan air hangat	25
Tabel 4. 3 Perkembangan nilai skor <i>PSQI</i> sebelum dan sesudah dilakukan penerapan rendam kaki dengan air hangat	25
Tabel 4. 4 Perbandingan hasil akhir antara 2 responden	26

...

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Jadwal Kegiatan.....	39
Lampiran 1. 2 Surat Izin Penelitian.....	40
Lampiran 1. 3 Informasi dan Pernyataan Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	45
Lampiran 1. 4 Dokumentasi Penerapan	47
Lampiran 1. 5 Daftar Hadir Responden	54
Lampiran 1. 6 Daftar Riwayat Hidup.....	55
Lampiran 1. 7 Lembar Konsultasi.....	56

DAFTAR SINGKATAN

BPS	Badan Pusat Statistik
KEMENKES RI	Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
<i>PSQI</i>	<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
SOP	Standar Operasional Prosedur
<i>WHO</i>	<i>World Health Organization</i>