

DAFTAR ISI

Halaman

SAMPUL DEPAN.....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PRASYARAT GELAR.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
PENGESAHAN PENGUJI	vii
PRAKATA.....	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Landasan Teori	7
1. Pemberian <i>Massage</i>	7
a. Definisi <i>Massage</i>	7
b. Teknik-Teknik <i>Massage</i> Punggung	8
c. Dosis <i>Massage</i>	8
d. Manfaat <i>Massage</i>	9
2. <i>Insomnia</i>	9
a. Definisi <i>Insomnia</i>	9
b. Gejala-Gejala <i>Insomnia</i>	11
c. Terapi <i>Inosmnia</i>	12
d. <i>Insomnia</i> pada Lansia.....	13

e. Alat Ukur Insomnia.....	13
3. Lansia	16
a. Definisi Lansia	16
b. Batasan Lansia.....	16
c. Perubahan Fisik pada Lansia.....	17
d. Perubahan Kognitif pada Lansia	21
B. Kerangka Teori.....	24
C. Kerangka Konsep	25
D. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	26
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
C. Populasi dan Sampel	26
D. Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional	28
E. Instrumen Penelitian.....	29
F. Teknik Pengumpulan Data	29
G. Teknik Analisis Data	30
H. Jalannya Penelitian	32
I. Etika Penelitian Fisioterapi	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian	34
B. Pembahasan.....	39
C. Keterbatasan Penelitian.....	42
BAB V PENUTUP.....	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran	43

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	25
Gambar 2.2 Kerangka Konseptual.....	26

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Insomnia Rating Scale	14
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian.....	27
Tabel 3.2 Defisini Operasional	29
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	36
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	36
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	37
Tabel 4.4 Nilai <i>Insomnia Rating Scale</i> sebelum penelitian	38
Tabel 4.5 Nilai <i>Insomnia Rating Scale</i> sesudah penelitian.....	38
Tabel 4.6 Uji <i>Wilcoxon</i>	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 2	Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
Lampiran 3	Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan
Lampiran 4	Surat Permohonan Ijin Penelitian
Lampiran 5	Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian
Lampiran 6	Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 7	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 8	Lembar Penilaian <i>Insomnia Rating Scale</i>
Lampiran 9	Lembar Penyaringan Responden
Lampiran 10	Hasil Olah Data
Lampiran 11	Data Penelitian
Lampiran 12	Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

DIMS	: <i>Disorder of Initiating and Maintening Sleep</i>
KSPBJ-IRS	: <i>Kelompok Studi Psikologi Biologik Jakarta- Insomnia Rating Scale</i>
IRS	: <i>Insomnia Rating Scale</i>
NIH	: <i>National Institut of Health</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
SPSS	: <i>Statistic Product and Service Solution</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR ISTILAH/SIMBOL

<	Kurang Dari
>	Lebih Dari
=	Sama Dengan
%	Persen
O ₁	<i>Pre test</i> Pertama
O ₂	<i>Post test</i> Pertama
X	Perlakuan <i>Kinesiotapping</i>
T	Banyak Kelompok Perlakuan
r	Perkiraan Sampel
no	Jumlah Sampel Akhir