

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
PRASYARAT GELAR	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KTI.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
PENGESAHAN PENGUJI.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH	3
C. TUJUAN PENELITIAN	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
D. MANFAAT PENELITIAN.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. LANDASAN TEORI	5
1. Pengertian Insomnia	5
2. Penyebab Insomnia	5
3. Tanda-tanda Insomnia	8
4. Kerugian Insomnia	9
B. KERANGKA TEORI	10
C. KERANGKA KONSEP	14

BAB III METODE PENELITIAN

A. JENIS DAN RANCANGAN PENELITIAN	17
B. SUBYEK PENELITIAN	17
C. DEFINISI OPERASIONAL	18
D. TEMPAT DAN WAKTU	19
E. PENGUMPULAN DATA	19
F. CARA PENGOLAHAN DATA	19
G. PENYAJIAN DATA	19

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

21

A. HASIL PENELITIAN	21
B. PEMBAHASAN	24
1. Hasil pengukuran sebelum dilakukan terapi	24
2. Hasil pengukuran setelah dilakukan terapi	26
3. Perbandingan hasil skala sebelum dan sesudah	27
C. KETERBATASAN	28

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

29

A. KESIMPULAN	29
B. SARAN	29