

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Lajut Usia	7
1. Pegertian Lanjut Usia	7
2. Aspek fisiologik dan patogenik	10
B. Tidur	14
1. Pengertian Tidur	14
2. Fisiologi Tidur	14
3. Tahapan Tidur Normal	16

4. Siklus Tidur	17
5. Fungsi Tidur	18
6. Kualitas Tidur	18
C. Hidroterapi.....	22
1. Pengertian	22
2. Manfaat hidroterapi kaki air hangat	22
3. Mekanisme Hidroterapi.....	23
D. Kerangka Teori.....	25
E. Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Kerangka Konsep.....	27
B. Variabel Penelitian.....	27
C. Jenis dan Desain Penelitian	27
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
1. Populasi	28
2. Sampel.....	28
E. Tempat dan Waktu Penelitian	29
F. Definisi Operasional dan istilah	30
G. Instrumen atau Alat pengumpulan data	30
1. Instrumen Penelitian	30
2. Uji Instrumen	31
H. Metode Pengumpulan Data	32
1. Tahapan pengumpulan data	32
2. Teknis Pelaksanaan	33
I. Rencana Analisa Data	34
1. Pengolahan Data	34

2. Analisa Data	35
J. Etika Penelitian.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	39
A. Karakteristik Responden	39
1. Usia	39
B. Analisa Univariat	40
1. Skor kualitas tidur sebelum dilakukan <i>hydrotherapy</i>	40
2. Skor kualitas tidur setelah dilakukan <i>hydrotherapy</i>	40
C. Uji Bivariat	40
BAB V PEMBAHASAN	43
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil	43
1. Karakteristik Responden	43
a. Usia.....	43
b. Jenis Kelamin.....	44
2. Kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan <i>hydrotherapy</i>	45
3. Pengaruh <i>hydrotherapy</i> terhadap kualitas tidur lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang	51
B. Keterbatasan Penelitian	58
C. Implikasi untuk keperawatan.....	58
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	61
A. Simpulan	61
B. Saran	61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Deinisasi operasional	30
Tabel 4.1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang tahun 2019 (n=20).....	39
Tabel 4.2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang tahun 2019 (n=20)	39
Tabel 4.3. Pengukuran frekuensi kualitas tidur sebelum dilakukan hydrotherapy (n=20)	40
Tabel 4.4. Pengukuran frekuensi kualitas tidur setelah dilakukan hydrotherapy (n=20)	40
Tabel 4.5. Hasil uji normalitas data	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Skema kerangka teori.....	25
Gambar 3.1. Skema kerangka konsep.....	27
Gambar 3.2. Desain Penelitian	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin survei pendahuluan
- Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin survei pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Keterangan telah melaksanakan penelitian
- Lampiran 5. Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 6. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Instrumen Penelitian
- Lampiran 9. Analisis Data Penelitian
- Lampiran 10. Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 11. Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup