

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Teori.....	5
1. Lansia.....	5
a. Pengertian	5
b. Batasan lanjut usia.....	5
c. Klasifikasi Lansia	5
d. Karakteristik Lansia	6
e. Tipe Lansia	7
B. Gangguan Pola Tidur.....	8
1. Pengertian	8
2. Fisiologi tidur.....	9
3. Tahapan siklus tidur.....	9
4. Fungsi tidur	10
5. Gangguan pola tidur.....	11
6. Pola dan kebutuhan tidur lansia	12

7. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola tidur	13
8. Pittsburgh Sleep Quality Index PSQI	14
C. Stres.....	16
1. Pengertian	16
2. Sumber stres.....	17
3. Reaksi tubuh terhadap stres	18
4. Jenis-jenis stres	19
5. Tingkatan stres.....	21
6. Depression Anxiety Stres Scale (DASS)	22
D. Mekanisme hubungan antara tingkat stres dengan gangguan pola tidur.....	23
E. Kerangka Teori	26
F. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Kerangka Konsep.....	28
B. Variabel Penelitian.....	28
C. Jenis dan Desain Penelitian.....	29
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
F. Definisi Operasional	32
G. Instrumen/Alat Pengambilan Data.....	33
H. Metode Pengumpulan Data.....	36
I. Rencana Analisa Data.....	37
J. Etika Penelitian	39
BAB IV HASIL PENELITIAN	41
A. Analisa Univariat	41
B. Analisa Bivariat	42
BAB V PEMBAHASAN	44
A. Karakteristik Responden.....	44
B. Tingkat Stres Pada Lansia.....	46
C. Gangguan Pola Tidur	47

D. Hubungan Kedua Variabel.....	48
E. Keterbatasan Penelitian.....	49
F. Implikasi Keperawatan	50
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53