

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan teori	7
1. Penyakit Ginjal Kronik.....	7
a. Pengertian Penyakit Ginjal Kronik.....	7
b. Klasifikasi.....	7

c.	Etiologi	8
d.	Tanda dan gejala.....	9
e.	Patofisiologi	9
f.	Penatalaksanaan	10
2.	Hemodialisis.....	11
a.	Pengertian Hemodialisis.....	11
b.	Tujuan Hemodialisis	11
c.	Prinsip Hemodialisis	11
d.	Komplikasi Hemodialisis	13
3.	Tidur	16
a.	Definisi Tidur	16
b.	Gangguan Tidur.....	16
3.	Insomnia	20
a.	Definisi Insomnia	20
b.	Klasifikasi Insomnia.....	20
c.	Etiologi Insomnia	22
d.	Manifestasi Klinik Insomnia	23
e.	Penatalaksanaan Insomnia.....	25
f.	Insomnia pada pasien PGK yang menjalani Hemodialisis.....	29
g.	Penilaian Insomnia	30
h.	Peran Perawat Hemodialisa terhadap Penatalaksanaan Insomnia.....	35

4.	<i>Progressive Muscle Relaxation</i>	36
a.	Pengertian <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	36
b.	Tujuan terapi <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	36
c.	Indikasi terapi <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	37
d.	Kontra indikasi terapi <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	37
e.	Manfaat <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	37
f.	Prinsip kerja <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	38
g.	Prosedur terapi <i>Progressive Muscle Relaxation</i>	39
h.	Pengaruh <i>Progressive Muscle Relaxation Training</i> terhadap Insomnia	45
B.	Kerangka teori.....	46
C.	Hipotesis.....	47
BAB III METODE PENELITIAN.....		48
A.	Kerangka Konsep	48
B.	Variabel Penelitian.....	48
C.	Jenis dan Desain Penelitian.....	49
D.	Populasi dan Sampel Penelitian	49
E.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	52
F.	Definisi Operasional	52
G.	Instrumen / Alat Pengumpulan Data	53
1.	Alat Pengumpulan Data.....	53
2.	Uji Instrumen Penelitian.....	53

H. Metode Pengumpulan Data.....	54
1. Jenis Pengumpulan data	54
2. Prosedur Pengumpulan Data	54
I. Analisa Data	58
1. Pengolahan Data.....	58
2. Analisa Data	59
J. Etika Penelitian.....	60
BAB IV HASIL PENELITIAN	62
A. Analisa Univariat.....	62
1. Karakteristik Responden	62
2. Gambaran Setiap Variabel.....	67
B. Analisa Bivariat	68
BAB V PEMBAHASAN	70
A. Analisis Univariat.....	70
1. Karakteristik Responden	70
2. Gambaran Perubahan Tingkat Insomnia	77
B. Analisis Bivariat	78
1. Perbedaan Tingkat Insomnia sebelum dan sesudah Perlakuan	78
2. Pengaruh <i>Progressive Muscle Relaxation Training</i> terhadap Insomnia	79
C. Keterbatasan Penelitian.....	81
D. Implikasi untuk Keperawatan.....	82

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	84
A. Simpulan.....	84
B. Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.	Klasifikasi PGK berdasarkan derajat penyakit	8
Tabel 2.2.	Klasifikasi PGK berdasarkan derajat etiologi.....	8
Tabel 2. 3.	Tanda dan gejala PGK	9
Tabel 2. 4.	Rencana tatalaksana PGK sesuai derajatnya	10
Tabel 3.1	Definisi Operasional	52
Tabel 4. 1	Distribusi frekuensi responden yang menjalani hemodialisis berdasarkan karakteristik usia di RSUD Ungaran tahun 2016 (N=28).....	62
Tabel 4. 2.	Distribusi frekuensi responden yang menjalani hemodialisis berdasarkan karakteristik jenis kelamin di RSUD Ungaran tahun 2016 (N=28).....	63
Tabel 4. 3.	Distribusi frekuensi responden yang menjalani hemodialisis berdasarkan karakteristik pendidikan di RSUD Ungaran tahun 2016 (N=28).....	63
Tabel 4. 4.	Distribusi frekuensi responden yang menjalani hemodialisis berdasarkan karakteristik pekerjaan di RSUD Ungaran tahun 2016 (N=28).....	64
Tabel 4. 5.	Distribusi frekuensi responden yang menjalani hemodialisis berdasarkan karakteristik Status Perkawinan di RSUD Ungaran tahun 2016 (N=28).....	64

Tabel 4. 6.	Distribusi frekuensi responden yang menjalani hemodialisis berdasarkan karakteristik Penyakit penyerta di RSUD Ungaran tahun 2016 (N=28).....	65
Tabel 4. 7.	Distribusi frekuensi responden yang menjalani hemodialisis berdasarkan karakteristik Lama Hemodialisa di RSUD Ungaran tahun 2016 (N=28).....	65
Tabel 4. 8.	Statistik distribusi frekuensi tingkat insomnia responden sebelum diberikan progressive muscle relaxation training di RSUD Ungaran (N=28)	66
Tabel 4. 9.	Statistik distribusi frekuensi insomnia responden sesudah diberikan progressive muscle relaxation training di RSUD Ungaran (N=28).....	66
Tabel 4. 10.	Pengaruh <i>progressive muscle relaxation training</i> terhadap insomnia pasien penyakit ginjal kronik (PGK) yang menjalani hemodialisis di unit hemodialisa di RSUD Ungaran (N=28)	67
Tabel 4. 11.	Pengaruh <i>progressive muscle relaxation training</i> terhadap Insomnia pasien penyakit ginjal kronik (PGK) yang menjalani hemodialisis di unit hemodialisa di RSUD Ungaran (N=28)	67
Tabel 4. 12.	Uji Normalitas Tingkat Insomnia Sebelum dan Sesudah diberikan Progressive Muscle Relaxation Training.....	68
Tabel 4. 13.	Distribusi uji <i>Wilcoxon</i> tingkat insomnia sebelum dan sesudah diberikan progressive muscle relaxation training di RSUD Ungaran 2016 (N=28).....	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	46
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Survey Pendahuluan

Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Penelitian

Lampiran 3. Surat Keterangan Lolos Uji Etik

Lampiran 4. Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 6. Kuesioner Data Demografi

Lampiran 7. *KSPBJ-Insomnia Rating Scale*

Lampiran 8. Prosedur Pelaksanaan

Lampiran 9. Lembar Aspek Penilaian

Lampiran 10. Tabulasi Data

Lampiran 11. Hasil Olah Data Penelitian

Lampiran 12. Lembar Konsultasi

Lampiran 13. Jadwal Penelitian

Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup