

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	II
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	III
PRAKATA.....	IV
HALAMAN PERSEMBAHAN	V
DAFTAR ISI.....	VI
DAFTAR TABEL.....	VIII
DAFTAR LAMPIRAN.....	IX
INTISARI.....	X
ABSTRACT.....	XI
BAB I. PENDAHULUAN	12
A. Latar Belakang Masalah	12
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	15
C. Tujuan Penelitian	16
D. Manfaat Penelitian	16
E. Keaslian Penelitian	18
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	20
A. Tinjauan Teori	20
a. Lansia	20
b. Tidur pada Lansia.....	24
c. Manajemen Tidur	36
d. Terapi Tertawa	39
B. Landasan Teori	44
C. Kerangka Teori	48
D. Kerangka Penelitian.....	49
E. Hipotesis Penelitian	49
BAB III. METODE PENELITIAN.....	50
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	51
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	51
D. Variabel Penelitian.....	53
E. Definisi Operasional	54

F. Instrumen Penelitian	55
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	55
H. Teknik Pengumpulan Data	57
I. Jalannya Penelitian	58
J. Etika Penelitian.....	61
K. Analisis Data.....	63
L. Hambatan dan Keterbatasan Penelitian	65
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	67
A. Hasil Penelitian.....	67
B. Pembahasan	71
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran	78
Daftar Pustaka	79
Lampiran 1. Jadwal Penelitian	102
Lampiran 2. Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)	103
A. Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)	103
B. Cara Mengukur Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)	106
Lampiran 3. Prosedur Terapi Tertawa	111
A. Persiapan (10 menit).....	111
B. Pelaksanaan (25-40 menit)	111
Lampiran 4. Surat Izin Etik.....	114
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	115
Lampiran 6. Surat Izin Dinas Sosial DIY	116