

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
DAFTAR SINGKATAN	xi
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Pertanyaan Penelitian.....	4
D. Tujuan Penelitian.....	4
E. Manfaat Penelitian	4
F. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Pengertian Lanjut Usia	6
1. Proses menua	6
2. Arti dan batasan lanjut usia.....	7
B. Tidur.....	8
1. Definisi dan arsitektur tidur	8
2. Fisiologi tidur.....	11
3. Regulasi tidur-bangun.....	12
4. Tidur pada lansia.....	15
5. Kualitas tidur pada lansia.....	17

6. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada lansia	19
7. Alat ukur kualitas tidur	26
C. Kekuatan Otot pada Lansia.....	28
D. Kualitas Tidur dengan Kekuatan Otot pada Lansia.....	32
E. Tes Kekuatan Genggaman Tangan	36
1. Kegunaan tes kekuatan genggaman tangan	37
2. Alat dan prosedur tes kekuatan genggaman tangan.....	39
F. Posyandu Lansia.....	43
1. Pengertian posyandu lansia.....	43
2. Tujuan penyelenggaraan posyandu lansia	44
3. Mekanisme pelayanan posyandu lansia	45
G. Kerangka Teori.....	47
H. Kerangka Konsep	48
I. Hipotesis.....	48
BAB III. METODE PENELITIAN.....	49
A. Desain Penelitian	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	49
C. Populasi Penelitian.....	49
D. Subjek Penelitian	49
E. Besar Sampel Penelitian.....	50
F. Jalannya Penelitian.....	51
G. Variabel Penelitian	53
H. Definisi Operasional.....	53
I. Analisis Statistik.....	61
J. Pertimbangan Etik.....	62
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	63
A. Hasil Penelitian.....	63

1. Karakteristik dasar penelitian	63
2. Analisis bivariat	65
3. Analisis multivariat.....	70
B. Pembahasan	71
1. Karakteristik subjek penelitian	71
2. Analisis Bivariat	73
3. Analisis multivariat.....	76
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	79
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN PENELITIAN.....	86