DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN i
SAMPUL DALAM ii
PERNYATAAN KEASLIAN iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING v
PENGESAHAN PENGUJI vi
KATA PENGANTAR vii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
DAFTAR SINGKATAN xiv
ABSTRAK xv
ABSTRACT xvi
BAB I 1
A Latar Belakang 1
B Rumusan Masalah 4
C Tujuan 4
D Manfaat 5
BAB II 6
A Konsep Lansia 6
1. Definisi Lansia 6
2. Batasan Lansia 7
3. Tipe-Tipe Lansia 7
4. Proses Menua (Aging Process) 8
5. Perubahan Akibat Proses Menua 8
6. Teori Teori Proses Menua 9
B Konsep Insomnia Pada Lansia 10
1. Definisi 10
2. Etiologi 11
3. Patofisiologi 11
4. Manfestasi Klinis 12
5. Penanganan 12
6. Instrumen Pemeriksaan 13
C Konsep *Guided Imagery* 14
1. Definisi *Guided Imagery* 14
2. Manfaat *Guided Imagery* 15
3. Tipe-Tipe *Guided Imagery* 16
4. Indikasi *Guided Imagery* 16
5. Kontraindikasi *Guided Imagery* 17
6. Penatalaksanaan *Guided Imagery* 17
7. Pedoman pelaksanaan *Guided Imagery* 17
D Konsep Terapi Murotal Al Quran 18
1. Definisi Terapi Murotal Al Quran 18
2. Manfaat Terapi Murotal Al Quran 19

3. Tipe-Tipe Terapi Murotal Al Quran 20
4. Indikasi Terapi Murotal Al Quran.....20
5. Kontraindikasi Terapi Murotal Al Quran 21
6. Penatalaksanaan Terapi Murotal Al Quran 21
7. Pedoman pelaksanaan Terapi Murotal Al Quran 22
BAB III 23
A Rancangan Penelitian 23
B Subjek Penelitian 23
C Definisi Operasional 24
D Tempat dan Waktu Penelitian 24
E Pengumpulan Data 25
F Cara Pengolahan Data 26
G Etika Penelitian 26
BAB IV 28
A Hasil 28
B Pembahasan 31
C Keterbatasan Penelitian 35
BAB V 36
A Kesimpulan 36
B Saran 36
DAFTAR PUSTAKA 38
DAFTAR LAMPIRAN 42

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional 24
Tabel 3.2 Waktu Kegiatan.....25
Tabel 4.1 Gambaran Kasus Karakteristik Responden…….....28
Tabel 4.2 Hasil Skor IRS Sebelum Dilakukan Guided Imagery dengan Kombinasi Terapi Murotal 29
Tabel 4.3 Hasil Skor IRS Sesudah Dilakukan Guided Imagery dengan Kombinasi Terapi Murotal 30
Tabel 4.4 Hasil Perkembangan dan Perbandingan Skor IRS Sebelum dan Sesudah Penerapan Guided Imagery dengan Kombinasi Terapi Murotal pada Ny. M dan Ny. P 30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 2. Jadwal Kegiatan
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian
Lampiran 4. Informasi dan Pernyataan Persetujuan *(Informerd Consent)*
Lampiran 5. Instrumen
Lampiran 6. Dokumentasi Pelaksanaan
Lampiran 7. Lembar Konsultasi (Minimal 12 kali pertemuan sebelum ujian akhir)
Lampiran 8. Lembar Revisi Setelah Ujian

DAFTAR SINGKATAN

AIS	Athens Insomnia Scale
BHSP	Bina Hubungan Saling Percaya
BPS	Badan Pusat Statistik
CBT-I	Cognitive Behavior Therapy for Insomnia
IRS	Insomnia Rating Scale
IRT	Ibu Rumah Tangga
ISI	Insomnia Scale Index
WHO	World Health Organization