

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv

### BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah. ....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Lansia .....	7
2.1.1 Pengertian Lanjut Usia.....	7
2.1.2 Klasifikasi Lansia.....	8
2.1.3 Karakteristik Lansia .....	8
2.1.4 Tipe Lanjut Usia.....	9
2.1.5 Perubahan Pada Lansia .....	10
2.2 Konsep Insomnia.....	14
2.2.1 Pengertian Insomnia.....	15
2.2.2 Klasifikasi Insomnia.....	12
2.2.3 Penyebab Insomnia .....	16
2.2.4 Gejala Insomnia .....	19
2.2.5 Dampak Insomnia .....	21

2.2.6 Alat Ukur Insomnia.....	21
2.2.7 Penanganan Insomnia.....	22
2.3 Konsep Rendam Kaki.....	23
2.3.1 Pengertian Rendam Kaki.....	23
2.3.2 Rendam Kaki Menurunkan Insomnia .....	23
2.4 Kerangka Berpikir .....	24
2.5 Peran Perawat dalam Mengatasi Insomnia.....	25

### **BAB III METODEDE STUDI KASUS**

3.1 Desain Penelitian.....	27
3.2 Subyek Penelitian .....	28
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
3.4 Fokus Studi.....	29
3.5 Definisi Operasional.....	29
3.6 Pengumpulan Data .....	31
3.7 Teknik Pengolahan dan Analisa Data .....	33
3.8 Penyajian Data.....	34
3.9 Etika Penelitian .....	34

### **BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN**

4.1 Hasil Studi Kasus .....	36
4.1.1 Gambaran Umum Tempat Studi Kasus.....	36
4.1.2 Gambaran Umum Subjek Peneliti.....	37
4.1.3 Data Fokus .....	38
4.3.1.1 Insomnia Pada Lansia Sebelum Diberikan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat.....	38
4.1.3.2 Insomnia Pada Lansia Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat.....	40
4.1.3.3 Perbedaan Insomnia Pada Lansia antara Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat...	41
4.2 Pembahasan .....	43

4.2.1 Insomnia Pada Lansia Sebelum Diberikan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat.....	43
4.2.2 Insomnia Pada Lansia Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat.....	47
4.2.3 Gambaran Perbedaan Insomnia Pada Lansia antara Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat ....	50

## **BAB V PENUTUP**

5.1 Kesimpulan.....	53
5.2 Saran.....	54
5.2.1 Bagi Subjek Penelitian .....	54
5.2.2 Bagi Institusi Keperawatan .....	55
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	55

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>56</b>
----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>59</b>
--------------------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 KSPJB-IRS (Kelompok Studi Psikiatri Biologi Jakarta).....	21
Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian Perubahan Insomnia Pada Lansia Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat .....	29

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Grafik Hasil Perubahan Insomnia Pada Lansia Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat .....	50
---	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Lembar POA (Plan Of Action) .....	59
Lampiran 2 Lembar Perizinan Studi Pendahuluan.....	60
Lampiran 3 Lembar Perizinan Pengambilan Data .....	62
Lampiran 4 Lembar Telah Melakukan Pengambilan Data .....	64
Lampiran 5 Lembar Persetujuan menjadi Responden.....	65
Lampiran 6 Lembar Kuisisioner Wawancara Pada Lansia Insomnia .....	67
Lampiran 7 Lembar KSPJB-IRS .....	68
Lampiran 8 Lembar SOP Rendam Kaki dengan Air Hangat .....	69
Lampiran 9 Lembar Hasil Kuisisioner Wawancara Subjek 1 dan 2 .....	70
Lampiran 10 Lembar Hasil KSPJB-IRS Subjek 1 dan 2.....	74
Lampiran 11 Lembar Bimbingan Karya Tulis .....	92