

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING TUGAS AKHIR.....	
LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI TUGAS AKHIR.....	
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	
KATA PENGANTAR.....	
DAFTAR BAGAN.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 LATAR BELAKANG.....	1
1.2 RUMUSAN MASALAH.....	2
1.3 PERTANYAAN PENELITIAN.....	4
1.4 TUJUAN PENELITIAN.....	4
1.4.1 TUJUAN UMUM.....	4
1.4.2 TUJUAN KHUSUS.....	4
1.5 MANFAAT PENELITIAN.....	4
1.5.1 MANFAAT AKADEMIK.....	4
1.5.2 MAANFAT PRAKTIS.....	4
BAB 2.....	5
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 TIDUR.....	5
2.1.1 DEFINISI DAN STRUKTUR.....	5
2.1.2 FISIOLOGI NORMAL.....	6
2.2 KUALITAS TIDUR.....	7
2.2.1 DEFINISI.....	7
2.2.2 PENILAIAN KUALITAS TIDUR.....	7
2.3 KUALITAS TIDUR BURUK.....	8
2.3.1 DEFINISI DAN PENILAIAN.....	8
2.3.2 PREVALENSI.....	9
2.3.3 ETIOLOGI.....	9
2.3.4 FAKTOR RISIKO.....	10
2.3.5 TANDA DAN GEJALA.....	12

2.3.6	PENGARUH KUALITAS TIDUR BURUK TERHADAP TUBUH	12
2.4	FUNGSI KOGNITIF	14
2.5	<i>MILD COGNITIVE IMPAIRMENT</i>	18
2.5.1	DEFINISI	18
2.5.2	PREVALENSI.....	18
2.5.3	ETIOLOGI.....	19
2.5.4	FAKTOR RISIKO	19
2.5.5	TANDA DAN GEJALA.....	21
2.6	ANATOMI TIDUR DAN KOGNISI.....	21
2.6.1	ANATOMI OTAK SECARA MENYELURUH	21
2.6.2	KORTEKS SEREBRI DAN AREA ASOSIASI.....	23
2.6.3	SISTEM LIMBIK.....	25
2.7	EFEK GANGGUAN TIDUR PADA KOGNITIF.....	26
2.8	PROSES PENUAAN DARI SEGI KOGNITIF	27
2.9	PROSES PENUAAN DARI SEGI TIDUR	28
2.10	FAKTOR LAIN YANG MEMPENGARUHI FUNGSI KOGNITIF	29
2.10.1	JENIS-JENIS OBAT	29
2.10.2	JENIS-JENIS GANGGUAN MENTAL.....	32
2.10.3	JENIS-JENIS PENYAKIT SISTEM SARAF PUSAT.....	34
2.11	MMSE.....	40
2.11.1	DEFINISI.....	40
2.11.2	PENILAIAN.....	40
2.11.3	LIMITASI.....	41
2.12	PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX.....	41
2.12.1	DEFINISI	41
2.12.2	PENILAIAN.....	41
2.12.3	LIMITASI.....	41
BAB III.....		42
KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS.....		42
3.1	KERANGKA TEORI.....	42
3.2	KERANGKA KONSEP	43
3.3	HIPOTESIS.....	43
3.3.1	HIPOTESIS NULL.....	43

3.3.2 HIPOTESIS KERJA	43
3.4 VARIABEL	43
3.5 DEFINISI OPERASIONAL.....	43
BAB IV	48
METODE PENELITIAN.....	48
4.1 DESAIN PENELITIAN.....	48
4.2 LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN	48
4.3 BAHAN DAN CARA PENELITIAN	48
4.3.1 BAHAN PENELITIAN.....	48
4.3.2 CARA PENELITIAN	48
4.4 POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN.....	49
4.4.1 POPULASI PENELITIAN	49
4.4.2 SAMPEL PENELITIAN	49
4.5 CARA PENGAMBILAN SAMPEL	49
4.6 BESAR SAMPEL	49
4.7 KRITERIA INKLUSI DAN EKSLUSI PENELITIAN	50
4.7.1 KRITERIA INKLUSI.....	50
4.7.2 KRITERIA EKSLUSI	50
4.8 ALUR PENELITIAN	51
4.9 PENGOLAHAN DATA.....	51
4.10 UJI STATISTIK.....	52
4.11 <i>DUMMY TABLE</i>	52
4.12 ETIKA PENELITIAN.....	54
4.13 DANA PENELITIAN	54
4.14 JADWAL PENELITIAN	54
BAB V.....	55
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	55
5.1 ALUR PENELITIAN	55
5.2 PENGOLAHAN DATA PENELITIAN	57
5.2.1 PEROLEHAN DATA PENELITIAN	57
5.2.2 HASIL DATA DEMOGRAFIK PENELITIAN	58
5.3 PENGHITUNGAN DATA PENELITIAN.....	60
5.3.1 HASIL HITUNG STATISTIK.....	60

5.3.1.1	STATISTIK DESKRIPTIF	60
5.3.1.1.1	NILAI KUALITAS TIDUR	60
5.3.1.2	NILAI FUNGSI KOGNITIF	63
5.3.2	UJI NORMALITAS.....	63
5.3.3	HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF	66
5.4	PEMBAHASAN.....	67
5.4.1	KARAKTERISTIK RESPONDEN.....	67
5.4.2	NILAI KUALITAS TIDUR.....	69
5.4.3	NILAI FUNGSI KOGNITIF	70
5.4.4	UJI NORMALITAS.....	70
5.4.5	HASIL HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN FUNGSI KOGNITIF	71
5.4.6	KELEBIHAN PENELITIAN	72
5.4.7	KETERBATASAN PENELITIAN.....	73
BAB VI	74
	KESIMPULAN DAN SARAN	74
6.1	KESIMPULAN	74
6.2	SARAN	74
DAFTAR PUSTAKA	75
	Lampiran A: Lembar keterangan	77
	Lampiran B: Informed consent	78
	Lampiran C: Kuesioner penelitian	79

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka teori.....	42
Bagan 3.2 Kerangka konsep.....	43
Bagan 3.3 Diagram alur penelitian.....	50
Bagan 3.4 Diagram alur penelitian dan pengolahan data.....	65
Bagan 3.5 Alur Pemilahan Responden sebagai Data Penelitian.....	66
Bagan 5.1 Grafik <i>bar chart</i> umum responden.....	68
Bagan 5.2 Grafik <i>bar chart</i> kualitas tidur responden.....	74
Bagan 5.3 Grafik <i>bar chart</i> fungsi kognitif responden.....	75



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Jumlah tidur yang dibutuhkan setiap kelompok umur.....	5
Tabel 4.1 Tabel <i>dummy</i> untuk data penelitian.....	52
Tabel 4.2 Tabel <i>dummy</i> untuk analisis data.....	52
Tabel 4.3 Tabel <i>dummy</i> untuk analisis data dalam bentuk kategorik.....	52
Tabel 4.4 Dana penelitian.....	54
Tabel 4.5 Jadwal penelitian.....	55
Tabel 5.1 Hasil Data Demografik Sampel Penelitian.....	59
Tabel 5.2 Distribusi Nilai Kualitas Tidur.....	62
Tabel 5.3 Distribusi Komponen Kualitas Tidur.....	63
Tabel 5.4 Hasil Data Kualitas Tidur.....	63
Tabel 5.5 Distribusi Nilai Fungsi Kognitif.....	64
Tabel 5.6 Hasil Uji Normalitas Data Responden.....	65
Tabel 5.7 Hasil Uji Homogenitas Varians Data Responden.....	66
Tabel 5.8 Hasil Uji Normalitas Data Responden.....	68
Tabel 5.9 Analisis Bivariate Hasil Data Penelitian.....	68