

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Sampul Depan.....	i
Halaman Sampul Dalam	ii
Lembar Persetujuan.....	iii
Lembar Pengesahan	iv
Surat Pernyataan Orisinalitas	v
Kata Pengantar	vi
Motto dan Persembahan.....	viii
Abstrak.....	ix
<i>Asbtract</i>	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel	xv
Daftar Gambar.....	xvi
Daftar Lampiran	xvii
Daftar Singkatan dan Lambang.....	xviii
 BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Praktis	7
1.4.2 Manfaat Teoritis.....	8
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Teori Insomnia	9
2.1.1 Definisi Insomnia	9
2.1.2 Faktor Penyebab Insomnia	9
2.1.3 Tanda dan gejala.....	10
2.1.4 Manajemen Insomnia	10
2.1.5 Jenis-jenis Insomnia	11
2.1.6 Alat Ukur Insomnia	12

2.1.7 Dampak Berat Insomnia.....	13
2.2 Konsep Teori Kopi	13
2.2.1 Definisi Kopi.....	13
2.2.2 Jenis-jenis Kopi.....	14
2.2.3 Kandungan Kopi	15
2.2.4 Konsumsi Kopi	16
2.2.5 Mitos dalam Secangkir Kopi.....	17
2.2.6 Manfaat Kopi	18
2.2.7 Dampak Konsumsi Kopi.....	19
2.3 Konsep Teori Lansia.....	19
2.3.1 Definisi Lansia	19
2.3.2 Klasifikasi Lansia.....	20
2.3.3 Perubahan Fisiologis dan Psikologis Penuaan	21
2.4 Kerangka Konseptual	26
2.5 Hipotesis Penelitian	27
2.6 Rujukan Penelitian.....	28

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	34
3.2 Populasi, Sampel, Besar Sampel, dan Teknik Sampling.....	34
3.2.1 Populasi.....	34
3.2.2 Sampel.....	35
3.2.3 Besar Sampel.....	35
3.2.4 Teknik Pengambilan Sampling	36
3.3 Kerangka Kerja.....	37
3.4 Identifikasi Variable dan Definisi Operasional	38
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	38
3.4.2 Definisi operasional Penelitian	38
3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41
3.5.1 Lokasi.....	41
3.5.2 Waktu penelitian	41
3.6 Instrumen Penelitian	41
3.7 Prosedur Pengambilan Data dan Pegumpulan Data	42
3.7.1 Prosedur Pengambilan Data.....	42
3.7.2 Teknik Pengumpulan Data.....	42

3.8	Cara Analisa Data.....	42
3.8.1	Editing.....	43
3.8.2	Coding.....	43
3.8.3	Tabulasi.....	44
3.8.4	Scoring.....	45
3.9	Etika Penelitian.....	45
3.9.1	Informed Consent.....	45
3.9.2	Anonimity (Tanpa Nama).....	46
3.9.3	Confidentialy (Kerahasiaan).....	46
BAB 4	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1	Hasil Penelitian.....	47
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	47
4.1.2	Data Khusus.....	48
4.2	Pembahasan	50
4.2.1	Karakteristik Lansia di Wilayah Puskesmas Wire Kabupaten Tuban.....	50
4.2.2	Konsumsi Kopi Pada Lansia di Wilayah Puskesmas Wire Kabupaten Tuban	50
4.2.3	Kejadian Insomnia Pada Lansia di Wilayah Puskesmas Wire Kabupaten Tuban	52
4.2.4	Hubungan Konsumsi Kopi Dan Kejadian Insomnia Pada Lansia di Wilayah Puskesmas Wire Kabupaten Tuban.....	52
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	53
BAB 5	KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1	Kesimpulan.....	54
5.2	Saran	55
5.2.1	Bagi Lansia.....	55
5.2.2	Bagi Puskesmas Wire.....	55
5.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN		