

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Peneliti.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Lansia.....	6
2.2 Konsep Stres Pada Lansia.....	7
2.3 Konsep <i>Brain Gym</i> .....	13
2.4 Pembaruan ( <i>Novelty</i> ).....	21
2.5 Kerangka Teori.....	25
2.6 Hipotesis.....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Kerangka Konsep.....	27
3.2 Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	28
3.3 Objek Penelitian.....	29
3.4 Tempat Dan Waktu Penelitian.....	29
3.5 Populasi Dan Sempel.....	29
3.6 Variabel Dan Definisi Oprasional.....	32
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.8 Proses Penelitian.....	34
3.9 Metode Pengumpulan Data.....	35
3.9 Teknik Pengolahan Data Dan Analisa Data.....	35
3.10 Etika Penelitian.....	37

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

4.1	Analisa Univariat.....	39
4.2	Analisa Bivariat.....	45

#### **BAB V PEMBAHASAN**

5.1	Karakteristik Responden.....	46
5.2	Analisa Pengaruh Senam Otak Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat.....	50
5.3	Keterbatasan Peneliti.....	51

#### **BAB VI PENUTUP**

6.1	Kesimpulan.....	52
6.2	Saran .....	52

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>54</b>
-----------------------------	-----------

#### **LAMPIRAN**