

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGATAR	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULISILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
BAB II TINJAUAN LITERATUR	5
2.1 Konsep Teori Terkait Penyakit/Topic/Issue Yang Diangkat	5
2.1.1 Konsep Lansia	5
2.1.2 Konsep Insomnia.....	13
2.1.3 Konsep Teknik Relaksasi Otot Progresif	23
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan	29
2.2.1 Pengkajian	29
2.2.2 Diagnosa Keperawatan.....	30
2.2.3 Intervensi Keperawatan.....	30
2.3 Kajian <i>Evidence Based Practice</i>	32
2.3.1 Matriks Tinjauan Literatur.....	32
2.3.2 <i>Narrative</i> Kesimpulan	34
2.3.3 Rencana Penerapan Intervensi.....	34
BAB III GAMBARAN KASUS	36
3.1 Karakteristik Klien	36
3.2 Gambaran Klien	36
3.2.1 Analisa Data	37
3.2.2 Diagnosa, Keperawatan	38
3.2.3 Intervensi Keperawatan	38

3.3. Terapi yang Diberikan	39
3.4 Penerapan EBP	39
BAB IV PEMBAHASAN.....	42
4.1 Pengkajian	42
4.2 Diagnosa Keperawatan.....	43
4.3 Intervensi Keperawatan.....	44
4.4 Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	45
BAB V KESIMPULAN DAN IMPLIKASI.....	47
5.1 Kesimpulan	47
5.2 Implikasi.....	47
5.2.1 Bagi WBS.....	47
5.2.2 Bagi Petugas Kesehatan	47
5.2.3 Bagi Pendidikan Keperawatan	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN I	51
LAMPIRAN II	56
LAMPIRAN III.....	57
LAMPIRAN IV.....	59
LAMPIRAN V	60
LAMPIRAN VI.....	61
LAMPIRAN VII	62

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Instrumen Insomnia Kuesioner <i>IRS (Insomnia Rating Scale)</i>	21
Tabel 2. Konsep Intervensi	30
Tabel 3. Matriks Tinjauan Literatur	32
Tabel 4. Hasil Nilai Pengkajian	34
Tabel 5. Perencanaan Penerapan.....	34
Tabel 6. Analisa Data.....	37
Tabel 7. Intervensi Keperawatan (berdasarkan SIKI dan SLKI 2018)	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gerakan ke 1 dan 2	25
Gambar 2. Gerakan ke 3	26
Gambar 3. Gerakan ke 4	26
Gambar 4. Gerakan ke 5,6,7 dan 8	27
Gambar 5. Gerakan ke 9, 10, 11, dan 12	28
Gambar 6. Gerakan ke 13 dan 14	28