

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kita panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Hatha Yoga Terhadap Penurunan Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Angkatan 2011 Universitas Tanjungpura Tahun 2014”**.

Skripsi ini, dimaksudkan untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana keperawatan program studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak. Penyelesaian proposal penelitian ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak dr. Bambang Sri Nugroho, Sp.PD selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
2. Bapak Suriadi, MSN, AWCS, Ph.D. selaku Ketua Prodi Studi Ilmu Keperawatan Universitas Tanjungpura.
3. Bapak Parjo, S.Kep, M.Kes selaku dosen pembimbing pertama.
4. Ibu Arina Nurfianti, S.Kep, Ners, M.Kep selaku dosen pembimbing kedua.
5. Ibu Yuyun Tafwidhah, SKM, M.Kep selaku dosen penguji pertama.
6. Ibu Ernawati, S.Kep, Ners, M. Kep selaku dosen penguji kedua.
7. Bapak M. Nur Hidayat, S. Kep, Ners selaku dosen Pembimbing Akademik
8. Kedua orangtua saya, yang selalu memberikan dukungan moril, materil, serta doa yang menguatkan.
9. Abang dan adik saya yang selalu memberi warna setiap hari
10. Miang, atas kehadirannya saya merasakan arti persahabatan
11. Teman – teman PSIK 2010 yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas semangat dan bantuan selama ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidak luput dari kekurangan, baik dari segi penyajian penulisan maupun materi. Untuk ini penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun. Akhir kata, penulis berharap agar desain ini bermanfaat bagi para pembaca.

Pontianak, Juli 2014

Penulis

ANISIA LESTARI

NIM. I31110046

UNIVERSITAS TANJUNGPURA