

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1	
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II	
LANDASAN TEORI	10
2.1 Konsep Remaja	10
2.1.1 Definisi Remaja	10
2.1.2 Pertumbuhan dan Perkembangan Masa Remaja Tengah .	10
2.2 Tidur	12
2.2.1 Definisi Tidur	12
2.2.2 Fisiologi Tidur	12
2.2.3 Tahapan Tidur	13

2.2.4	Fungsi Tidur	16	
2.2.5	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tidur Pada Remaja ...	16	
2.3	Gangguan Tidur	18	
2.3.1	Insomnia	18	
2.3.2	Hipersomnia	18	
2.3.3	Apnea Tidur	18	
2.3.4	Narkolepsi	18	
2.3.5	Parasomnia	18	
2.4	Perilaku Gangguan Tidur Pada Remaja	19	
2.5	Cara Mengatasi Gangguan Tidur	20	
2.6	Aromaterapi	21	
2.6.1	Definisi Aromaterapi	21	
2.6.2	Tehnik Pemberian Aromaterapi	22	
2.6.3	Manfaat Aromaterapi	22	
2.7	Dosis Pemberian Aromaterapi	22	
2.8	Waktu Pemberian Aromaterapi	23	
2.9	Indikasi Pemberian Aromaterapi	23	
2.10	Kontraindikasi Pemberian Aromaterapi	24	
2.11	Aromaterapi Melati	24	
2.11.1	Definisi Aromaterapi Melati dan Manfaatnya	24	
2.11.2	Kerja Ekstrak Melati Sebagai Media Relaksasi	25	
2.12	Kerangka Teori	27	
2.13	Hipotesis	27	
BAB III			
METODOLOGI PENELITIAN			28
3.1	Desain Penelitian	28	
3.2	Populasi dan Sampel	29	
3.2.1	Populasi	29	
3.2.2	Sampel	29	

3.3	Kriteria Sampel Penelitian	30	
3.3.1	Kriteria Inklusi	30	
3.3.2	Kriteria Eksklusi	30	
3.4	Kerangka Konsep	31	
3.5	Variabel Penelitian	31	
3.6	Definisi Operasional	31	
3.7	Tempat dan Waktu Penelitian	33	
3.7.1	Tempat Penelitian	33	
3.7.2	Waktu Penelitian	33	
3.8	Instrumen Penelitian	33	
3.8.1	Alat	33	
3.8.2	Prosedur Pemberian Aromaterapi Melati	34	
3.9	Uji Validitas dan Reliabilitas	34	
3.9.1	Uji Validitas	34	
3.9.2	Uji Reliabilitas	35	
3.10	Prosedur Pengumpulan Data	35	
3.11	Pengolahan Data	36	
3.12	Analisa Data	37	
3.12.1	Analisa Univariat	37	
3.12.2	Uji Bivariat	37	
3.13	Etika Penelitian	38	
BAB IV			
HASIL PENELITIAN			40
4.1	Gambaran Umum Hasil Penelitian	40	
4.2	Analisa Univariat	40	
4.3	Analisa Bivariat	46	
BAB V			
PEMBAHASAN			44
5.1	Pembahasan Hasil Penelitian	44	

5.2	Analisa Univariat	44
5.3	Analisa Bivariat	45
5.4	Keterbatasan Penelitian.....	47
5.5	Implikasi Keperawatan	48
BAB VI		
	KESIMPULAN DAN SARAN	49
	DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN		

UNIVERSITAS TANJUNGPURA