

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
RINGKASAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Tinjauan Umum Glukosa Darah	10
B. Tinjauan Umum Kualitas Tidur	16
C. Tinjauan Umum Usia lanjut	18
D. Tinjauan Umum Stress	24

E. Tinjauan Umum Indeks Massa Tubuh (IMT)	29
F. Tinjauan Umum Aktivitas Fisik	31
G. Tabel Sintesa.....	34
BAB III KERANGKA KONSEP	38
A. Dasar Pemikiran Variabel	38
B. Bagan Kerangka Konsep	39
C. Hipotesis	40
D. Definisi Operasional dan Kriteria Objektif	41
BAB IV METODE PENELITIAN	44
A. Jenis Penelitian	44
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	44
C. Populasi	44
D. Sampel dan Besar Sampel	44
E. Cara Pengambilan Sampel	45
F. Pengumpulan Data	46
G. Sumber Data.....	47
H. Pengelolaan dan Analisis Data	47
I. Penyajian Data.....	49
J. Langkah-langkah Penelitian	49
BAB V METODE PENELITIAN	50

A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan.....	62
BAB VI PENUTUP	75
A. Kesimpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA.....	78