

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRACT	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
1. Tujuan Umum.....	7
2. Tujuan Khusus.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Institusi Pendidikan	8
2. Institusi Pelayanan Kesehatan/Tempat Penelitian	8
3. Profesi Keperawatan	9
BAB II TINJAUAN TEORI.....	10
A. Remaja.....	10
1. Pengertian Remaja.....	10
2. Klasifikasi Remaja.....	11
3. Proses Masa Remaja.....	12

4. Karakteristik Remaja	15
B. Insomnia	18
1. Pengertian Insomnia	18
2. Penyebab Insomnia.....	19
3. Gejala Insomnia.....	21
4. Tipe Insomnia.....	22
5. Tahapan Tidur	23
6. Kerugian Insomnia	24
7. Pengukuran Insomnia	25
8. Penatalaksanaan Insomnia	26
C. <i>Aromaterhapy</i> Lavender.....	27
1. Pengertian Aromaterapi Lavender	27
2. Manfaat Aromaterapi Lavender.....	28
3. Indikasi Aromaterapi lavender	29
4. Kontraindikasi Aromaterapi Lavender	29
5. Penatalaksanaan Aromaterapi Lavender.....	29
D. Kerangka Teori.....	32
BAB III METODELOGI PENELITIAN	33
A. Rancangan Penelitian	33
B. Subjek Penelitian.....	33
C. Definisi Operasional.....	35
D. Instrument Penelitian.....	35
E. Tempat dan Waktu	36
F. Metode Pengumpulan Data	36
G. Analisa Data	39
H. Cara Pengolahan Data	39
I. Etika Penelitian	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	42
B. Gambaran Umum Responden	43
C. Hasil Pengukuran Insomnia	45
D. Penerapan Aromaterapi Lavender selama 2 minggu.....	47
E. Pembahasan.....	48
F. Keterbatasan Penelitian	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57

A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	47