

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Kosep Dasar Lansia	6
2.1.1 Pengertian Lansia	6
2.1.2. Klasifikasi Lansia.....	7
2.1.3. Karakteristik Lansia	7
2.1.4. Tipe-tipe Lansia	8
2.1.5. Masalah Yang Sering Muncul Pada Lansia	9
2.2. Konsep Dasar Kecemasan.....	9
2.2.1 Pengertian Kecemasan	9
2.2.2 Tanda-Tanda Kecemasan.....	10

2.2.3 Tingkat Kecemasan.....	12
2.2.4 Respon Kecemasan	13
2.2.5 Faktor-Faktor yang mempengaruhi kecemasan	15
2.2.6 Metode Pengukuran Kecemasan.....	16
2.2.7 Penatalaksanaan Kecemasan.....	18
2.3 Konsep dasar Relaksasi Autogenik.....	19
2.3.1 Pengertian Relaksasi Autogenik	19
2.3.2 Pengaruh Relaksasi Autogenik dalam Menurunkan Kecemasan	20
2.3.3 Penatalaksanaan Relaksasi Autogenik.....	20
2.4 Kerangka Teori	23
2.5 Penjelasan Kerangka Teori	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
3.1 Desain Penelitian.....	25
3.2 Subyek Penelitian.....	26
3.3 Tempat Dan Waktu Penelitian	26
3.4 Fokus Study Dan Definisi Operasional.....	27
3.5 Instrumen Penelitian Dan Langkah-Langkah Pengumpulan Data	30
3.6 Analisis Data	32
3.7 Etika Penelitian	33
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Gambaran Umum Sekitar Lingkungan Studi Kasus	35
4.2 Gambaran Umum Subyek Penelitian.....	36
4.2.1 Gambaran Umum Subyek I (Ny. I).....	37
4.2.2 Gambaran Umum Subyek II (Ny. D).....	38
4.3 Pemaparan Fokus Penelitian Studi Kasus	39
4.3.1 Tingkat kecemasan sebelum dilakukan	

relaksasi autogenik	39
4.3.2 Tingkat Kecemasan Setelah dilakukan Relaksasi Autogenik	46
4.4 Pembahasan.....	53
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB V PENUTUP	59
5.1 Kesimpulan	59
5.2 Saran.....	60
5.2.1 Bagi subyek studi kasus	60
5.2.2 Bagi Tempat Penelitian.....	60
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	60
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	