

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Penelitian Terkait	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	13
B. Kerangka Teori.....	40
C. Kerangka Konsep	41
D. Hipotesis.....	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	42
B. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	44
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	47
D. Variabel Penelitian	47
E. Definisi Operasional.....	48

F. Instrumen Penelitian.....	51
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	51
H. Teknik Pengumpulan Data.....	53
I. Pengolahan dan Metode Analisa Data	54
J. Etika Penelitian	55
BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. HASIL PENELITIAN	
1. Analisa Univariat	61
2. Analisa Bivariat.....	67
3. Analisa Multivariat.....	74
B. PEMBAHASAN	
1. Karakteristik Responden	77
2. Pengaruh CBT-I terhadap Insomnia.....	82
3. Pengaruh CBT-I terhadap Kadar Gula Darah	87
4. Hubungan Insomnia dengan Kadar Gula Darah	89
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Insomnia	91
6. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah.....	91
C. KETERBATASAN dan KEKUATAN.....	
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. KESIMPULAN	94
B. SARAN.....	95
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional CBT-I Terhadap Insomnia dan Gula Darah	48
Tabel 3.2 Validitas dan Reliabilitas <i>Insomnia Severity Index</i>	52
Tabel 3.3 Hasil Uji Normalitas Data Kelompok Kontrol	55
Tabel 3.4 Hasil Uji Normalitas Data Kelompok Intervensi	56
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Lama	61
Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan dan Pendapatan.....	62
Tabel 4.3 Hasil Uji Beda Skor Insomnia Hari 1-4 pada Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I	67
Tabel 4.4 Hasil Uji Beda Skor Insomnia Hari 1-4 pada Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I	68
Tabel 4.5 Hasil Uji Beda Kadar Gula Darah Hari 1-4 pada Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I.....	68
Tabel 4.6 Hasil Uji Beda Kadar Gula Darah Hari 1-4 pada Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-T	69
Tabel 4.7 Hasil Uji Beda Skor Insomnia Hari 1-4 Kelompok Kontrol dan Intervensi Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I	70
Tabel 4.8 Hasil Uji Beda Gula Darah Hari 1-4 pada Kelompok Kontrol dan Intervensi Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I.....	71
Tabel 4.9 Hubungan Insomnia dan Kadar Gula Darah Pada Kelompok Kontrol	71
Tabel 4.10 Hubungan Insomnia dan Kadar Gula Darah pada Kelompok Intervensi	72
Tabel 4.11 Hubungan Insomnia dan Kadar Gula Darah pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	73

Tabel 4.12 Hubungan Karakteristik Responden dengan Skor Insomnia pada Pasien Diabetes Melitus dengan Insomnia	74
Tabel 4.13 Hubungan Karakteristik Responden dengan Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus dengan Insomnia	75
Tabel 4.14 Tabel Multivariat Regresi Linier CBT-I, Karakteristik dan Insomnia pada Pasien Diabetes Melitus dengan Insomnia	75
Tabel 4.15 Tabel Multivariat Regresi Linier CBT-I, Karakteristik dan Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus dengan Insomnia.....	76

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Siklus Tidur	16
Gambar 2.2 Kerangka Teori Efektivitas <i>Cognitive Behaviour Therapy</i> <i>Insomnia</i> terhadap <i>Insomnia</i> dan Kadar Gula Darah	40
Gambar 2.3 Kerangka Konsep Efektivitas <i>Cognitive Behaviour Therapy</i> <i>Insomnia</i> terhadap <i>Insomnia</i> dan Kadar Gula Darah	41
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian <i>Control Time Series Design</i>	42
Gambar 3.2 Hubungan Antara Variabel.....	48
Gambar 3.3 Teknik Pengumpulan Data	53
Gambar 4.1 Skor <i>Insomnia</i> Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I Pada Kelompok Kontrol.....	63
Gambar 4.2 Skor <i>Insomnia</i> Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I Pada Kelompok Intervensi	64
Gambar 4.3 Kadar Gula Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I Pada Kelompok Kontrol	65
Gambar 4.4 Kadar Gula Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan CBT-I Pada Kelompok Intervensi	66

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Pernyataan Kesediaan Menjadi Asisten Peneliti
- Lampiran 4. Tugas Asisten Peneliti
- Lampiran 5. Kuesioner Penelitian Instrumen A Karakteristik Responden
- Lampiran 6. Kuesioner Penelitian Instrumen B Tingkat insomnia
- Lampiran 7. Kuesioner Penelitian Instrumen C Hasil Pemeriksaan Gula Darah
- Lampiran 8. Rancangan Program CBT-I pada Insomnia dan Gula Darah
- Lampiran 9. Panduan Cara Sehat Mendapatkan Istirahat Tidur Berkualitas Pada Pasien Diabetes Melitus