

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRAC	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Pustaka.....	5
BAB II TINJAUAN PUSKTAKA	6
2.1 Konsep Nyeri.....	6
2.1.1 Definisi Nyeri	6
2.1.2 Klasifikasi Nyeri	7
2.1.3 Teori Nyeri.....	11
2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri	13
2.1.5 Tanda Dan Gejala Nyeri	14
2.1.6 Pengukuran Nyeri	15
2.1.7 Definisi Nyeri Sendi	19
2.1.8 Penyebab Nyeri Sendi.....	20
2.1.9 Dampak Nyeri Sendi.....	21
2.1.10 Penanganan Nyeri	21
2.2. Konsep Lansia	24
2.2.1 Definisi Lansia	24
2.2.2 Teori Penuaan	25
2.2.3 Klasifikasi Lansia	27
2.2.4 Permasalahan Pada Lansia.....	28
2.3 <i>Stretching</i>	29
2.3.1 Definisi <i>Stretching</i>	29
2.3.2 Manfaat <i>Stretching</i>	29
2.3.3 Dosis Pelaksanaan <i>Stretching</i>	30
2.3.4 Tahapan <i>Stretching</i>	30
2.4 Relaksasi Genggam Jari	35
2.4.1 Definisi Relaksasi Genggam Jari	35
2.4.2 Manfaat Relaksasi Genggam Jari.....	35
2.4.3 Dosis Pelaksanaan Relaksasi Genggam Jari	36
2.4.4 Tahapan Relaksasi Genggam Jari	36
2.5 Pengaruh <i>Stretching</i> Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Nyeri Sendi	38

2.6 Keaslian Penelitian	41
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS.....	47
3.1 Kerangka Konsep	47
3.2 Hipotesis	48
BAB IV METODE PENELITIAN	49
4.1 Desain Penelitian	49
4.2 Populasi, Teknik Sampling Dan Sample	50
4.2.1 Populasi.....	50
4.2.2 Sample	50
4.2.3 Teknik Sampling.....	51
4.3 Variable Penelitian	52
4.3.1 Variable Independen.....	52
4.3.2 Variable Dependen	52
4.4 Definisi Operasional.....	53
4.5 Tempat Penelitian.....	54
4.6 Waktu Penelitian	54
4.5 Instrumen Penelitian.....	54
4.8 Prosedur Pengumpul Data	55
4.9 Kerangka Kerja Penelitian.....	57
4.10 Analisa Data	58
4.11 Etika Penelitian.....	59
BAB V HASIL PENELITIAN	61
5.1 Gambaran Umum Penelitian	61
5.2 Variable Penelitian	62
5.2.1 Data Umum.....	62
5.2.2 Data Khusus.....	64
BAB VI PEMBAHASAN	68
6.1 Tingkat Nyeri Sendi Sebelum Perlakuan Stretching Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia	68
6.2 Tingkat Nyeri Sendi Sesudah Perlakuan Stretching Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia	70
6.3 Pengaruh Stretching Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia.....	72
6.4 Keterbatasan Penelitian	77
6.5 Implikasi Penelitian	77
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....	79
7.1 Kesimpulan.....	79
7.2 Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN.....	86
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	144