

DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

DAFTAR SINGKATAN

CBT-I	: pendekatan terapi kognitif pada gangguan tidur atau insomnia
EGG	: <i>electroencephalogram</i> , rekaman aktivitas listrik otak.
Dinkes	: Dinas Kesehatan.
HRT	: <i>Hormone Replacement Therapy</i> , terapi yang digunakan untuk kognitif untuk mengatasi insomnia.
KTP	: Kartu Tanda Penduduk. mengatasi gejala menopause dengan mengganti hormon yang
PSQI	: Alat ukur kualitas tidur dan pengukuran insomnia
R&D	: Sebuah penelitian dan pengembangan
SD	: <i>Standard Deviation</i> (Simpangan Baku)
SOP	: <i>Standard Operating Procedure</i> (Standart Operasional) untuk menilai kualitas tidur.
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR SIMBOL

%	: Persentase
\leq	: Kurang dari atau sama dengan
\geq	: Lebih dari atau sama dengan
$<$: Kurang
$>$: Lebih
\pm	: Plus minus
=	: Sama dengan
X	: Perlakuan atau intervensi
Pr	: <i>Pre-test</i>
Po	: <i>Post-test</i>
e	: <i>Margin of error</i>
α	: Tingkat signifikansi