

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
ABSTRAK.....	xx
ABSTRACT.....	xxi
المُلخَص	xxii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
E. Penegasan Istilah.....	9
1. Penegasan Konseptual.....	9
2. Penegasan Operasional.....	13
F. Keaslian Penelitian.....	14
G. Sistematika Penelitian.....	16
BAB II LANDASAN TEORI.....	19
A. Lanjut Usia.....	19
1. Pengertian Lanjut Usia.....	19
2. Ciri-ciri Lanjut Usia.....	20

a.	Usia lanjut merupakan periode kemunduran.....	20
b.	Perbedaan individu pada efek menua.....	21
c.	Usia tua dinilai dengan kriteria yang berbeda.....	21
d.	Berbagai streotipe lanjut usia.....	22
e.	Sikap Sosial terhadap Lansia.....	23
f.	Lansia mempunyai status kelompok minoritas.....	23
g.	Menua membutuhkan perubahanperan.....	23
h.	Penyesuaian yang buruk merupakan ciri-ciri lansia...	23
i.	Keinginan menjadi muda kembali sangat kuat.....	23
3.	Penyesuaian Diri Perubahan Fisik Lansia.....	24
a.	Perubahan penampilan.....	24
b.	Perubahan Fisiologis.....	24
c.	Perubahan Panca Indera.....	25
d.	Perubahan seksual.....	25
e.	Perubahan kemampuan motorik lansia.....	25
f.	Perubahan kemampuan mental lansia.....	25
g.	Perubahan minat lansia.....	26
h.	Bahaya penyesuaian pribadi dan sosial lansia.....	26
B.	Stres.....	27
1.	Pengertian Stres.....	27
2.	Jenis-jenis Stres.....	29
a.	Stres kepribadian (<i>Personality Stres</i>).....	29
b.	Stres psikososial (<i>psychosocial stress</i>).....	29
c.	Stres bioekologi (<i>bioecological stress</i>).....	29

d. Stres pekerjaan (<i>job stress</i>).....	30
3. Reaksi Stres.....	30
4. Gejala-gejala Stres.....	31
a. Gejala Fisikal.....	32
b. Gejala emosional.....	33
c. Gejala intelektual.....	33
d. Gejala interpersonal.....	33
C. Terapi SEFT.....	34
1. Pengertian Terapi SEFT.....	34
a. <i>The Set-up</i>	36
b. <i>The tune-in</i>	36
c. <i>The Tapping</i>	37
2. Tujuan Terapi SEFT.....	39
D. Kunci keberhasilan Terapi SEFT.....	40
E. Hubungan Terapi SEFT Untuk Mengurangi Sres	
Pada lansia.....	41
F. Kerangka Berfikir Penelitian.....	46
G. Hipotesis Penelitian.....	47
a. Hipotesis Nol.....	47
b. Hipotesis Alternatif.....	47

BAB III METODE PENELITIAN.....	49
A. Rancangan Penelitian.....	49
1. Jenis Penelitian.....	49
2. Pendekatan Penelitian.....	50
3. Desain Penelitian.....	51
B. Variabel Penelitian.....	53
1. Variabel Independen.....	54
2. Variabel Dependen.....	54
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	54
1. Populasi Penelitian.....	54
2. Sampel Penelitian.....	57
3. Teknik Sampling.....	59
D. Kisi-kisi Instrumen.....	61
E. Instrumen Penelitian.....	63
F. Data dan Sumber Data.....	67
G. Teknik Pengumpulan Data.....	69
1. Langkah-langkah penelitian dan teknik Pengumpulan Data.....	70
2. Rancangan intervensi Terapi SEFT.....	72
H. Analisis Data.....	76
1. Uji Instrumen.....	77
a. Uji Validitas.....	77
b. Uji Reliabilitas.....	78

2. Uji Asumsi Dasar.....	80
a. Uji Normalitas.....	80
b. Uji Homogenitas.....	81
3. Uji Hipotesis.....	81
a. Uji Beda <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> dari Kelompok Eksperimen.....	81
b. Presentase Terapi SEFT.....	82
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	84
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	84
B. Deskripsi Data.....	85
1. Uji Instrumen.....	85
a. Uji Validitas.....	85
b. Uji Reliabilitas.....	89
2. Uji Asumsi Dasar.....	90
a. Uji Normalitas.....	90
b. Uji Homogenitas.....	92
3. Uji Hipotesis.....	93
a. Uji Beda <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Dari Kelompok Eksperimen.....	95

b. Presentase Terapi SEFT.....	96
BAB V PEMBAHASAN.....	99
A. Rumusan Masalah I.....	99
B. Rumusan Masalah II.....	101
C. Integrasi Temuan Penelitian dalam Konteks Khazanah Keilmuan.....	103
BAB VI PENUTUP.....	107
A. Kesimpulan.....	107
B. Saran.....	108
DAFTAR PUSTAKA.....	110