

DAFTAR ISI

ABSTRAK	I
ABSTRACT	II
KATA PENGANTAR	III
DAFTAR ISI	V
DAFTAR GAMBAR	VII
DAFTAR TABEL	VIII
DAFTAR LAMPIRAN	IX
DAFTAR SINGKATAN	X
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Penelitian	1
1.2. Identifikasi Masalah	4
1.3. Tujuan	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4. Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Aspek Teoritis	5
1.4.2 Aspek Praktis	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN	
2.1. Kajian Pustaka	7
2.1.1 Lansia	7
2.1.2 Olahraga	8
2.1.2.1 Definisi Olahraga	8
2.1.2.2 Klasifikasi Olahraga	8
2.1.3 Olahraga Untuk Lansia	9
2.1.4 Depresi	10
2.1.4.1 Definisi	10
2.1.4.2 Epidemiologi	10
2.1.4.3 Faktor Resiko	11
2.1.4.4 Etiologi	13
2.1.4.5 Diagnosis	16
2.1.4.6 Penatalaksanaan Depresi	17
2.1.4.7 Pencegahan depresi	17
2.1.5 Depresi pada lansia	17
2.1.6 Skala Depresi Geriatri	18
2.1.7 Hubungan Olahraga Dengan Depresi	19
2.2. Kerangka Pemikiran	19
BAB III SUBJEK DAN METODE PENELITIAN	
3.1. Subjek Penelitian	22
3.1.1 Populasi Penelitian	22

3.1.1.1	Populasi Target.....	22
3.1.1.2	Populasi Terjangkau.....	22
3.1.2	Teknik Pemilihan Sampel	22
3.1.3	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	23
3.1.3.1	Kriteria Inklusi	23
3.1.3.2	Kriteria Eksklusi.....	23
3.2.	Metode Penelitian	24
3.2.1	Rancangan Penelitian	24
3.2.2	Definisi Konsep dan Variabel Operasional Penelitian	24
3.2.2.1	Definisi Konsep.....	24
3.2.2.2	Definisi Operasional Variabel.....	24
3.2.3	Prosedur Penelitian dan Alur Penelitian.....	25
3.2.3.1	Prosedur Penelitian.....	25
3.2.3.2	Alur Penelitian.....	26
3.2.4	Analisis Data	26
3.2.5	Tempat dan Waktu Penelitian	27
3.2.5.1	Tempat penelitian.....	27
3.2.5.2	Waktu Penelitian	27
3.2.6	Aspek Etik Penelitian	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
4.1.	Hasil Penelitian.....	31
4.1.1	Distribusi Tingkat Depresi pada Lansia	32
4.1.2	Jumlah Lansia dengan Depresi pada Kelompok yang Rutin Berolahraga dan yang Tidak Rutin Berolahraga.....	32
4.1.3	Hubungan Olahraga Rutin dengan Tingkat Depresi pada Lansia.....	33
4.2.	Pembahasan	34
4.3.	Keterbatasan Penelitian.....	38
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		
5.1.	Simpulan	39
5.2.	Saran	39
5.2.1	Saran Akademis.....	39
5.2.2	Saran Praktis.....	40
DAFTAR PUSTAKA		41
LAMPIRAN.....		42