

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN.....	v
PERSETUJUAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis:.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis:	9
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Kualitas Tidur	11
2.1.1 Definisi Kualitas Tidur.....	11
2.1.2 Komponen Kualitas Tidur.....	11
2.1.3 Ciri Tidur.....	13
2.1.4 Fungsi Tidur	14
2.1.5 Fisiologi Tidur.....	15
2.1.6 Tahap Siklus Tidur	15
2.1.7 Siklus atau Periode Tidur	17
2.1.8 Pola Tidur.....	18
2.1.9 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	19
2.1.10 Kualitas Tidur pada Mahasiswa Keperawatan	22
2.1.11 Dampak Kualitas Tidur yang Buruk pada Mahasiswa.....	23
2.2 <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>	24

2.3	Kerangka Konseptual	25
BAB III METODE PENELITIAN		26
3.1	Jenis Penelitian	26
3.2	Kerangka Penelitian	26
3.3	Waktu dan Tempat Penelitian	26
3.4	Populasi dan Sampel	26
3.4.1	Populasi Penelitian	26
3.4.2	Sampel Penelitian	27
3.5	Variabel Penelitian	29
3.6	Definisi Konseptual dan Operasional	29
3.6.1	Konseptual	29
3.6.2	Operasional	29
3.7	Pengumpulan Data	30
3.7.1	Teknik Pengumpulan Data	30
3.7.2	Instrumen Penelitian	31
3.7.3	Prosedur Kerja	32
3.7.4	Etika Penelitian	36
3.8	Pengolahan dan Analisis Data	38
3.8.1	Pengolahan Data	38
3.8.2	Analisis Data	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		41
4.1	Hasil Penelitian	41
4.2	Pembahasan	42
4.3	Keterbatasan Penelitian	62
BAB V PENUTUP		64
5.1	Kesimpulan	64
5.2	Saran	64
DAFTAR PUSTAKA		66
LAMPIRAN		69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka konsep	25
Gambar 2. 2 Kerangka Penelitian	26

DAFTAR TABEL

Bagan 3. 1 Hasil perhitungan sampel.....	28
Bagan 3. 2 Definisi Operasional	30
Bagan 4. 1 Gambaran Kualitas Tidur.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	70
Lampiran 2. Surat Keterangan Layak Etik.....	71
Lampiran 3. Penjelasan Penelitian	72
Lampiran 4. Lembar Informed Consent	73
Lampiran 5. Kuesioner Penelitian	74
Lampiran 6. Tabulasi Data	82
Lampiran 7. Data Hasil Penelitian	88
Lampiran 8. Hasil Pengolahan Data.....	94
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	101
Lampiran 10. Matriks Evaluasi	102
Lampiran 11. Hasil Tunitin	103
Lampiran 12. Lembar Bimbingan	104
Lampiran 13. Daftar Riwayat Hidup.....	105