

## DAFTAR ISI

### HALAMAN JUDUL

### PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN UNGGAH TUGAS AKHIR

### PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI

### PERSETUJUAN TIM PENGUJI AKHIR

ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii

### BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Pertanyaan Penelitian .....	5
1.5 Manfaat Penelitian .....	5
1.5.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.5.2 Manfaat Praktis.....	5

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Konseptual.....	6
2.2 Tinjauan Teori .....	6
2.2.1 Definisi Tidur .....	6
2.2.2 Fisiologi Tidur.....	7
2.2.3 Kualitas Tidur.....	8
2.2.4 Faktor- Faktor Memengaruhi Tidur .....	9
2.2.5 Komponen-Komponen Tidur .....	11

2.3 Definisi Operasional dan Konseptual .....	14
2.4 Kajian Literatur .....	14
2.5 Ringkasan.....	16
 <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian.....	18
3.2 Pertimbangan Etik.....	18
3.3 Populasi dan Sampel .....	20
3.3.1 Populasi .....	20
3.3.2 Sampel .....	20
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian .....	20
3.5 Instrumen Penelitian.....	20
3.3.1 Uji Validitas dan Reliabilitas .....	21
3.6 Prosedur Pengumpulan Data .....	22
3.7 Pengolahan Data.....	23
3.8 Analisa Data .....	24
3.9 Keterbatasan Penelitian.....	25
 <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	26
4.1.1 Karakteristik Responden .....	26
4.1.2 Gambaran Kualitas Tidur .....	27
4.2 Pembahasan Penelitian.....	27
 <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Kesimpulan .....	34
5.2 Saran.....	34
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	 36
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>40</b>

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1.1 Kerangka Konseptual.....	6
--------------------------------------	---



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Definisi Konseptual dan Operasional .....	14
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	26
Tabel 4.2 Gambaran Kualitas Tidur .....	27



## DAFTAR LAMPIRAN

Lembar Penjelasan Penelitian .....	40
Lembar <i>Informed Consent</i> .....	41
Lembar Kuesioner Kualitas Tidur.....	42
Lembar Skoring.....	44
<i>Ethical Approval</i> .....	46
Lembar Persetujuan Penggunaan Kuesioner.....	47
Surat Izin Uji VR dan Penelitian.....	48
Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	49
Hasil Output Analisa Data .....	51
<i>Timeline Nursing Project</i> .....	53
Lembar Monitoring Bimbingan Proposal .....	54
Lembar Monitoring Bimbingan Skripsi .....	57
Lembar Turnitin .....	66