

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
INTISARI.....	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat penelitian	6
E. Keaslian penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Pustaka	10
1. Tidur	10
2. Pola Tidur	10
3. Siklus Tidur	11

4. Mekanisme Tidur.....	13
5. Kualitas Tidur.....	15
6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tidur.....	17
7. Gangguan Tidur.....	19
8. ASI Eksklusif.....	22
B. Landasan Teori	26
C. Kerangka Teori	29
D. Kerangka Penelitian.....	30
E. Pertanyaan Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	32
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
D. Variabel Penelitian	35
E. Definisi Operasional	35
F. Instrumen Penelitian	36
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	38
H. Teknik Pengumpulan Data	39
I. Jalannya Penelitian	39
J. Etika Penelitian.....	43
K. Analisis Data	44
L. Hambatan dan Keterbatasan Penelitian	46

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Penelitian.....	47
1. Hasil Analisis.....	47
B. Pembahasan	56
1. Karakteristik Responden	56
2. Kualitas Tidur Ibu Menyusui Selama Periode Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Seyegan	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	

Daftar Tabel

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen PSQI

Tabel 2. Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Seyegan

Tabel 3. Hal-hal Terkait Kualitas Tidur Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas
Seyegan Sleman

Tabel 4. Aspek-aspek Kualitas Tidur Responden di Wilayah Kerja Puskesmas
Seyegan Sleman

Tabel 5. Kualitas Tidur Ibu Menyusui selama Periode ASI Eksklusif

Tabel 6. Kualitas Tidur Ibu Menyusui Berdasarkan Karakteristik Responden

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 2. Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3. Kuesioner Data Responden

Lampiran 4. Kuesioner PSQI

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Komite Etik FKMK UGM

Lampiran 6. Surat Izin Penelitian dari Kabupaten Sleman