

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIARIS</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>INTISARI</b> .....	xii
<b>ABSTRACT</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
1. Tujuan Umum .....	6
2. Tujuan Khusus .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Program Studi Ilmu Keperawatan FK-KMK UGM.....	6
2. Mahasiswa Keperawatan .....	6
3. Peneliti .....	7
E. Keaslian Penelitian .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	10
A. Tinjauan Teori .....	10
1. Konsep Tidur .....	10

a.	Pengertian Tidur .....	10
b.	Proses Terjadinya Tidur .....	11
2.	Gangguan Tidur .....	12
a.	Pengertian Gangguan Tidur .....	12
b.	Macam-macam Gangguan Tidur .....	13
3.	Kualitas Tidur .....	15
a.	Pengertian Kualitas Tidur .....	15
b.	Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur .....	16
c.	Alat Ukur Kualitas Tidur .....	19
4.	Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FK-KMK UGM .....	22
a.	Tingkat Akademik .....	22
b.	Tingkat Profesi (Ners) .....	23
B.	Landasan Teori .....	24
C.	Kerangka Teori .....	25
D.	Kerangka Penelitian .....	26
E.	Pertanyaan Penelitian .....	26
F.	Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian .....	28
B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	28
C.	Populasi dan Sampel Penelitian .....	28
D.	Variabel Penelitian .....	31
E.	Definisi Operasional .....	32
F.	Alat Ukur dan Cara Pengukuran .....	32

G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	33
H. Teknik Pengumpulan Data .....	33
I. Jalannya Penelitian .....	35
1. Tahap Persiapan .....	35
2. Tahap Pelaksanaan .....	36
3. Tahap Penyelesaian .....	40
J. Etika Penelitian.....	40
K. Analisis Data.....	41
L. Hambatan dan Keterbatasan Penelitian .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>44</b>
A. Hasil Penelitian.....	44
B. Pembahasan .....	51
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>64</b>
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran .....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>66</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>78</b>