



DAFTAR ISI

SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRACT	xv
INTISARI	xvi
BAB I: PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Tujuan Penelitian	5
1.3 Manfaat Penelitian	5
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 KECEMASAN	
2.1.1 Definisi dan Klasifikasi Kecemasan.....	7
2.1.2 Etiologi Kecemasan.....	10
2.1.3 Manifestasi Klinis Kecemasan.....	16
2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	17
2.2 KUALITAS TIDUR	



2.2.1 Definisi Tidur.....	18
2.2.2 Definisi Kualitas Tidur.....	19
2.2.3 Kebutuhan Tidur.....	20
2.2.4 Regulasi tidur.....	20
2.2.5 Fungsi Tidur.....	23
2.2.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur.....	23
2.2.7 Deprivasi Tidur.....	25
2.3 Dinamika Kualitas Tidur dan Kecemasan.....	26
2.3.3 Hipotesis	31
BAB III: METODE PENELITIAN	
3.1 Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel.....	32
3.2 Subjek Penelitian.....	32
3.3 Metode Pengumpulan Data.....	33
3.4 Desain Penelitian.....	33
3.5 Instrumen Pengukuran.....	33
3.6 Metode Pengolahan Data.....	38
BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Deskripsi Subjek Penelitian.....	40
4.2 Deskripsi Kualitas Instrumen.....	41
4.3 Deskripsi Data.....	42
4.3.1 Uji Normalitas.....	42
4.3.2. Uji Linieritas.....	44
4.4 Pengujian Hipotesis.....	45
4.5 Kesimpulan analisis.....	45
4.6. Pembahasan	46



BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan.....	60
5.2 Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	61



DAFTAR GAMBAR

1. Persebaran Data Skala Kualitas Tidur.....	43
2. Persebaran Data Skala Kecemasan.....	43



DAFTAR TABEL

1. Blueprint skala kualitas tidur.....	36
2. Blueprint skala kecemasan.....	38
3. Distriusi Frekuensi Subjek Penelitian berdasarkan jenis kelamin.....	40
4. Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian berdasarkan usia.....	40
5. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur pada Subjek Penelitian.....	44
6. Distribusi Frekuensi Kecemasan pada Subjek Penelitian.....	45
7. Tabulasi Silang Variabel Kualitas Tidur dan Kecemasan.....	45



DAFTAR LAMPIRAN

1. Skala Penelitian.....	68
2. Data Uji Coba.....	76
3. Data Penelitian.....	79
4. Total Skor Skala dan Kategori Skor Skala.....	86
5. Uji Reliabilitas.....	91
6. Analisis Data.....	94