

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.4 Manfaat.....	5
II. TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Kajian Teori.....	7
2.1.1 Fisiologi Tidur.....	7
2.1.2 Irama Sirkadian dan Jam Biologis.....	11
2.1.3 Kualitas Tidur.....	13
2.1.4 Fungsi Kognisi.....	14
2.1.5 Hubungan Antara tidur dan fungsi Kognitif.....	17
2.2 Kerangka Teori.....	20
2.3 Kerangka Konsep.....	21
2.4 Hipotesis.....	21
III. METODE PENELITIAN	22
3.1 Jenis Penelitian.....	22
3.2 Lokasi Penelitian.....	22
3.3 Subjek Penelitian.....	22
3.4 Teknik Penganmbilan Sampel.....	23
3.5 Besar Sampel.....	23
3.6 Variabel Penelitian.....	24

3.7	Definisi Operasional Variabel.....	25
3.8	Instrumen Penelitian.....	26
3.9	Cara Kerja dan Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.10	Desain Analisis Data.....	27
3.11	Etika Penelitian.....	28
3.12	Alur Penelitian.....	29
IV.	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
4.1	Hasil Penelitian.....	30
4.2	Pembahasan.....	37
V.	SIMPULAN DAN SARAN.....	50
5.1	Simpulan.....	50
5.2	Saran.....	50

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN