

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Akademis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN	
2.1 Kajian Pustaka	7
2.1.1 Stres.....	7
2.1.2 Tidur.....	13
2.1.3 Pengaruh Stres Terhadap Kualitas Tidur.....	18
2.2 Kerangka Pemikiran	19
BAB III SUBJEK DAN METODE PENELITIAN.....	21
3.1 Subjek dan Populasi Penelitian.....	21
3.1.1 Subjek Penelitian.....	21

3.1.2	Populasi Penelitian.....	21
3.1.3	Besar Sampel.....	21
3.1.4	Kriteria Inklusi.....	22
3.1.5	Kriteria Eksklusi.....	22
3.2	Metode Penelitian.....	23
3.2.1	Rancangan Penelitian.....	23
3.2.2	Variabel Penelitian.....	23
3.2.3	Definisi Operasional.....	23
3.2.4	Prosedur Penelitian.....	24
3.2.5	Pengolahan Data.....	27
3.2.6	Analisis Data.....	27
3.2.7	Tempat Penelitian.....	28
3.2.8	Waktu Penelitian.....	28
3.2.9	Aspek Etik Penelitian.....	28

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian.....	30
4.1.1	Karakteristik Responden.....	30
4.1.2	Analisis Tingkat Stres Kerja.....	32
4.1.3	Analisis Kualitas Tidur.....	32
4.1.4	Analisis Hubungan Tingkat Stres Kerja dengan Kualitas Tidur.....	33
4.2	Pembahasan.....	34
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	39

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	40
5.2 Saran	41
5.2.1 Saran Akademik	41
5.2.2 Saran Praktis	41
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	48
RIWAYAT HIDUP	60

