

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Dasar Pola Tidur	
1. Definisi Tidur	6
2. Definisi Pola Tidur	7
3. Fisiologi Tidur	9
4. Faktor yang Mempengaruhi Pola Tidur	11
5. Dampak Perubahan Pola Tidur pada Kesehatan.....	13
B. Kerangka Konseptual	16
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	18
B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	18
C. Identifikasi Variabel	19
D. Definisi Operasional.....	19
E. Prosedur Pengumpulan Data	20
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	21
G. Pengolahan Data.....	22
H. Analisa Data	23
I. Etika Penelitian	23
J. Tempat dan Waktu Penelitian	24
K. Jadwal Kegiatan Penelitian	24
BAB IV : HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Lokasi Penelitian	25
B. Data Umum	26
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	26
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Intensitas Merokok dalam Sehari	26
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Kopi	27
C. Data Khusus	27

	1. Distribusi Pola Tidur pada Siswa Perokok	27
BAB V	: PEMBAHASAN	
	Pembahasan	28
BAB VI	: SIMPULAN DAN SARAN	
	A. Simpulan.....	31
	B. Saran.....	31
	1. Bagi Siswa	31
	2. Bagi SMA Kawung 1 Surabaya.....	31
DAFTAR PUSTAKA	32
LAMPIRAN	35