

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DALAM	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Konsep Teori Pemenuhan Kebutuhan Tidur	8
a. Definisi Tidur	8
b. Fisiologi tidur	9
c. Mekanisme Tidur dan Pengaruh Hormonal	10
d. Siklus Tidur	12
e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tidur	13
f. Pola Tidur Normal	15
g. Faktor-Faktor yang Mempercepat Tidur	17
h. Tanda-Tanda Kurang Tidur	18
2. Konsep Teori Prestasi Akademik	19
a. Definisi Prestasi Akademik	19
b. Indeks Prestasi Mahasiswa	20
c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Indeks Prestasi	21
3. Konsep Teori Asrama	22
a. Definisi Asrama	22
b. Fasilitas di Asrama	24
c. Tata Tertib Asrama	25
d. Sanksi Penghuni Asrama	29
4. Kerangka Konsep	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	32
B. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	32
C. Identifikasi Variabel Penelitian	33
D. Definisi Operasional	34
E. Prosedur Pengumpulan Data	34
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	36

G. Pengolahan Data	37
H. Analisa Data	40
I. Etika Penelitian	40
J. Tempat dan Waktu Penelitian	40
K. Jadwal Kegiatan Penelitian	41

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	42
B. Data Umum	43
1. Usia	43
2. Kelas	43
3. Jenis Kelamin	44
C. Data Khusus	44
1. Pemenuhan Kebutuhan Tidur	44
2. Indeks Prestasi Semester	45
3. Tabulasi Silang Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Tidur dan Indeks Prestasi Mahasiswa	46

BAB V PEMBAHASAN

A. Pembahasan	48
1. Pemenuhan Kebutuhan Tidur	48

2. Indeks Prestasi Semester	50
3. Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Tidur Dengan Indeks Prestasi Semester	52

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

.....
55

B. Saran

.....
... 55

DAFTAR PUSTAKA

..... 57