

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	ii
HALAMAN JUDUL.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan umum .....	4
2. Tujuan khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Teori .....	7
1. Tidur .....	7
a. Definisi tidur .....	7
b. <i>Sircadian ritme</i> .....	8

c.	Pola tidur .....	8
d.	Tahapan tidur .....	9
e.	Siklus Tidur.....	11
f.	Fungsi Tidur.....	11
g.	Faktor-faktor yang mempengaruhi tidur .....	13
h.	Gangguan pola tidur.....	16
i.	Dampak gangguan tidur .....	17
2.	Kecerdasan emosi.....	18
a.	Definisi kecerdasan emosional .....	18
b.	Aspek-aspek kecerdasan emosi .....	19
c.	Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional .....	22
B.	Kerangka konsep .....	24
C.	Hipotesis .....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....		26
A.	Kerangka Konsep .....	26
B.	Variabel Penelitian .....	26
1.	Variabel <i>Independent</i> .....	26
2.	Variabel <i>Dependent</i> .....	26
C.	Desain Penelitian .....	27
D.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	27
1.	Populasi .....	27
2.	Sampel Penelitian .....	27
E.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
F.	Definisi Operasional .....	29

G.	Instrumen atau Alat Pengumpulan Data.....	30
1.	Skala kualitas tidur .....	30
2.	Skala tingkat kecerdasan emosional.....	31
H.	Metode Pengumpulan Data .....	33
I.	Analisis Data .....	35
1.	Pengelolaan data.....	35
2.	Jenis analisa data .....	35
J.	Etika Penelitian.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN .....		37
A.	Pengantar Bab.....	37
B.	Karakteristik Responden .....	37
1.	Umur.....	37
2.	Jenis Kelamin .....	38
C.	Analisa Univariat Variabel .....	38
1.	Kualitas Tidur .....	38
2.	Tingkat Kecerdasan Emosional.....	39
D.	Analisa Bivariat .....	39
BAB V PEMBAHASAN .....		41
A.	Pengantar Bab.....	41
B.	Interpretasi dan Diskusi Hasil .....	41
1.	Umur.....	41
2.	Jenis Kelamin .....	42
C.	Analisa Univariat.....	44
1.	Kualitas Tidur.....	44
2.	Tingkat Kecerdasan Emosional.....	45

D. Analisa Bivariat .....	46
E. Keterbatasan Penelitian .....	49
F. Implikasi untuk Keperawatan.....	49
BAB VI PENUTUP .....	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran .....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	53
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Tahapan Tidur .....	10
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	29
Tabel 3.2. Penilaian pertanyaan perubahan pola tidur .....	31
Tabel 3.3. Penilaian pertanyaan tingkat kecerdasan emosional .....	32
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Mahasiswa Profesi Ners FIK UNISSULA Semarang.....	37
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa Profesi Ners FIK UNISSULA Semarang.....	38
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Mahasiswa Profesi Ners FIK UNISSULA Semarang.....	38
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecerdasan Emosional Mahasiswa Profesi Ners FIK UNISSULA Semarang .....	39
Tabel 4.4. Uji <i>Gamma</i> Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kecerdasan Emosional Mahasiswa Profesi Ners angkatan 2015- 2016 di FIK UNISSULA Semarang.....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Siklus Tidur Orang Dewasa.....	11
Gambar 2.2. Kerangka Konsep.....	24
Gambar 3.1. Kerangka Konsep.....	26

## LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Ijin Survei.....	56
Lampiran 2. Surat Jawaban Ijin Survei.....	57
Lampiran 3. Surat Keterangan Lolos Uji Etik .....	58
Lampiran 4. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	59
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian .....	60
Lampiran 6. Permohonan Menjadi Responden.....	61
Lampiran 7. Persetujuan Menjadi Responden .....	62
Lampiran 8. Inform Consent.....	63
Lampiran 9. Petunjuk Pengisian Kuesioner Penelitian.....	64
Lampiran 10. Kuesioner ESCI (Emotional And Social Competency Inventory).....	66
Lampiran 11. Kuesioner PSQI (The Pittsburgh Sleep Quality Index).....	71
Lampiran 12 Instruksi Perhitungan Kuesioner PSQI .....	75
Lampiran 13. Hasil Pengolahan Data dengan Komputer .....	79
Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup .....	83
Lampiran 15. Catatan Hasil Konsultasi/Bimbingan .....	84
Lampiran 16. Jadwal kegiatan penelitian.....	90