

## DAFTAR ISI

|                                                                  |      |
|------------------------------------------------------------------|------|
| LEMBAR PERSYARATAN GELAR.....                                    | ii   |
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                                          | iii  |
| LEMBAR PENGESAHAN.....                                           | iv   |
| SURAT PERNYATAAN ORSINALITAS .....                               | v    |
| KATA PENGANTAR.....                                              | vi   |
| ABSTRAK .....                                                    | ix   |
| <i>ABSTRACT</i> .....                                            | x    |
| DAFTAR ISI .....                                                 | xi   |
| DAFTAR TABEL .....                                               | xiv  |
| DAFTAR GAMBAR .....                                              | xv   |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                            | xvi  |
| DAFTAR SINGKATAN .....                                           | xvii |
| BAB 1 PENDAHULUAN .....                                          | 1    |
| 1.1 Latar Belakang .....                                         | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                        | 5    |
| 1.3 Tujuan .....                                                 | 6    |
| 1.1.1 Tujuan Umum .....                                          | 6    |
| 1.1.2 Tujuan Khusus .....                                        | 6    |
| 1.4 Manfaat .....                                                | 6    |
| 1.4.1 Bagi Peneliti.....                                         | 6    |
| 1.4.2 Bagi Profesi .....                                         | 7    |
| 1.4.3 Bagi Masyarakat .....                                      | 7    |
| 1.5 Keaslian Penelitian .....                                    | 7    |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....                                     | 11   |
| 2.1 Murottal Al-Qur'an.....                                      | 11   |
| 2.1.1 Pengertian Murottal Al-Qur'an .....                        | 11   |
| 2.1.2 Manfaat Murottal Al-Qur'an.....                            | 12   |
| 2.1.3 Teknik Murottal Al-Qur'an.....                             | 13   |
| 2.1.4 Pengaruh Murottal Al-Qur'an terhadap Tingkat Insomnia..... | 15   |

|                                                                |    |
|----------------------------------------------------------------|----|
| 2.1.5 Faktor yang mempengaruhi Terapi Murottal Al-Qur'an ..... | 15 |
| 2.2 Konsep Insomnia .....                                      | 16 |
| 2.2.1 Pengertian Insomnia .....                                | 16 |
| 2.2.2 Patofisiologi Insomnia .....                             | 17 |
| 2.2.3 Klasifikasi Insomnia .....                               | 18 |
| 2.2.4 Manifestasi klinis Insomnia .....                        | 20 |
| 2.2.5 Faktor penyebab Insomnia .....                           | 22 |
| 2.2.6 Dampak Insomnia .....                                    | 22 |
| 2.2.7 Pengukuran tingkat Insomnia .....                        | 24 |
| 2.3 Mahasiswa .....                                            | 24 |
| 2.3.1 Pengertian Mahasiswa .....                               | 24 |
| 2.3.2 Tugas dan Peran Mahasiswa .....                          | 25 |
| 2.3.3 Insomnia pada Mahasiswa .....                            | 26 |
| BAB 3 KERANGKA KONSEP .....                                    | 28 |
| 3.1 Kerangka Konsep .....                                      | 28 |
| 3.2 Hipotesis .....                                            | 29 |
| BAB 4 METODE PENELITIAN .....                                  | 30 |
| 4.1 Desain Penelitian .....                                    | 30 |
| 4.2 Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel .....                | 31 |
| 4.2.1 Populasi .....                                           | 31 |
| 4.2.2 Teknik Sampling .....                                    | 31 |
| 4.2.3 Sampel .....                                             | 31 |
| 4.3 Variabel penelitian .....                                  | 33 |
| 4.3.1 Variabel Independen .....                                | 33 |
| 4.3.2 Variabel Dependen .....                                  | 33 |
| 4.4 Definisi Operasional .....                                 | 33 |
| 4.5 Tempat Penelitian .....                                    | 34 |
| 4.6 Waktu Penelitian .....                                     | 34 |
| 4.7 Instrumen Penelitian .....                                 | 34 |
| 4.8 Prosedur Pengumpulan Data .....                            | 34 |
| 4.9 Analisis Data .....                                        | 35 |
| 4.9.1 Analisis Univariat .....                                 | 35 |

|                                                                                                                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.9.2 Analisis Bivariat.....                                                                                                                                                   | 36 |
| 4.10 Kerangka Kerja Penelitian .....                                                                                                                                           | 37 |
| 4.11 Etika Penelitian .....                                                                                                                                                    | 38 |
| BAB 5 .....                                                                                                                                                                    | 40 |
| 5.1 Gambaran Umum .....                                                                                                                                                        | 40 |
| 5.2 Data Umum.....                                                                                                                                                             | 41 |
| 5.3 Data Khusus .....                                                                                                                                                          | 42 |
| BAB 6 .....                                                                                                                                                                    | 48 |
| PEMBAHASAN.....                                                                                                                                                                | 48 |
| 6.1 Tingkat Insomnia pada mahasiswa baru D3 Keperawatan Poltekkes<br>Kemenkes Surabaya sebelum dan sesudah diberikan terapi murottal pada<br>kelompok perlakuan. ....          | 48 |
| 6.2 Tingkat insomnia pada mahasiswa baru D3 Keperawatan Poltekkes<br>Kemenkes Surabaya Sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol. ....                               | 51 |
| 6.3 Pengaruh terapi murottal terhadap tingkat insomnia pada mahasiswa baru<br>D3 Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya pada kelompok perlakuan dan<br>kelompok kontrol. .... | 54 |
| 6.4 Keterbatasan Penelitian .....                                                                                                                                              | 56 |
| BAB 7 .....                                                                                                                                                                    | 58 |
| SIMPULAN DAN SARAN .....                                                                                                                                                       | 58 |
| 7.1 Simpulan .....                                                                                                                                                             | 58 |
| 7.2 Saran .....                                                                                                                                                                | 58 |
| DAFTAR PUSTAKA.....                                                                                                                                                            | 60 |