

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| ABSTRAK | i |
| LEMBAR PERSETUJUAN | ii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | vi |
| DAFTAR TABEL | viii |
| DAFTAR GAMBAR | ix |
| BAB I PENDAHULUAN | 2 |
| A. Latar Belakang | 2 |
| B. Rumusan Masalah | 8 |
| C. Tujuan Penelitian | 9 |
| D. Manfaat Penelitian | 9 |
| E. Tinjauan Pustaka | 10 |
| F. Kerangka Berpikir | 12 |
| G. Sistematika Penulisan | 15 |
| BAB II LANDASAN TEORI | 16 |
| A. Wudu | 16 |
| 1. Pengertian Wudu | 18 |
| 2. Aspek-aspek Wudu | 21 |
| 3. Jenis Air Untuk Berwudu | 21 |
| 4. Rukun Wudu | 23 |
| 5. Sunah Wudu | 23 |
| 6. Rahasia di Balik Gerakan Wudu | 25 |
| 7. Manfaat Wudu | 26 |
| B. Tidur | 26 |
| 1. Pengertian Tidur | 27 |
| 2. Manfaat Tidur | 28 |

| | |
|--|-----------|
| C. Insomnia | 28 |
| 1. Pengertian Insomnia | 29 |
| 2. Asek-Aspek Insomnia | 30 |
| 3. Penyebab Insomnia | 31 |
| 4. Klasifikasi Insomnia..... | 31 |
| 5. Jenis-jenis Insomnia | 32 |
| 6. Gejala Insomnia dan Dampak Insomnia | 33 |
| D. Santri Pondok Pesantren..... | 36 |
| 1. Pengertian Santri | 36 |
| 2. Pondok Pesantren | 37 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | 39 |
| A. Metode Penelitian..... | 39 |
| B. Jenis dan Sumber Data | 39 |
| C. Definisi Operasional Variabel (DOV)..... | 40 |
| D. Populasi dan Sampel..... | 47 |
| E. Teknik Pengambilan Sampel..... | 48 |
| F. Teknik Pengumpulan Data | 48 |
| G. Uji Instrumen..... | 50 |
| H. Uji Asumsi..... | 51 |
| I. Teknik Analisis Data..... | 51 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 55 |
| A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Mahasiswa Universal Bandung..... | 55 |
| B. Hasil Penelitian..... | 59 |
| C. Pembahasan | 75 |
| BAB V PENUTUP..... | 79 |
| A. Simpulan..... | 79 |
| B. Saran | 80 |
| DAFTAR PUSTAKA | 81 |
| LAMPIRAN..... | 86 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|------------------------------|
| <i>Tabel 3.1 Kisi-kisi Pernyataan Variabel Wudu</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 3.2 Intrumen Variabel Wudu</i> | .49 |
| <i>Tabel 3.3 Kisi-kisi pernyataan Variabel Insomnia</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Table 3.4 Kisi-kisi Intrumen Variabel Insomnia</i> | 51 |
| <i>Tabel 3.5 Favorable</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Table 3.6 Unfavorable</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin</i> . | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkatan Umur</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 4.3 Kesimpulan Hasil Uji Validitas Variabel Wudu</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 4.4 Kesimpulan Hasil Uji Validitas Variabel Insomnia</i> | 66 |
| <i>Tabel 4.5 Output Uji Reliabilitas Variabel Wudu</i> | 68 |
| <i>Tabel 4.6 Output uji reliabilitas variabel Insomnia</i> | 69 |
| <i>Tabel 4.7 Output Hasil Uji Normalitas</i> | 71 |
| <i>Tabel 4.8 Output Hasil Uji Linearitas</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 4.9 Pedoman Koefisien Korelasi</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 4.10 Hasil uji korelasi spearman</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 4.11 Hasil Uji Regresi Linear</i> | Error! Bookmark not defined. |
| <i>Tabel 4.12 Hasil Uji T</i> | 79 |

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Pai Responden Berdasarkan Jenis Kelamin ... Error! Bookmark not defined.

Gambar 4.2 Diagram Batang Karakteristik Responden Berdasarkan Umur..... Error! Bookmark not defined.

