

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
MOTTO HIDUP.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Kerangka Berpikir	6
F. Hipotesis Penelitian.....	10
G. Hasil Penelitian Terdahulu	11
BAB II LANDASAN TEORI	14
A. Konsep Syukur	14
1. Pengertian Syukur dalam Perspektif Tasawuf	14
2. Pengertian Syukur dalam Perspektif Psikologi Barat.....	15
3. Syukur menurut Al-Quran.....	16
4. Hakikat Syukur.....	17
5. Macam-macam Syukur	18
6. Manfaat Syukur	19
7. Tingkatan Syukur	21
B. Kualitas Tidur.....	21
1. Pengertian Tidur.....	21
2. Tidur Perspektif Islam.....	24
3. Tidur Perspektif Psikologi Barat.....	24
4. Tidur dalam Al-Quran.....	25
5. Macam-macam Tidur yang Sehat.....	26
6. Aspek-aspek Tidur	28
7. Faktor yang Mempengaruhi Tidur	29
BAB III METODE PENELITIAN	31

A. Pendekatan dan Metode Penelitian	31
B. Jenis dan Sumber Data	31
C. Populasi dan Sampel	32
D. Variabel Penelitian	33
E. Skala Pengukuran	36
F. Teknik Pengumpulan Data	38
G. Teknik Analisis Data	39
H. Tempat dan Waktu Penelitian	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Deskripsi Data	48
1. Gambaran Umum Pondok Pesantren Al-Ihsan	48
2. Letak Geografis Pondok Pesantren Al-Ihsan	50
3. Visi dan Misi Pondok Pesantren Al-Ihsan	50
B. Pengujian Hipotesis Penelitian	51
1. Hasil Uji Asumsi Klasik	51
2. Hasil Uji Korelasi Rank Spearman	53
3. Hasil Uji Hipotesis	55
C. Hasil Deskripsi	57
1. Deskripsi Data Variabel Pengaruh Syukur	57
2. Deskripsi Data Variabel Kualitas Tidur	60
D. Pembahasan Hasil Penelitian	63
BAB V PENUTUP.....	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN.....	91
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	100