DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
PERSETUJUAN ii
KATA PENGANTAR iii
DAFTAR ISI vii
DAFTAR TABEL ix
DAFTAR GAMBAR xi
DAFTAR SINGKATAN xii
DAFTAR ISTILAH xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv
RINGKASAN xv
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 8
C. Tujuan Penelitian 8
D. Manfaat Penelitian 9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 10
A. Kualitas Tidur dan Faktor Yang Mempengaruhi 10
B. Penggunaan Gadget Dan Di Kalangan Mahasiswa 22
C. Penggunaan Gadget dan Dampaknya Terhadap Kualitas Tidur 36
D. Penelitian Terdahulu 43
BAB III KERANGKA KONSEP 47
A. Dasar Pemikiran Variabel yang Diteliti 47
B. Pola Pikir Variabel Penelitian 48
C. Definisi Operasional dan Kriteria 49

D. Hipotesis Penelitian 54
BAB IV METODE PENELITIAN 55
A. Jenis Penelitian 55
B. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian 55
C. Subyek dan Obyek Penelitian 56
D. Populasi dan Sampel 56
E. Pengumpulan Data 57
F. Sumber Data 58
G. Pengolahan Data 58
H. Penyajian Data 59
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN 64
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 64
B. Hasil Penelitian 65
C. Pembahasan 100
D. Keterbatasan Penelitian 111
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN 113
A. Kesimpulan 113
B. Saran 115
DAFTAR PUSTAKA 117
LAMPIRAN 132