

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	1
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Remaja.....	8
2.1.1 Pengertian Remaja.....	8
2.1.2 Perkembangan Remaja.....	9
2.1.3 Tahapan Perkembangan Remaja.....	10
2.1.4 Tugas Perkembangan Remaja.....	12

2.1.5	Karakteristik Remaja.....	12
2.1.6	Permasalahan Remaja.....	14
2.2	Konsep Durasi dan Frekuensi Game Online.....	17
2.2.1	Pengertian Durasi.....	17
2.2.2	Pengertian Frekuensi.....	17
2.3	Konsep Game Online.....	17
2.3.1	Pengertian Game Online.....	17
2.3.2	Aspek-Aspek/Intensitas Game Online.....	18
2.3.5	Faktor yang Mempengaruhi Intensitas Bermain Game Online.....	20
2.3.6	Pengertian Kecanduan Game Online.....	21
2.3.7	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online.....	22
2.3.8	Jenis-Jenis Game Online.....	22
2.3.9	Dampak Game Online.....	26
2.4	Konsep Kualitas Tidur.....	30
2.4.1	Pengertian Tidur.....	30
2.4.2	Fisiologi Tidur.....	31
2.4.3	Tahapan Tidur.....	32
2.4.4	Pengertian Kualitas Tidur.....	35
2.4.5	Aspek-Aspek Kualitas Tidur.....	37
2.4.6	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur.....	40
2.4.7	Gangguan Tidur.....	42
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		46
3.1	Jenis Penelitian.....	46
3.2	Variabel Penelitian.....	47
3.2.1	Variabel Independent.....	47

3.2.2	Variabel Dependent.....	47
3.3	Populasi dan Sampel.....	47
3.3.1	Populasi Penelitian.....	47
3.3.3	Teknik Sampling.....	48
3.4	Tahapan Literature Review.....	49
3.4.1	Merumuskan Masalah.....	49
3.4.2	Mencari Data/Literatur.....	49
3.4.3	Mengevaluasi Kelayakan Data/Literatur.....	51
3.5	Analisis Data.....	54
3.6	Etika Penelitian.....	55
3.7	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	56
3.7.1	Lokasi Penelitian.....	56
3.7.2	Waktu Penelitian.....	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		57
4.1	Hasil Penelitian.....	57
4.2	Pembahasan.....	67
4.2.1	Durasi dan Frekuensi Bermain Game Online.....	67
4.2.2	Kualitas Tidur Remaja.....	71
4.2.3	Hubungan Durasi dan Frekuensi Bermain Game Online Terhadap Kualitas Tidur Remaja.....	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		81
5.1	Kesimpulan.....	81
5.2	Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA.....		

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1

Metode PICO *Systematic Review*.....56

Tabel 3.2

Kata Kunci Pencarian Literature *Boolean Operators*.....57

Tabel 4.1

Penilaian Kritis Tentang Durasi Dan Frekuensi Bermain Game Online Terhadap
Kualitas Tidur Remaja..... 64

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.3

Alur Proses dan Kriteria yang Digunakan..... 59

Bagan 3.4

PRISMA *Flow Diagram*..... 61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1

Instrumen Kelayakan Data/Literature

Lampiran 2

Tabel Analisis *Instrumen Joanna Briggs Institute (JBI)*

Lampiran 3

Penilaian Jurnal menggunakan instrumen JBI

Lampiran 4

Hasil Nilai Rekomendasi

Lampiran 5

Bukti Bimbingan Skripsi

Lampiran 6

Bukti Menjadi Oponen

Lampiran 7

Persyaratan Sidang Skripsi

Lampiran 8

Riwayat Hidup