

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| ABSTRAK | iv |
| KATA PENGANTAR | vi |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR BAGAN..... | xii |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| DAFTAR SINGKATAN | xiv |
| BAB I..... | 1 |
| PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 10 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 11 |
| 1.3.1 Tujuan Umum..... | 11 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus | 11 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 11 |
| 1.4.1 Bagi Peneliti Selanjutnya..... | 11 |
| 1.4.2 Bagi Institusi | 11 |
| 1.5 Ruang Lingkup Penelitian | 12 |
| BAB II | 13 |
| TINJAUAN PUSTAKA | 13 |
| 2.1 Kajian Pustaka..... | 13 |
| 2.2 Konsep Mahasiswa Keperawatan | 14 |
| 2.2.1 Definisi Mahasiswa Keperawatan | 14 |
| 2.2.2 Tingkat pendidikan mahasiswa keperawatan | 14 |
| 2.2.3 Peran Mahasiswa | 15 |
| 2.2.4 Ciri-ciri Mahasiswa | 16 |
| 2.2.5 Tugas dan Kewajiban Mahasiswa | 17 |
| 2.3 Istirahat Tidur..... | 17 |
| 2.3.1 Definisi Tidur | 17 |
| 2.3.2 Fungsi dan tujuan tidur | 19 |
| 2.3.3 Tahapan dan siklus tidur | 20 |

| | | |
|--------------------------------|--|-------------------------------------|
| 2.3.4 | Definisi Insomnia | 23 |
| 2.3.5 | Faktor-faktor penyebab insomnia..... | 24 |
| 2.3.6 | Tingkat insomnia..... | 26 |
| 2.3.7 | Tanda dan Gejala..... | 27 |
| 2.3.8 | Komplikasi Insomnia | 27 |
| 2.3.9 | Patofisiologi Insomnia..... | 28 |
| 2.4 | Media Sosial..... | 29 |
| 2.4.1 | Definisi sosial media | 29 |
| 2.4.2 | Klasifikasi media sosial..... | 29 |
| 2.4.3 | Ciri-ciri media sosial | 31 |
| 2.4.4 | Macam-macam media sosial | 31 |
| 2.4.5 | Dampak media sosial..... | Error! Bookmark not defined. |
| 2.5 | Kerangka Teori..... | Error! Bookmark not defined. |
| BAB III..... | | 38 |
| METODE PENELITIAN | | 38 |
| 3.1 | Rancangan Penelitian | 38 |
| 3.2 | Paradigma Penelitian..... | 38 |
| 3.3 | Hipotesis Penelitian..... | 40 |
| 3.4 | Variabel Penelitian | 40 |
| 3.4.1 | Variabel bebas | 40 |
| 3.4.2 | Variabel terikat | 40 |
| 3.5 | Definisi Konseptual dan Definisi Operasional | 41 |
| 3.5.1 | Definisi Konseptual..... | 41 |
| 3.5.2 | Definisi Operasional..... | 42 |
| 3.6 | Populasi dan Sampel | 43 |
| 3.6.1 | Populasi | 43 |
| 3.6.2 | Sampel..... | 43 |
| 3.7 | Etika Penelitian..... | 45 |
| BAB IV | | 47 |
| DESAIN PENELITIAN..... | | 47 |
| 4.1 | Pengumpulan data | 47 |
| 4.1.1 | Instrumen penelitian | 47 |
| 4.1.2 | Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen..... | 49 |

| | | |
|----------------------------------|--|-----------|
| 4.1.3 | Teknik pengumpulan data | 50 |
| 4.2 | Langkah penelitian | 52 |
| 4.3 | Pengolahan Dan Analisa Data | 53 |
| 4.3.1 | Pengolahan data..... | 53 |
| 4.3.2 | Analisa univariate..... | 55 |
| 4.3.3 | Analisa bivariate..... | 56 |
| 4.4 | Lokasi dan Waktu Penelitian..... | 58 |
| 4.1.1 | Lokasi Penelitian..... | 58 |
| 4.1.2 | Waktu..... | 58 |
| BAB V..... | | 59 |
| HASIL DAN PEMBAHASAN..... | | 59 |
| 3.7 | Hasil Penelitian..... | 59 |
| 3.7.2 | Karakteristik Responden..... | 59 |
| 3.7.3 | Analisa Univariate..... | 61 |
| 3.7.4 | Analisa Bivariate..... | 62 |
| 5.2 | Pembahasan..... | 62 |
| 5.2.1 | Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Di Univeritas Bhakti Kencana Bandung..... | 62 |
| 5.2.2 | Penggunaan Media Sosial Pada Mamhasiswa Sarjana Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana Bandung. | 65 |
| 5.2.3 | Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana Bandung. | 68 |
| BAB VI..... | | 71 |
| KESIMPULAN DAN SARAN..... | | 71 |
| 6.1 | Simpulan | 71 |
| 6.2 | Saran..... | 72 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 73 |
| LAMPIRAN..... | | 77 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Kebutuhan Tidur Manusia..... | 23 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional..... | 42 |
| Tabel 3.2 Sampel mahasiswa setiap angkatan..... | 45 |
| Tabel 4.1 kisi-kisi kuesioner insomnia..... | 48 |
| Tabel 4.2 kisi-kisi kuesioner media sosial..... | 48 |
| Tabel 5.1 Karakteristik mahasiswa jurusan S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana yang menggunakan media sosial..... | 58 |
| Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Insomnia..... | 60 |
| Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi media sosial..... | 60 |
| Tabel 5.4 Hubungan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia..... | 61 |

DAFTAR BAGAN

| | |
|--------------------------------------|----|
| Bagan 2. 1 Kerangka Teori..... | 37 |
| Bagan 2. 2 Kerangka Penelitian | 39 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|-------------|---------------------------------------|
| Lampiran 1 | Surat Izin Penelitian |
| Lampiran 2 | Surat Izin Etik |
| Lampiran 3 | Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan |
| Lampiran 4 | Lembar <i>Informed Consent</i> |
| Lampiran 5 | Lembar Kuesioner Penelitian |
| Lampiran 6 | Lembar Bimbingan |
| Lampiran 7 | Lembar Bukti Menjadi Oponen |
| Lampiran 8 | Daftar Riwayat Hidup |
| Lampiran 9 | <i>Time Line</i> |
| Lampiran 10 | Lembar Hasil Kuesioner |
| Lampiran 11 | Lembar Hasil <i>Spss</i> |
| Lampiran 12 | Lembar Turnitin |

DAFTAR SINGKATAN

| | |
|-----------|--|
| GWI | : <i>Global Web Index</i> |
| REM | : <i>Rapid Eye Movement</i> |
| NREM | : <i>Non-Rapid Eye Movement</i> |
| RNA | : <i>Ribonukleic Acid</i> |
| RAS | : <i>reticular activating system</i> |
| BSR | : <i>bulbar synchronizing regional</i> |
| DSM-IV | : <i>The Diagnostic and Statistical of Mental Disorder</i> |
| PPI | : <i>psychophysiologic insomnia</i> |
| CBT | : <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> |
| KSPBJ-IRS | : <i>Insomnia Rating Scale</i> |