

## DAFTAR ISI

<b>COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xvi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xvii</b>
<b>المخلص</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	7
1.3. Tujuan Penelitian .....	7
1.4. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>8</b>
2.1. Kualitas Tidur .....	8
2.1.1. Definisi Tidur .....	8
2.1.2. Tahap Tidur .....	9
2.1.3. Definisi Kualitas Tidur .....	9
2.1.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur .....	11
2.1.5. Aspek-aspek Kualitas Tidur .....	12

2.1.6. Teori Kualitas Tidur .....	15
2.1.7. Gangguan Tidur.....	16
2.1.8. Dampak Kualitas Tidur yang Buruk.....	18
2.2. Adiksi <i>Game Online</i> .....	19
2.2.1. Pengertian <i>Game Online</i> .....	19
2.2.2. Dampak Positif <i>Game Online</i> .....	20
2.2.3. Dampak Negatif <i>Game Online</i> .....	21
2.2.4. Pengertian Adiksi <i>Game</i> .....	22
2.2.5. Aspek-aspek Adiksi <i>Game</i> .....	24
2.2.6. Faktor-faktor Pemicu Adiksi <i>Game</i> .....	25
2.2.7. Dampak Adiksi <i>Game Online</i> .....	26
2.3. Masa Dewasa .....	27
2.4. Penelitian yang Relevan.....	31
2.5. Kerangka Berpikir.....	35
2.6. Hipotesis Penelitian .....	35
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>36</b>
3.1. Desain Penelitian .....	36
3.2. Prosedur Penelitian .....	36
3.3. Populasi dan Sampel .....	37
3.4. Identifikasi Variabel Penelitian .....	37
3.5. Definisi Operasional .....	38
3.6. Teknik Pengumpulan Data .....	38
3.7. Uji Instrumen.....	43
3.8. Teknik Analisis Data.....	44
3.8.1. Analisis Deskriptif.....	44
3.8.2. Uji Asumsi Klasik .....	44
3.8.3. Uji Hipotesis.....	45
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>46</b>
4.1. Hasil Analisis Data .....	46
4.1.1. Analisis Deskriptif.....	46
4.1.2. Uji Asumsi Klasik .....	48

4.1.3. Uji Hipotesis.....	49
4.2. Pembahasan .....	50
4.2.1. Tingkat Adiksi <i>Game Online</i> pada Orang Dewasa .....	50
4.2.2. Tingkat Kualitas Tidur pada Orang Dewasa .....	51
4.2.3. Pengaruh Adiksi <i>Game</i> terhadap Kualitas Tidur pada Orang Dewasa.....	52
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>54</b>
5.1. Kesimpulan.....	54
5.2. Saran	54
5.2.1. Bagi Pemain <i>Game Online Mobile Legends</i> .....	54
5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya .....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian yang Relevan .....	31
Tabel 3.1 Skala PSQI.....	40
Tabel 3.2 Skala GAS.....	41
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	46
Tabel 4.2 Standar Deviasi Hipotetik Adiksi <i>Game Online</i> .....	47
Tabel 4.3 Kategorisasi Adiksi <i>Game Online</i> .....	47
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Adiksi <i>Game Online</i> .....	47
Tabel 4.5 Kategorisasi Kualitas Tidur .....	48
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kualitas Tidur .....	48
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas.....	48
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas .....	49
Tabel 4.9 Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	49
Tabel 4.10 Hasil Uji Hipotesis .....	49
Tabel 4.11 Nilai <i>R-Square</i> .....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	35
------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Penjelasan kepada Subjek Penelitian .....	62
Lampiran 2. Lembar <i>Informed Consent</i> .....	63
Lampiran 3. Kuesioner Adiksi <i>Game</i> (GAS) .....	64
Lampiran 4. Kuesioner Kualitas Tidur (PSQI).....	67
Lampiran 5. Tabulasi Data .....	69
Lampiran 6. Hasil Analisis .....	85
Lampiran 7. Hasil Penelitian .....	88
Lampiran 8. Kartu Bimbingan Skripsi.....	88