

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>ii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</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>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah.....</b>	<b>4</b>
<b>C. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>5</b>
<b>D. Manfaat Penelitian.....</b>	<b>5</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
<b>A. Remaja.....</b>	<b>7</b>
1. Pengertian Remaja.....	7
2. Masa Remaja .....	8

3. Karakteristik Perkembangan dan Pertumbuhan Remaja .....	9
<b>B. Tidur .....</b>	<b>10</b>
1. Pengertian Tidur .....	10
2. Fisiologi tidur .....	11
3. Pengertian Gangguan Tidur .....	11
4. Pengertian Insomnia .....	12
5. Patofisiologi Gangguan Tidur.....	12
6. Aspek Gangguan Tidur.....	13
7. Jenis Gangguan Tidur.....	14
8. Gejala gangguan tidur.....	14
<b>C. Smartphone .....</b>	<b>15</b>
1. Pengertian Smartphone.....	15
2. Fungsi Smartphone.....	16
3. Dampak penggunaan smartphone .....	16
<b>D. Terapi Musik.....</b>	<b>19</b>
1. Pengertian Terapi Musik .....	19
2. Manfaat terapi musik .....	20
3. Jenis Metode Terapi Musik .....	21
4. Jenis-jenis Terapi Musik.....	22
5. Indikasi.....	22
6. Hal-hal yang Perlu Diperhatikan .....	23
7. Pelaksanaan .....	23
<b>BAB III METODELOGI PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
<b>A. Desain Studi Kasus .....</b>	<b>25</b>

<b>B. Subjek Penelitian.....</b>	<b>25</b>
<b>C. Definisi Operasional.....</b>	<b>27</b>
<b>D. Instrumen Penelitian .....</b>	<b>27</b>
<b>E. Tempat dan Waktu .....</b>	<b>28</b>
<b>F. Metode Pengumpulan Data .....</b>	<b>28</b>
<b>G. Analisa Data .....</b>	<b>31</b>
<b>H. Pengolahan Data .....</b>	<b>31</b>
<b>I. Etika Penelitian .....</b>	<b>32</b>
<b>J. Informed Consent .....</b>	<b>33</b>
<b>BAB IV_HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>35</b>
<b>A. Gambaran umum lokasi penelitian .....</b>	<b>35</b>
<b>B. Gambaran umum Responden .....</b>	<b>35</b>
<b>C. Hasil pengukuran Insomnia .....</b>	<b>38</b>
<b>D. Waktu penerapan terapi musik .....</b>	<b>40</b>
<b>E. Pembahasan.....</b>	<b>41</b>
<b>F. Keterbatasan Penelitian.....</b>	<b>43</b>
<b>BAB V_KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>44</b>
<b>A. Kesimpulan.....</b>	<b>44</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>45</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>