

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	x
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Batasan Masalah	4
1.4. Tujuan	4
1.5. Manfaat	5
1.5.1 Bagi Penulis	5
1.5.2 Bagi Pembaca	5
1.5.3 Bagi Akademik	5
1.6. Kerangka Pemikiran	6
1.7. Sistematika Penulisan	9
BAB II KAJIAN LITERATUR	9
2.1. <i>State Of The Art</i>	9
2.2. Landasan Teori	15
2.2.1. Kualitas Tidur	15

2.2.2.	<i>Fear of Missing Out (FOMO)</i>	15
2.2.3.	<i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	16
2.2.4.	Penggunaan Media Sosial	16
2.2.5.	<i>Multilayer Perceptron (MLP)</i>	17
2.2.6.	Penggunaan Jaringan Syaraf Tidur untuk Prediksi Kualitas Tidur	18
2.2.7.	Keterkaitan Antara Kualitas Tidur dan Kesehatan Mental	19
2.2.8.	<i>Cross-Industry Standard Process for Data Mining (CRISP-DM)</i>	20
2.2.9.	Metrik Evaluasi	21
2.2.10.	Pengaruh Cahaya Biru dari Layar Digital	22
2.2.11.	Google Collab dengan Pengembangan Model	23
2.2.12.	Python dan Keras	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		29
3.1.	<i>Business Understanding</i>	31
3.2.	<i>Data Understanding</i>	32
3.3.	<i>Data Preparation</i>	39
3.4.	<i>Modeling</i>	39
3.5.	<i>Evaluation</i>	40
3.6.	<i>Deployment</i>	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		42
4.1.	Hasil <i>Business Understanding</i>	42
4.2.	Hasil <i>Data Understanding</i>	43
4.2.1	Load Dataset	45
4.2.2	<i>Exploratory Data Analysis (EDA)</i>	46
4.2.2.1	Distribusi Responden Berdasarkan Usia	46
4.2.2.2	Distribusi Skor FOMO	47

4.2.2.3	Distribusi Skor PSQI (Kualitas Tidur).....	49
4.2.2.4	Durasi Total Penggunaan Media Sosial.....	50
4.2.3	<i>Data Preprocessing</i>	50
4.2.3.1	<i>Handling Missing Value</i>	50
4.2.3.2	Encoding Variabel Kategorikal.....	51
4.2.3.3	Normalisasi Data Numerik.....	52
4.2.3.4	<i>Splitting Dataset</i>	52
4.2.3.5	<i>Balancing Dataset</i>	53
4.3.	<i>Modeling</i>	54
4.4.	<i>Evaluation</i>	58
4.4.1	Evaluasi Model Sebelum Tuning.....	59
4.4.2	Evaluasi Model Sesudah <i>Tuning</i>	61
4.5	Perbandingan Model Sebelum dan Setelah <i>Tuning</i>	63
4.6	Implementasi Model ke <i>Website</i>	64
BAB V	PENUTUP.....	59
5.1.	Kesimpulan.....	59
5.2	Saran.....	60
DAFTAR	PUSTAKA	62
LAMPIRAN 1		69
LAMPIRAN 2		73
LAMPIRAN 3		75
LAMPIRAN 4		76