

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xvi
ملخص.....
xviii	
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi dan Pembatasan Masalah	15
C. Rumusan Masalah	15
D. Tujuan Penelitian	15
E. Manfaat Penelitian	16
F. Hipotesis Penelitian.....	17
G. Penegasan Istilah.....	18
H. Penelitian Terdahulu	25
I. Sistematika Pembahasan	31
BAB II LANDASAN TEORI.....	33
A. Terapi Relaksasi Spiritual	33

1. .Pengertian Terapi Relaksasi Spiritual	33
2. Manfaat Relaksasi	37
3. Teknik Terapi Relaksasi.....	39
4. Kunci Keberhasilan Dalam Relaksasi.....	41
B. Stres.....	44
1. Definisi Stres	44
2. Penyebab Stres	46
3. Gejala Stres	51
4. Jenis Stres.....	52
C. Remaja.....	54
1. Definisi Remaja	54
2. Ciri-ciri Remaja	56
3. Tugas Perkembangan Remaja	64
D. Unit Pelaksana Teknis Perlindungan dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak (UPT PPSAA).....	73
E. Pengaruh Terapi Relaksasi Spiritual Untuk Menurunkan Stres Pada Remaja.....	76
F. Kerangka Konseptual	79
BAB III METODE PENELITIAN	81
A. Rancangan Penelitian.....	81
B. Jenis Penelitian.....	82
C. Desain Penelitian	83
D. Variabel Penelitian.....	85
E. Populasi, Teknik Sampling dan Sampel	86
F. Kisi – kisi Instrumen	88
G. Instrumen Penelitian	90
H. Sumber Data.....	93
I. Teknik Pengumpulan Data.....	94
J. Analisis Data	98
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	106

A. Deskripsi Data.....	106
B. Pengujian Hipotesis	113
BAB V PEMBAHASAN	121
A. Pembahasan Rumusan Masalah 1	121
B. Pembahasan Rumusan Masalah 2	122
BAB VI PENUTUP	125
A. Kesimpulan	125
B. Saran	126
DAFTAR PUSTAKA	
Lampiran – Lampiran	