

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan	i
Halaman Sampul Dalam	ii
Halaman Pernyataan	iii
Halaman Persetujuan Pembimbing	iv
Halaman Pengesahan	v
Halaman Motto	vi
Abstrak	vii
Abstract.....	ix
Mulakhos	xi
Halaman Persembahan	xiii
Kata Pengantar	xiv
Daftar Isi.....	xvi
Daftar Tabel	xx
Daftar Gambar.....	xxi
Daftar Lampiran.....	xxii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Definisi Operasional.....	8

BAB II : LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori	9
1. Pengertian <i>Self-Compassion</i>	9
a. Pengertian <i>Self-Compassion</i>	9
b. Aspek-aspek <i>Self-Compassion</i>	12
2. Pengertian Stres	17
a. Pengertian Stres	17
b. Stres Dalam Islam	18
c. Penyebab Timbulnya Stres	21
d. Aspek-aspek Stres	23
3. Pengertian Mahasiswa	25
B. Penelitian Terdahulu	27
C. Kerangka Pikir	31
D. Hipotesis Penelitian	32

BAB III :METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	33
B. Waktu dan Tempat	34
C. Populasi dan Sampel Penelitian	34
D. Variabel Penelitian	35
E. Teknik dan Instrumen	36
F. Validitas dan Reliabilitas	40
1. Uji Validitas	40
2. Uji Reabilitas	49
G. Teknik Analisis Data	52

1. Analisis Deskriptif.....	52
2. Analisis Statistik.....	56
a. Uji Normalitas	56
b. Uji Linieritas	56
c. Uji Hipotesis.....	57

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian	59
B. Hasil Uji Hipotesis	61
1. Uji Normalitas	61
2. Uji Linieritas	62
3. Uji Hipotesis.....	63
C. Pembahasan	64
D. Keterbatasan Penelitian	72

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan.....	73
B. Saran.....	74

DAFTAR PUSTAKA..... 76

LAMPIRAN-LAMPIRAN 79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	: Pernyataan Skala <i>Self-Compassion</i>	38
Tabel 3.2	: Pernyataan Skala Stres	39
Tabel 3.3	: Tabel Penilaian Uji Konstruk	41
Tabel 3.4	: Tabel Rumus Skor	41
Tabel 3.5	: Uji Validitas <i>Self-Compassion</i>	43
Tabel 3.6	: Uji Validitas Stres	45
Tabel 3.7	: Hitung Pernyataan Skala <i>Self-Compassion</i>	47
Tabel 3.8	: Hitung Pernyataan Skala Stres	48
Tabel 3.9	: Pernyataan Skala <i>Self-Compassion</i>	48
Tabel 3.10	: Pernyataan Skala Stres	49
Tabel 3.11	: Hasil Uji Reabilitas <i>Self-Compassion</i>	50
Tabel 3.12	: Hasil Uji Reabilitas Stres	50
Tabel 3.13	: Indeks Reabilitas dan Interpretasi	50
Tabel 3.14	: Skor Nilai Terendah dan Tertinggi	52
Tabel 3.15	: Deskriptif Variabel <i>Self-Compassion</i> dan Stres	53
Tabel 3.16	: Rumus Klasifikasi Kelompok	53
Tabel 3.17	: Hasil Klasifikasi Kelompok <i>Self-Compassion</i>	54
Tabel 3.18	: Hasil Klasifikasi Kelompok Stres	55
Tabel 4.1	: Hasil Uji Normalitas	60
Tabel 4.2	: Hasil Uji Linieritas	61
Tabel 4.3	: Hasil Uji Hipotesis	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	: Bagan <i>Self-compassion</i> Pikir.....	16
Gambar 2.2	: Kerangka Berfikir.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Lembar Validasi Ahli	79
Lampiran 2	: Angket Uji Kelompok.....	80
Lampiran 3	: Hasil Output Uji Validitas	81
Lampiran 4	: Hasil Output Uji Reliabilitas	82
Lampiran 5	: Surat Izin Penelitian.....	83
Lampiran 6	: Daftar Hadir Kelompok	84
Lampiran 7	: Form Konsultasi Bimbingan Skripsi	85
Lampiran 8	: Dokumentasi Penelitian	86
Lampiran 9	: Biografi Penulis	87