

DAFTAR ISI

Sampul Luar	
Halaman Kosong	
Sampul Dalam.....	i
Abstrak	ii
Abstract.....	iii
الملخص.....	iv
Pernyataan Keaslian	vi
Lembar Persetujuan	vii
Lembar Pengesahan.....	viii
Halaman Persembahan.....	ix
Kata Pengantar	xi
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
Daftar Isi	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	
1. Hipnoterapi	
a. Pengertian Hipnoterapi.....	9
b. Tahapan atau Proses Hipnoterapi	10

c. Cara Kerja Hipnoterapi.....	12
d. Teknik Konseling Hipnoterapi.....	13
2. Stres	
a. Pengertian Stres	16
b. Jenis-jenis Stres	17
c. Penyebab Stres.....	18
d. Gejala Stres.....	21
e. Kiat-kiat Menghadapi Stres.....	22
3. Remaja	
a. Pengertian Remaja.....	22
b. Ciri-ciri Remaja.....	24
c. Tugas Perkembangan Remaja	27
d. Perilaku Menyimpang pada Remaja	28
B. Hubungan antara Hipnoterapi dalam Menurunkan Tingkat Stres.....	29
C. Penelitian Terdahulu.....	30
D. Kerangka Berpikir	35
E. Hipotesis Penelitian.....	36

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	37
B. Identifikasi Variabel Penelitian	
1. Variabel Bebas.....	38
2. Variabel Terikat	38
C. Definisi Operasional	
1. Definisi Operasional Stres.....	39
2. Definisi Operasional Hipnoterapi.....	40
D. Populasi dan Sampel Penelitian	
1. Populasi Penelitian.....	40
2. Sampel Penelitian.....	41
3. Teknik Sampel.....	41
E. Alat dan Instrumen Pengumpulan Data.....	42

F. Desain Penelitian.....	47
G. Prosedur	
1. Langkah-langkah Penelitian.....	49
2. Tahapan Penelitian	49
H. Analisis Data	
1. Uji Instrumen	
a. Uji Validitas.....	56
b. Uji Reliabilitas	60
2. Uji Normalitas Data.....	61
3. Uji Homogenitas.....	62
3. Uji Hipotesis	
a. Uji Beda Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	62
b. Uji Beda <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen.....	63
c. Presentase Efektivitas Hipnoterapi.....	64

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	65
B. Uji Asumsi Dasar	
1. Uji Normalitas	66
2. Uji Homogenitas	67
C. Uji Hipotesis	
1. Uji Beda Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	67
2. Uji Beda <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen.....	69
3. Presentase Efektivitas Hipnoterapi.....	70
D. Pembahasan	
1. Efektivitas Hipnoterapi untuk Menurunkan Tingkat Stres pada Remaja UPT PPSAA Trenggalek.....	72
2. Besar Tingkat keefektivitas Hipnoterapi untuk Menurunkan Tingkat Stres pada Remaja UPT PPSAA Trenggalek	75
E. Keterbatasan Penelitian.....	79

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	80
B. Saran	81

DAFTAR PUSTAKA.....	83
----------------------------	-----------

LAMPIRAN