

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori.....	9
1. Terapi Quantum Ikhlas	9
a. Pengertian Terapi	9
b. Pengertian Quantum Ikhlas.....	9
c. Aspek Ikhlas.....	11
d. Tingkatan Ikhlas	12
e. Manfaat Ikhlas	13
f. Faktor yang Mempengaruhi Ikhlas.....	13
g. Terapi Quantum Ikhlas	14
2. Kontrol Diri	14
a. Pengertian Kontrol Diri.....	14
b. Aspek Kontrol Diri	15
c. Faktor Kontrol Diri	17
d. Jenis dan Ciri-ciri Kontrol Diri.....	19
3. Remaja	20
a. Pengertian Remaja	20
b. Karakteristik Remaja	22

c. Perubahan Fisik Remaja	25
d. Koknisi Remaja	27
B. Penelitian Yang Relevan.....	28
C. Kerangka Pikir	30
D. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Identifikasi Variabel Penelitian	31
B. Definisi Operasional Variabel	31
1. Terapi Quantum Ikhlas	31
2. Kontrol Diri	31
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	31
1. Populasi	31
2. Sampel	32
3. Teknik Sampling	33
D. Instrumen Penelitian	34
E. Desain Penelitian	36
F. Intervensi.....	37
G. Pengujian dan Analisi Data	38
1. Uji Instrumen.....	38
a. Uji validitas.....	38
b. Uji reliabilitas	41
2. Uji Asumsi Dasar	42
a. Uji normalitas	42
b. Uji homogenitas	42
3. Uji Hipotesis.....	42
a. Uji Paired Sample T Test.....	42
b. Uji Independent Sample T-Test	43

c. Uji Koefisien Determinasi (R ²).....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	46
A. Deskripsi Hasil Penelitian	46
B. Hasil Uji Asumsi Dasar	50
1. Uji Normalitas.....	50
2. Uji Homogenitas	51
C. Uji Hipotesis.....	52
1. Uji Paired Sampe T Test	52
2. Uji Independent Sample T Test.....	54
3. Uji Koefisien Determinasi (R ²)	55
D. Pembahasan.....	56
1. Apakah efektif Terapi Quantum Ikhlas untuk meningkatkan kontrol diri pada remaja?	56
2. Seberapa efektif Terapi Quantum Ikhlas terhadap kontrol diri pada remaja?	59
E. Keterbatasan Penelitian	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN-LAMPIRAN	