

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
DAFTAR ISI	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar belakang	1
B. Identifikasi dan Pembatas Masalah	7
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
F. Hipotesis Penelitian	10
G. Penegasan Istilah	11
H. Sitematika Pembahasan	13
BAB II. LANDASAN TEORI	
A. Remaja	
a. Pengertian remaja	15
b. Karakteristik perkembangan remaja	16
c. Tugas – tugas remaja	18
B. Kecemasan remaja	
a. Pengertian kecemasan	20

b. Aspek – aspek kecemasan.....	22
c. Dinamika kecemasan.....	24
d. Faktor yang mempengaruhi kecemasan.....	24
e. Tindakan untuk mengurangi kecemasan.....	26
C. Relaksasi spiritual	
a. Pengertian relaksasi.....	27
b. Pengertian spiritual.....	30
c. Pengertian relaksasi spiritual.....	32
D. Hubungan terapi relaksasi spiritual dengan kecemasan	
a. Hubungan terapi relaksasi dengan kecemasan.....	33
E. Lembaga pembinaan khusus anak kelas 1 Blitar	
a. Sejarah singkat lembaga.....	33
b. visi dan misi.....	34
c. Peran dan fungsi.....	35
F. Kajian penelitian terdahulu.....	35
G. Kerangka konseptual.....	39

BAB III. METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	
a. Pendekatan Penelitian.....	40
b. Jenis Penelitian.....	40
B. Variabel Penelitian.....	42
C. Populasi, Sampel dan sampling.....	44
a. Populasi.....	44
b. Teknik Sampling.....	45
c. Sampel.....	46
D. Kisi-kisi Instrumen.....	47
E. Instrument Penelitian.....	48
F. Sumber Data.....	51
G. Teknik Pengumpulan Data.....	52
1. Teknik Pengumpulan Data.....	53

2.	Tahapan Penelitian	55
H.	Analisis Data.....	57
1.	Uji Instrumen.....	57
a.	Uji Validitas.....	57
b.	Uji Reliabilitas.....	58
2.	Uji asumsi dasar.....	60
a.	Uji Normalitas.....	60
b.	Uji Homogenitas.....	60
3.	Uji Hipotesis.....	61
a.	Uji beda pre-tes dan post-tes.....	61
b.	Tingkat Efektifitas.....	62
BAB IV. HASIL PENELITIAN		
A.	Deskriptif Data.....	64
1.	Hasil Uji Validitas.....	64
a.	Uji Validitas.....	65
b.	Reliabilitas.....	65
2.	Uji Asumsi Dasar.....	66
a.	Hasil Uji Normalitas.....	66
b.	Hasil Uji Homogenitas.....	67
3.	Uji Hipotesis.....	69
a.	Uji Beda pre-tes dan pos-tes.....	69
b.	Tingkat Efektifitas Terapi Relaksasi Spiritual.....	70
BAB V. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN		
A.	Pembahasan Rumusan Masalah I.....	73
B.	Pembahasan Rumusan Masalah II.....	74
C.	Implikasi Temuan Penelitian.....	76
BAB VI PENUTUP		
A.	Kesimpulan.....	77
B.	Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....		79
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		81