

DAFTAR ISI

BAGIAN AWAL

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x

BAGIAN INTI

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Kegunaan Penelitian	9
E. Hipotesis Penelitian	11
F. Ruang Lingkup Penelitian.....	11
G. Definisi Istilah	12
H. Kajian Penelitian Terdahulu.....	12

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik	
a) Tinjauan Tentang Konseling Kelompok	14
b) Tinjauan Tentang Reknik Relaksasi.....	22
c) Tinjauan Tentang Stress Belajar	35
B. Kerangka Berpikir.....	44

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	45
B. Subjek Penelitian	45

C. Desain Penelitian	46
D. Teknik Pengumpulan Data.....	50
E. Teknik Analisis Data	55

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	56
B. Pembahasan.....	95

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	99
B. Saran	100

BAGIAN AKHIR

Daftar Rujukan	101
Pernyataan Keaslian Tulisan	103
Lampiran-lampiran	104
Daftar Riwayat Hidup	126