

DAFTAR ISI

PERNYATAAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	v
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Asumsi.....	7
F. Hipotesis.....	8
G. Metode Penelitian.....	8
1. Pendekatan penelitian.....	8
2. Metode.....	9
3. Populasi dan Sampel.....	9
4. Instrumen Penelitian.....	10
5. Teknik Pengumpulan Data.....	10
6. Teknik Analisis Data.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Stres.....	11
1. Pengertian Stres.....	11
2. Sumber Stres.....	12
3. Gejala-Gejala Stres.....	15
4. Dampak Stres.....	18
5. Mekanisme Stres Berdasarkan Penilaian Kognitif.....	20

B. Strategi Penanggulangan Stres.....	21
1. Pengertian Strategi Penanggulangan Stres.....	21
2. Fungsi Strategi Penanggulangan Stres.....	22
3. Bentuk Strategi Penanggulangan Stres.....	23
C. Mahasiswa.....	25

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian.....	30
B. Variabel Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
D. Definisi Operasional.....	33
E. Instrumen Penelitian.....	34
F. Teknik Pengumpulan Data.....	37
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	38
1. Reliabilitas.....	38
2. Uji Normalitas Distribusi Data.....	40
3. Validitas item.....	40
H. Teknik Analisis Data.....	42
I. Hipotesis penelitian.....	43
J. Prosedur Penelitian.....	44
1. Tahap Persiapan.....	44
2. Tahap Pengambilan Data.....	45
3. Tahap Pengolahan Data.....	45
4. Tahap Pembahasan.....	45
5. Tahap Penyelesaian.....	45

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	46
1. Karakteristik Responden.....	46
2. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	49
3. Analisis Korelasi.....	55
B. Pembahasan.....	59
1. Hubungan Variabel Stres dengan Strategi Penanggulangan	

Stres yang Berpusat pada Masalah.....	59
2. Hubungan Variabel Stres dengan Strategi Penanggulangan	
Stres yang Berpusat pada Emosi.....	60
3. Hubungan Variabel Strategi penanggulangan Stres yang	
Berpusat pada Masalah dengan Strategi Penanggulangan Stres	
yang Berpusat pada Emosi.....	60
C. Temuan Penelitian.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	
A. Kesimpulan.....	66
B. Rekomendasi.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	71
RIWAYAT HIDUP.....	178

