

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Tentang Stres Akademik .....	6
1. Defenisi Stres Akademik .....	6
2. Penyebab Stres Akademik .....	6
3. Fisiologis Stres.....	10
4. Jenis Stres .....	12

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres.....	15
B. Tinjauan Tentang Afirmasi Positif.....	19
1. Defenisi afirrmasi positif.....	19
2. Manfaat Afirmasi Positif.....	20
3. Jenis-jenis afirmasi.....	21
4. Fisiologi Afirmasi positif.....	24
5. Teknik Afirmasi.....	25
6. Tujuan Afirmasi Positif.....	26
7. Faktor yang Mendukung Afirmasi.....	27
8. Tahapan Afirmasi.....	30
9. Dasar Afirmasi.....	31
<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS .....</b>	<b>33</b>
A. Kerangka Konsep.....	33
B. Defenisi Operasional dan Kriteria Objektif.....	33
C. Hipotesis .....	34
<b>BAB IV METODE PENELITIAN.....</b>	<b>35</b>
A. Rancangan Penelitian .....	35
B. Waktu dan Lokasi Penelitian .....	36
C. Populasi dan Sampel .....	36
1. Populasi .....	36

2. Sampel.....	36
D. Teknik Pengumpulan Data.....	39
E. Instrumen Penelitian.....	39
F. Pengolahan dan Analisa Data.....	40
1. Pengolahan Data .....	40
2. Analisa Data.....	41
G. Etika Penelitian .....	42
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	45
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	45
B. Hasil Penelitian .....	47
1. Karakteristik Responden .....	47
2. Analisa Univariat .....	48
3. Analisa Bivariat .....	50
C. Pembahasan.....	52
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran .....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	58
RIWAYAT HIDUP.....	73