

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Persetujuan Pembimbing	ii
Pengesahan Tim Penguji Lembar Persetujuan	iii
Motto dan Persembahan	iv
Pernyataan Otentitas Skripsi	v
Abstrak	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar	xi
BAB I Pendahuluan	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Konsep	7
F. Metode Penelitian	11
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian	11
2. Sasaran dan Lokasi Penelitian	12
3. Jenis dan Sumber Data	13
4. Tahap-Tahap Penelitian	14
5. Teknik Pengumpulan Data	18
6. Teknik Analisis Data	20
7. Teknik Keabsahan Data	20
G. Sistematika Pembahasan	22
BAB II Tinjauan Pustaka	
A. Kajian Teoritik	25
1. Bimbingan dan Konseling Islam	
a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam	25
b. Fungsi dan Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam	29
c. Asas-Asas Bimbingan dan Konseling Islam	32
d. Unsur- Unsur Bimbingan dan Konseling Islam	37
2. <i>Islamic Transcendental Meditation</i>	
a. Pengertian <i>Islamic Transcendental Meditation</i>	39
b. Sejarah <i>Transcendental Meditation</i>	43
c. Teknik-Teknik <i>Islamic Transcendental Meditation</i>	45
d. Manfaat <i>Islamic Transcendental Meditation</i>	54
3. Stres	
a. Pengertian Stres	56
b. Faktor-Faktor Penyebab Stres	58
c. Cara Mengatasi Stres	62
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	70

BAB III Penyajian Data

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian	75
1. Lokasi Penelitian	75
2. Deskripsi Konselor	79
3. Deskripsi Klien	81
4. Deskripsi Masalah	85
B. Deskripsi Hasil Penelitian	87
1. Deskripsi Faktor-Faktor Penyebab Stres pada Seorang Istri di Dusun Jabaran Desa Pohkecik Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto	87
2. Deskripsi Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan <i>Islamic Transcendental Meditation</i> dalam Mengatasi Stres Seorang Istri di Dusun Jabaran Desa Pohkecik Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto	89
3. Deskripsi Hasil dari Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan <i>Islamic Transcendental Meditation</i> dalam Mengatasi Stres Seorang Istri di Dusun Jabaran Desa Pohkecik Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto	105

BAB IV Analisis Data

A. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Stres pada Seorang Istri di Dusun Jabaran Desa Pohkecik Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto	108
B. Analisis Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan <i>Islamic Transcendental Meditation</i> dalam Mengatasi Stres Seorang Istri di Dusun Jabaran Desa Pohkecik Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto	111
C. Analisis Hasil dari Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan <i>Islamic Transcendental Meditation</i> dalam Mengatasi Stres Seorang Istri di Dusun Jabaran Desa Pohkecik Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto	113

BAB V Penutup

A. Kesimpulan	117
B. Saran	119

Daftar Pustaka

Surat Keterangan (bukti melakukan penelitian, dll)

Biodata Penulis

Lampiran