

DAFTAR ISI

| | |
|--------------------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI | ii |
| PENGESAHAN TIM PENGUJI | iii |
| MOTTO | iv |
| PERSEMBAHAN | v |
| PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI | vi |
| ABSTRAK | vii |
| KATA PENGANTAR..... | viii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR TABEL | x |

BAB I : PENDAHULUAN

| | |
|---|----|
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 6 |
| C. Tujuan Penelitian | 6 |
| D. Manfaat Penelitian | 7 |
| E. Definisi Operasional | 8 |
| F. Metode Penelitian | 13 |
| 1. Pendekatan dan Jenis Penelitian | 13 |
| 2. Sasaran dan Lokasi Penelitian | 14 |
| 3. Jenis dan Sumber Data..... | 15 |
| 4. Tahap-tahap penelitian..... | 16 |
| 5. Teknik Pengumpulan Data..... | 20 |
| 6. Teknik Analisis Data..... | 21 |
| 7. Teknik pemeriksaan keabsahan data..... | 22 |
| G. Sistematika Pembahasan | 24 |

BAB II: KAJIAN PUSTAKA

| | |
|--|----|
| A. Kajian Teoritik | 27 |
| 1. Bimbingan dan Konseling Islam..... | 27 |
| a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam..... | 27 |
| b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam | 30 |
| c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam..... | 31 |
| d. Prinsip-prinsip Dasar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam..... | 31 |
| e. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam..... | 32 |
| f. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam..... | 33 |
| g. Layanan Bimbingan dan Konseling Islam..... | 37 |
| 2. <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 39 |
| a. Pengertian <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 39 |
| b. Sejarah <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 41 |
| c. Tujuan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 43 |
| d. Teknik <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 44 |

| | |
|--|-----|
| e. Jenis pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 45 |
| f. Fungsi <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 46 |
| g. Prinsip-prinsip <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 46 |
| 3. Kesehatan Mental | 51 |
| a. Pengertian Kesehatan Mental | 51 |
| b. Faktor-faktor Penyebab Kecemasan | 54 |
| c. Tujuan Kesehatan Mental | 56 |
| d. Manfaat Kesehatan Mental Bagi Kehidupan Manusia | 58 |
| e. Sasaran dalam Kesehatan Mental | 59 |
| f. Ruang lingkup Kesehatan Mental | 60 |
| g. Teori-teori Kesehatan Mental | 65 |
| h. Prinsip-prinsip Kesehatan Mental..... | 65 |
| i. Konsep Dasar Kesehatan Mental | 68 |
| B. Penelitian Terdahulu yang Relevan | 74 |
| | |
| BAB III: PENYAJIAN DATA | |
| A. Deskripsi Umum Lokasi Penelitian | 79 |
| B. Deskripsi Hasil Penelitian..... | 96 |
| | |
| BAB IV: ANALISIS DATA | |
| A. Analisis Proses Dari Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam Dengan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Dalam Mencegah Masalah Kesehatan Mental (<i>Anxiety</i>) Seorang Siswa Di Madrasah Aliyah Bilingual Krian Sidoarjo | 120 |
| B. Analisis Data mengenai proses pelaksanaan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> dalam mencegah Masalah Kesehatan Mental (<i>Anxiety</i>) Seorang Siswa di MA. Bilingual krian Sidoarjo | 122 |
| C. Analisis Hasil Akhir Dari Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam Dengan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Dalam Mencegah Masalah Kesehatan Mental (<i>Anxiety</i>) Seorang Siswa di Madrasah Aliyah Bilingual krian Sidoarjo | 123 |
| | |
| BAB V : PENUTUP | |
| A. Kesimpulan | 126 |
| B. Saran | 127 |
| | |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | |
| KALKULASI PERHITUNGAN | |
| BIODATA PENELITI | |