

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Keaslian Penelitian	7
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	9
F. Sistematisasi Penulisan	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. KECEMASAN	12
1. Pengertian Kecemasan	12
2. Teori Kecemasan	13
3. Tingkat dan Karakteristik Kecemasan	15
4. Faktor-faktor Munculnya Kecemasan	20
B. TERAPI SEFT	21
1. Pengertian SEFT	21
2. Tujuan Terapi SEFT	22
3. Teknik Terapi SEFT	23
4. Kunci Keberhasilan SEFT	29
C. HUBUNGAN TERAPI SEFT TERHADAP KECEMASAN	31
D. KERANGKA TEORITIK	35
E. HIPOTESIS	37
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Rancangan Penelitian	38
1. Desain Eksperimen	38
2. Langkah-langkah Eksperimen	39
B. Identifikasi Variabel	42
C. Definisi operasional	43
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	44
E. Instrumen Penelitian	45

F. Analisis Data	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
A. Gambarab Umum Lokasi Penelitian	52
B. Hasil Penelitian	53
1. Persiapan Penelitian	53
2. Penyusunan Instrumen Penelitian	55
3. Penentuan Skoring Alat Ukur	55
4. Pelaksanaan Penelitian	56
5. Deskripsi Hasil Penelitian	57
6. Pengujian Hipotesis	59
7. Pembahasan	62
BAB V PENUTUP	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	67

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 : Blue Print <i>skala kecemasan</i>	46
Tabel 3.2 : Indeks Reabilitas dan Intepretasinya	50
Tabel 4.1 : Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Phobia	58
Tabel 4.2 : Hasil Uji Hipotesis	60

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kuesioner Penelitian	69
2. Uji Validitas dan reabilitas	71
3. Data Mentah Pretest	74
4. Data Skoring Pretest	75
5. Data Mentah Posttest	76
6. Data Skoring Posttest	77
7. Uji Hipotesis	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Bagan Kerangka Teoritik	36
Gambar 3.1 : Bagan Desain Eksperiment	38