



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GRAFIK.....	xv

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Hasil Penelitian	9
E. Definisi Operasional	10
F. Hipotesis	14



G. Sistematika Pembahasan	14
---------------------------------	----

BAB II : LANDASAN TEORI

A. Kecemasan	16
1. Pengertian Kecemasan	16
2. Macam-macam Kecemasan	17
3. Faktor Penyebab Kecemasan	19
4. Tanda-tanda Kecemasan	20
5. Dampak kecemasan.....	22
B. Tes	25
1. Pengertian Tes	25
2. Fungsi Tes	26
3. Macam-macam Tes	27
C. Teknik Restrukturisasi Kognitif	33
1. Pengertian Teknik Restrukturisasi Kognitif	33
2. Tujuan Teknik Restrukturisasi Kognitif	34
3. Manfaat Restrukturisasi Kognitif.....	35
4. Langkah-langkah Teknik Restrukturisasi Kognitif.....	36
5. Penggunaan Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mereduksi Tingkat Kecemasan Siswa Saat Menghadapi Tes	43

BAB III : METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	46
B. Populasi	47
C. Sampel	48
D. Variabel penelitian	50
E. Teknik Pengumpulan Data	50



F. Instrumen Pengumpulan Data	51
G. Uji Coba Instrumen	62
H. Teknik Analisis Data.....	68

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	69
1. Sejarah Singkat MTsN Sidoarjo	69
2. Data Madrasah	70
3. Data Kepala Madrasah	70
4. Data Siswa 3 Tahun Terakhir	71
5. Tenaga Pendidik dan Pendidikan	71
6. Sarana yang dimiliki.....	72
7. Visi dan Misi.....	74
8. Struktur Program Kurikulum	75
B. Deskripsi Data	
1. Data Hasil <i>Pre Test</i> Kecemasan Siswa Saat Menghadapi Tes.....	75
2. Pemberian Teratment	77
3. Data Hasil <i>Post Test</i> Kecemasan Siswa Saat Menghadapi Tes	86
C. Uji Hipotesis	87
D. Pembahasan	
1. Tingkat Kecemasan Siswa Sebelum Melaksanakan Treatment (<i>Pre Test</i>)	91
2. Tingkat Kecemasan Siswa Setelah Melaksanakan Treatment (<i>Post Test</i>).....	98
3. Teknik Restrukturisasi Kognitif dapat Mereduksi tingkat Kecemasan Siswa saat Menghadapi Tes	100



BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan.....	102
B. Saran	104

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN