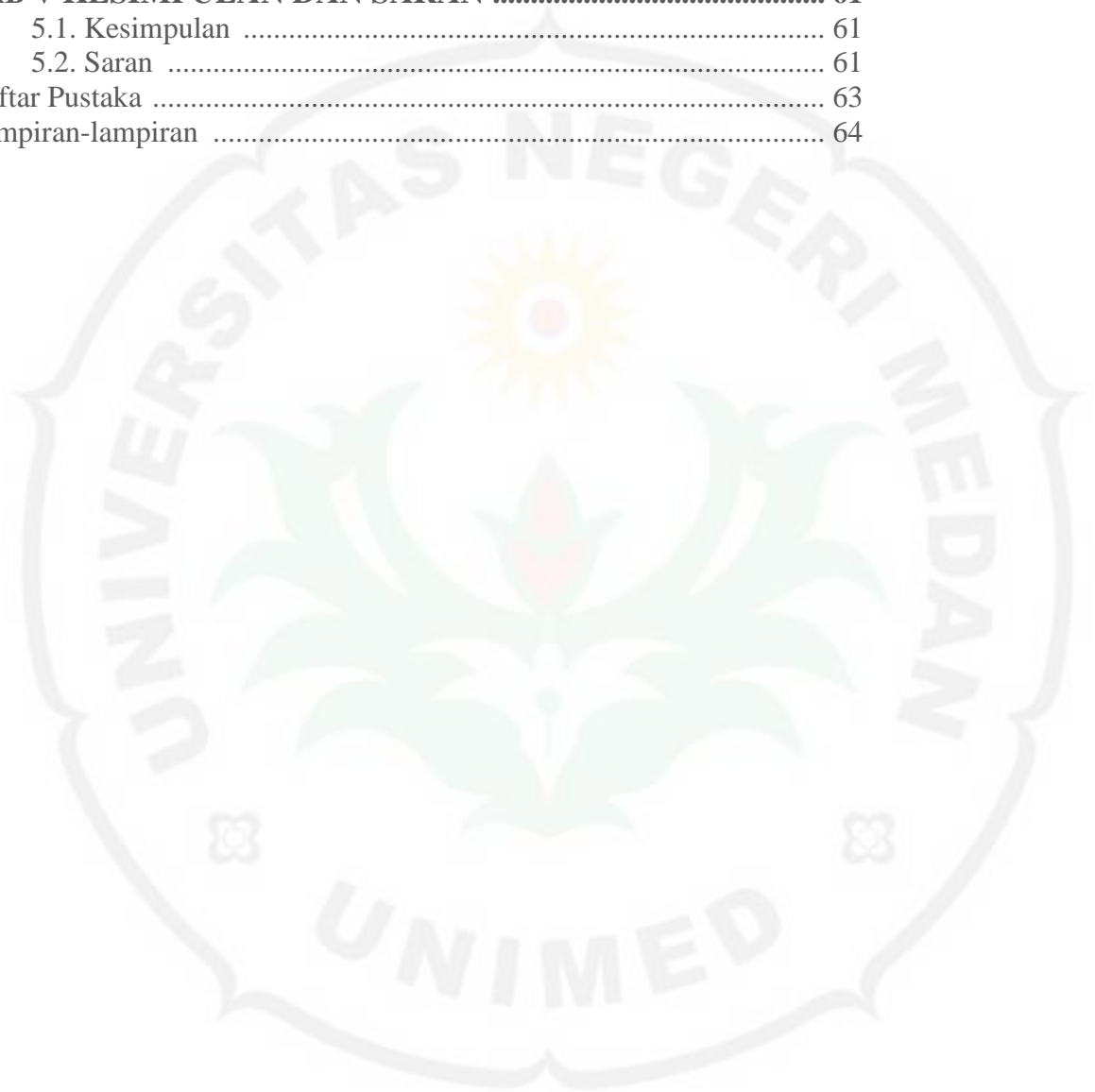


## DAFTAR ISI

	<b>Hal</b>
<b>Abstrak</b> .....	<b>i</b>
<b>Kata Pengantar</b> .....	<b>ii</b>
<b>Daftar Isi</b> .....	<b>vi</b>
<b>Daftar Tabel</b> .....	<b>viii</b>
<b>Daftar Gambar</b> .....	<b>ix</b>
<b>Daftar Diagram</b> .....	<b>x</b>
<b>Daftar Lampiran</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	4
1.3. Batasan Masalah .....	5
1.4. Rumusan Masalah .....	5
1.5. Tujuan Penelitian .....	5
1.6. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1. Kerangka Teoritis .....	7
2.1.1. Kecemasan Anak Pada Masa Pubertas Menghadapi Perubahan Fisik .....	7
2.1.1.1 Pengertian Kecemasan Anak Pada Masa Pubertas Menghadapi Perubahan Fisik .....	7
2.1.1.2 Faktor-faktor yang Menghadapi Kecemasan Anak Pada Masa Pubertas Menghadapi Perubahan Fisik .....	12
2.1.1.3 Gejala-Gejala Kecemasan .....	13
2.1.2. Konseling Individual Teknik Relaksasi .....	14
2.1.2.1. Pengertian Konseling Individual .....	14
2.1.2.2. Tujuan Konseling Individu .....	15
2.1.2.3. Tahapan-Tahapan Dalam Konseling Individual .....	16
2.1.2.4. Asas-Asas dalam Konseling Individual .....	20
2.1.2.5. Pengertian Relaksasi .....	24
2.1.2.6. Jenis Relaksasi .....	25
2.1.2.7. Langkah-langkah Relaksasi (Otot) .....	27
2.2. Kerangka Berpikir.....	28
2.3. Hipotesis Tindakan .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>30</b>
3.1. Jenis Penelitian .....	31
3.2. Subjek dan Objek Penelitian .....	31
3.3. Operasionalisasi Variabel Penelitian .....	31
3.4. Desain Penelitian .....	31
3.5. Prosedur Penelitian .....	33
3.6. Alat Pengumpulan Data .....	37
3.7. Teknik Analisis Data.....	39
3.8. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>42</b>
4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	42
4.2. Hasil Penelitian .....	43
4.2.1. Permasalahan .....	43
4.2.2. Hasil Penelitian Tindakan Siklus I .....	46

4.2.3 Hasil Penelitian Tindakan Siklus II .....	52
4.3 Pembahasan Penelitian.....	58
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>61</b>
5.1. Kesimpulan .....	61
5.2. Saran .....	61
Daftar Pustaka .....	63
Lampiran-lampiran .....	64



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY