

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN SAMPUL DALAM

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING i

HALAMAN PENGESAHAN..... ii

HALAMAN ORIGINILITAS KARYA ILMIAH iii

ABSTRAK iv

ABSTRACT v

KATA PENGANTAR..... vi

DAFTAR ISI..... 1

DAFTAR TABEL xi

DAFTAR GAMBAR..... xiii

DAFTAR LAMPIRAN xiv

BAB I PENDAHULUAN..... 1

A. Latar Belakang..... 1

B. Rumusan Masalah..... 6

C. Tujuan 6

1. Tujuan Umum..... 6

2. Tujuan Khusus 6

D. Manfaat..... 7

1. Bagi Siswa 7

2. Bagi Sekolah..... 7

3. Bagi Peneliti 7

4. Bagi Peneliti Selanjutnya 7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... 9

A. Tinjauan Teoritis..... 9

1. Konsep Kecemasan..... 9

2. Konsep Regulasi Emosi..... 13

3. Konsep Teknik *Grounding*..... 16

B. Penelitian Terkait..... 21

C. Kerangka Konseptual..... 27

D. Hipotesa.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Dan Desain Penelitian	29
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel.....	31
1. Populasi	31
2. Sampel	31
D. Instrumen Penelitian.....	33
1. Instrumen Kecemasan	33
2. Instrumen Regulasi Emosi.....	34
E. Definisi Operasional.....	37
F. Etika Penelitian	39
G. Prosedur Pengumpulan Data	40
H. Analisa Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	44
A. Analisis Univariat.....	44
B. Analisis Bivariat	47
BAB V PEMBAHASAN	52
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil	52
B. Keterbatasan Penelitian	73
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78