

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Nota Persetujuan Pembimbing	ii
Lembar Pengesahan	iii
Pernyataan Keaslian Tesis	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
Motto	vii
Persembahan	viii
Pedoman Transliterasi	ix
Kata Pengantar	x
Daftar Isi	xii
Daftar Tabel	xv
Daftar Gambar	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Penelitian Terdahulu dan Originalitas Penelitian	6
F. Definisi Istilah	8
G. Sistematika Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Perspektif Teori	12
1. Kondisi Mental	12
a. Pengertian Kondisi Mental	12
b. Kriteria Kondisi Mental Sehat dan Tidak Sehat ..	14
c. Faktor-Faktor Kondisi Mental	15
2. <i>Cognitive Control</i>	16
a. Pengertian <i>Cognitive Control</i>	16
b. Aspek-aspek <i>Cognitive Control</i>	19
c. Faktor-faktor Pengaruh <i>Cognitive Control</i>	19
d. Upaya <i>Cognitive Control</i>	21
3. Toleransi terhadap Stres	23
a. Pengertian Toleransi terhadap Stres	23
b. Gejala-gejala Stres	24
c. Faktor Penyebab Stres	25
d. Aspek-aspek Toleransi terhadap Stres	26

e. Upaya Toleransi terhadap Stres.....	27
B. Perspektif Islam.....	28
1. Kondisi Mental dalam Perspektif Islam	28
a. Pengertian Kondisi Mental Perspektif Islam	28
b. Kriteria Sehat Mental Perspektif Islam	29
2. <i>Cognitive Control</i> dalam Perspektif Islam	30
a. Pengertian Toleransi Stres Perspektif Islam	30
3. Toleransi terhadap Stres dalam Perspektif Islam	31
a. Pengertian Toleransi Stres Perspektif Islam	31
b. Upaya Toleransi Stres Perspektif Islam	32
C. Kerangka Berpikir	35
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	37
B. Latar Penelitian	38
C. Jenis dan Sumber Data	38
D. Teknik Pengumpulan Data.....	39
E. Teknik Pengambilan dan Penentuan Sampling Informan	42
F. Analisis Data	43
G. Keabsahan Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
A. Paparan Data Responden.....	48
B. Hasil Penelitian	58
1. Kondisi Mental mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Kudus Angkatan 2018	60
2. <i>Cognitive Control</i> untuk Toleransi terhadap Stres Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Kudus Angkatan 2018	63
C. Pembahasan.....	90
1. Kondisi mental mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Kudus Angkatan 2018.....	90
2. Bentuk <i>Cognitive Control</i> untuk Toleransi terhadap Stres Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Kudus Angkatan 2018	92
BAB V PENUTUP	101
A. Simpulan.....	101
B. Implikasi.....	102
C. Saran.....	102

DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN	109
RIWAYAT HIDUP	126

