

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN MUNAQOSYAH.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	7
F. Sistematika Penulisan.....	7
BAB II : LANDASAN TEORI	
A. Deskripsi Teori.....	9
1. Kemampuan.....	9
2. Pengelolaan.....	12
3. Stress.....	15
4. Pengendalian Diri.....	30
5. Mahasiswa.....	35
6. Skripsi.....	38
B. Penelitian Terdahulu.....	39
C. Kerangka Berfikir.....	42
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	44
B. Lokasi Penelitian.....	45
C. Sumber Data.....	45
D. Metode Pengumpulan Data.....	47
E. Uji Keabsahan Data.....	51
F. Teknik Analisis Data.....	55

BAB IV : PEMBAHASAN

A.	Gambaran Umum Obyek Penelitian	59
1.	Sejarah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.....	59
2.	Lokasi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.....	64
3.	Program dan Kurikulum S1	65
4.	Struktur Organisasi IAIN Kudus	66
5.	Fasilitas.....	67
6.	Visi, Misi, dan Tujuan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.....	68
B.	Deskripsi Data	52
1.	Faktor yang Mempengaruhi Stress pada Mahasiswa Semester VII Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Kudus.....	69
2.	Pengelolaan Stress Yang Dilakukan Mahasiswa Untuk Mengendalikan Diri Dalam Menyelesaikan Tugas Skripsi	80
C.	Analisis Data	63
1.	Analisis Faktor yang Mempengaruhi Stress Pada Mahasiswa Semester VII Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Kudus.....	84
3.	Analisi Pengelolaan Stress Yang Dilakukan Mahasiswa Untuk Mengendalikan Diri Dalam Menyelesaikan Tugas Skripsi	99

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan.....108

B. Saran.....109

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

