

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian.....	5
E. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II : TEKNIK RELAKSASI DAN KECEMASAN SISWA MENGHADAPI IMTIHAN	
A. Deskripsi Pustaka.....	7
1. Teknik Relaksasi.....	7
a. Pengertian Teknik Relaksasi.....	7
b. Jenis-jenis Relaksasi.....	8
c. Manfaat Relaksasi	9
2. Kecemasan Siswa Menghadapi Imtihan	10
a. Kecemasan	10
b. Macam-macam Kecemasan	16
c. Penyebab Kecemasan	20

d. Ciri-ciri Kecemasan.....	21
3. Pengertian Imtihan.....	21
4. Membaca dan Tulis Al-Qur'an	22
a. Adab membaca Al-Qur'an.....	24
b. Dasar Baca Tulis Qur'an	24
c. Tujuan Baca Tulis Qur'an	25
B. Hasil Penelitian Terdahulu	26
C. Kerangka Berpikir.....	28
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	30
B. Sumber Data.....	31
C. Lokasi Penelitian	32
D. Teknik Pengumpulan Data.....	33
E. Uji Keabsahan Data	36
F. Analisis Data	38
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Situasi Umum TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati.....	40
1. Sejarah singkat berdirinya TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati.....	40
2. Letak Geografis TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati	41
3. Visi, Misi dan Tujuan TPQ Al-Falah Ngening Batangan Pati.....	41
4. Data Kependidikan.....	42
5. Data Kesiswaan.....	44
6. Rincian Tugas Guru Mapel	45
7. Kewajiban Siswa.....	45
8. Larangan-larangan Bagi Siswa	46
9. Sanksi-sanksi	46
10. Perencanaan ke Depan	47
11. Permasalahan dan Upaya Mengatasinya	47

12. Data Sarana dan Prasarana	47
13. Sarana dan Prasarana.....	47
B. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	48
1. Data Mengenai Hasil Observasi dan Dokumentasi Tentang Penerapan Teknik Relaksasi untuk Mengatasi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Imtihan Baca Tulis Al-Qur'an Batangan Pati	48
2. Data Mengenai Hasil Observasi dan Dokumentasi Mengenai Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat untuk Mengatasi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Imtihan Baca Tulis Al-Qur'an di TPQ Al- Falah Ngening Batangan Pati	57
C. Analisis Penelitian	61
1. Analisis Data Mengenai Hasil Observasi dan Dokumentasi Mengenai Penerapan Teknik Relaksasi untuk Mengatasi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Imtihan Baca Tulis Al-Qur'an di TPQ Al- Falah Ngening Batangan Pati	61
2. Analisis Data Mengenai Hasil Observasi dan Dokumentasi Mengenai Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat untuk Mengatasi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Imtihan Baca Tulis Al-Qur'an di TPQ Al- Falah Ngening Batangan Pati	64
BAB V : PENUTUP	
A. Simpulan	67
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT PENDIDIKAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	: Jumlah Siswa 2016/2017	44
Tabel 4.2	: Data Bentuk Kecemasan Siswa dalam Menghadapi Imtihan Tahun Pelajaran 2016/2017	46
Tabel 4.3	: Sarana dan Prasarana	48
Tabel 4.4	: Data Sarana dan Prasarana.....	48



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Kerangka Berpikir 28

