

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR BAGAN.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
DAFTAR SINGKATAN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTISARI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penulisan.....	6
D. Manfaat Penulisan.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Remaja.....	10
1. Definisi Remaja.....	10
2. Ciri-ciri Remaja.....	10
3. Resiko Gangguan Mental pada Remaja.....	11
B. Gangguan Kecemasan.....	11
1. Definisi.....	11
2. Epidemologi.....	12
3. Patofisiologi.....	13
4. Faktor-faktor yang Meningkatkan Resiko Gangguan Kecemasan pada Remaja.....	16
5. Tatalaksana.....	18
C. Emotional Freedom Technique (EFT).....	19
1. Definisi.....	19
2. Prosedur.....	20
3. Mekanisme EFT terhadap gangguan cemas.....	22
4. Efikasi EFT terhadap gangguan cemas.....	24

D.	Landasan Teori.....	25
E.	Kerangka Teori .....	26
F.	Kerangka Konsep .....	27
G.	Hipotesis .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>		<b>28</b>
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	28
B.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	28
C.	Subjek Penelitian .....	29
D.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
E.	Definisi Operasional .....	31
F.	Instrumen Penelitian .....	33
G.	Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data.....	34
H.	Pengelolaan dan Analisis Data .....	35
I.	Etika Penelitian.....	36
J.	Jalannya Penelitian .....	37
K.	Alur Penelitian.....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>41</b>
A.	Hasil Penelitian.....	41
B.	Pembahasan .....	48
C.	Keterbatasan dan Kelemahan Penelitian .....	53
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>		<b>54</b>
A.	Kesimpulan.....	54
B.	Saran .....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>55</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>		<b>64</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Hubungan antara <i>fear</i> dan <i>worry</i> pada sirkuit dan neurotransmitter.....	15
Gambar 2.	Titik <i>tapping</i> EFT.....	21

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Keaslian penelitian.....	7
Tabel 2.	Definisi operasional.....	31
Tabel 3.	Karakteristik subjek penelitian.....	42
Tabel 4.	Gambaran skor kecemasan pada remaja SMA N 6 Yogyakarta.....	44
Tabel 5.	Perbedaan <i>pre test</i> dan <i>post test</i> pada kelompok intervensi.....	44
Tabel 6.	Perbedaan <i>pre test</i> dan <i>post test</i> pada kelompok kontrol.....	45
Tabel 7.	Perbedaan penurunan kecemasan antar kelompok.....	45
Tabel 8.	Hasil uji bivariat variabel perancu terhadap skor kecemasan.....	47
Tabel 9.	Hasil uji multivariat terhadap penurunan skor kecemasan.....	48

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka teori.....	26
Bagan 2. Kerangka konsep.....	27
Bagan 3. Alur penelitian.....	40

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Lembar penjelasan kepada orang tua calon responden.....	64
Lampiran 2.	Lembar persetujuan orang tua.....	66
Lampiran 3.	Surat persetujuan responden.....	67
Lampiran 4.	Lembar sosiodemografi responden.....	68
Lampiran 5.	Kuesioner <i>Revised Children's Manifest Anxiety Scale</i> (RCMAS).....	69
Lampiran 6.	Panduan <i>Emotional Freedom Technique</i> (EFT).....	71
Lampiran 7.	<i>Curriculum Vitae</i> .....	73
Lampiran 8.	Persetujuan Etik.....	74