

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Pengesahan	ii
Daftar Isi	iii
Daftar Gambar	iv
Daftar Tabel	v
Daftar Lampiran	vi
Intisari	1
<i>Abstract</i>	2
Pendahuluan	3
Metode	20
Hasil	30
Diskusi	39
Kesimpulan dan Saran	47
Daftar Pustaka	49
LAMPIRAN	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Sistem Saraf Pusat	13
Gambar 2. <i>Physiological theory</i>	14
Gambar 3. Kerangka berpikir penelitian	19
Gambar 4. Grafik skor kecemasan tiap subjek Prt	31

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rancangan Pelatihan Teknik Relaksasi	22
Tabel 2. Tabel Peserta Pelatihan Teknik Relaksasi	29
Tabel 3. Jadwal Pelaksanaan Pelatihan Teknik Relaksasi.....	30
Tabel 4. Skor Kecemasan Tiap Subjek	31
Tabel 5. Hasil <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	32

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. Persetujuan partisipan (<i>informed consent</i>)	56
LAMPIRAN B. Pedoman observasi dan wawancara	60
LAMPIRAN C. Alat ukur penelitian dan hasil uji reliabilitas	66
LAMPIRAN D. Hasil Uji Statistik Wilcoxon	70
LAMPIRAN E. Hasil asesmen	72
LAMPIRAN F. Proses pelaksanaan Pelatihan Teknik Relaksasi	86
LAMPIRAN G. Hasil Penelitian	100
LAMPIRAN H. Tugas Harian	116
LAMPIRAN I. Surat keterangan penelitian	125