

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO HIDUP	iv
PROFIL PENELITI	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Tinjauan Pustaka	6
F. Kerangka Pemikiran	7
G. Sistematika Pembahasan	11
BAB II KAJIAN TEORI	12
A. Kontrol Diri	12
1. Pengertian Kontrol Diri	12
2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	14
3. Jenis-jenis Kontrol Diri	19
4. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri	19
B. Kualitas Puasa	21
1. Pengertian Puasa	21
2. Kualitas Puasa	21
3. Manfaat dan Tujuan Puasa	26
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Jenis Penelitian	30

B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	31
D. Definisi Operasional Variabel	32
E. Instumen dan Teknik Pengumpulan Data	33
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	36
G. Hipotesis	38
H. Teknik Analisis Data	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Hasil Penelitian	40
1. Persiapan Penelitian	40
2. Deskripsi Subjek Penelitian	41
3. Deskripsi Data, Validitas, dan Reliabilitas Data	44
4. Uji Asumsi Penelitian	55
5. Hipotesis	56
B. Pembahasan	59
BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	70