

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Hasil Penelitian.....	6
E. Hasil Penelitian Terdahulu.....	7
F. Kerangka Pemikiran.....	9
G. Hipotesis .....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Terapi Menulis .....	13
1. Pengertian.Terapi.Menulis Ekspresif .....	13
2. Tujuan Terapi Menulis Ekspresif .....	17
3. Manfaat Terapi Menulis Ekspresif .....	17
4. Tahapan Terapi Menulis Ekspresif .....	19
5. Fungsi Terapi Menulis Ekspresif .....	21
B. Media Katarsis .....	23
1. Pengertian Media Katarsis .....	23
2. Implementasi Media Katarsis .....	24
C. Gangguan Was-was .....	25

1. Gangguan Was-was dalam Perspektif Islam .....	25
2. Gangguan Was-was dalam Perspektif Psikologi .....	31
3. Gangguan Was-was Perspektif Tasawuf .....	40
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>50</b>
A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	50
B. Alat Ukur Kuantitatif .....	53
C. Identifikasi Variabel Penelitian .....	53
D. Populasi dan Sampel .....	54
E. Jenis dan Sumber Data .....	58
F. Teknik Pengumpulan Data .....	59
G. Instrumen Penelitian .....	61
H. Uji Validitas dan Uji Realibitas .....	71
I. Teknik Analisa Data .....	74
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>76</b>
A. Gambaran Umum .....	76
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	76
2. Pelaksanaan Penelitian .....	78
3. Profil Subjek Penelitian .....	79
B. Pengujian Hipotesis .....	83
1. Deskripsi Data Kuantitatif .....	83
2. Deskripsi Data Kualitatif .....	93
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	102
1. Proses dari Terapi Menulis Ekspresif dalam Menurunkan Was-was Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi dalam Menyelesaikan Skripsi	102
2. Dampak dari Terapi Menulis Ekspresif dalam Menurunkan Was-was Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi dalam Menyelesaikan Skripsi	109
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>118</b>
A. Kesimpulan .....	118
B. Saran .....	119
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>120</b>

LAMPIRAN.....	127
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	138

