

## Daftar Isi

Lembar Persetujuan .....	i
Lembar Pengesahan .....	ii
Lembar Pernyataan Bebas Plagiarism .....	iii
Lembar Pernyataan .....	iv
Lembar Persembahan.....	v
Abstrak.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Ucapan Terima Kasih .....	viii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Tabel .....	xi
Daftar Gambar .....	xii
Daftar Lampiran.....	xiii
Bab 1 Pendahuluan .....	1
Latar Belakang Masalah .....	1
Rumusan Masalah.....	7
Tujuan Penelitian .....	7
Kegunaan Penelitian .....	8
Bab 2 Tinjauan Pustaka .....	9
Stres Akademik.....	9
Pengertian Stres Akademik.....	9
Aspek Stres Akademik.....	10
Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik .....	11
Dampak Stres Akademik .....	13
Stres Akademik dalam Perspektif Islam.....	14
Optimisme.....	16
Pengertian Optimisme.....	16
Aspek Optimisme.....	16
Faktor yang Mempengaruhi Optimisme .....	18
Dampak Optimisme .....	20
Optimisme dalam Perspektif Islam.....	20
Sabar .....	22
Pengertian Sabar .....	22

Aspek Sabar .....	23
Faktor yang Mempengaruhi Sabar.....	24
Dampak Sabar.....	27
Sabar dalam Perspektif Islam.....	28
Kerangka Pemikiran.....	29
Hipotesis Penelitian .....	32
Bab 3 Metode Penelitian.....	33
Rancangan Penelitian.....	33
Variabel Penelitian.....	33
Subjek Penelitian .....	35
Teknik Pengumpulan Data.....	36
Teknik Analisis Data.....	40
Bab 4 Hasil dan Pembahasan.....	42
Hasil Penelitian .....	42
Deskripsi Demografi Subjek.....	42
Analisis Deskriptif .....	44
Analisis Inferensial .....	46
Pembahasan.....	50
Bab 5 Simpulan dan Saran.....	57
Simpulan .....	57
Saran .....	57
Daftar Pustaka.....	58
Lampiran.....	64
Riwayat Hidup .....	89