

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	x
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	xi
<b>MOTTO</b> .....	xii
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN</b> .....	xiii
<b>BAB I</b> .....	1
<b>PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Kegunaan Penelitian.....	4
E. Ruang Lingkup .....	5
F. Kerangka Pemikiran.....	7
G. Langkah-langkah Penelitian.....	10
H. Teknik Pengumpulan Data .....	13
<b>BAB II</b> .....	21
<b>KAJIAN PUSTAKA</b> .....	21
A. Bimbingan Agama .....	21
1. Pengertian Bimbingan Agama .....	21
2. Tujuan Bimbingan Agama .....	23

3. Fungsi Bimbingan Agama .....	25
4. Metode Bimbingan Agama .....	25
5. Materi Bimbingan Agama.....	26
B. Tahajud.....	32
a. Pengertian Tahajud.....	32
b. Manfaat Shalat Tahajud .....	34
c. Keutamaan Shalat Tahajud.....	36
d. Tata cara Shalat Tahajud.....	39
C. Stress dan Tingkat Stress.....	43
a. Pengertian Stres.....	43
b. Jenis Stres.....	44
c. Tahapan Stres .....	44
d. Tingkat Stres .....	46
D. Hubungan bimbingan agama, Shalat tahajud, dan Tingkat stress.....	47
<b>BAB III.....</b>	<b>49</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN HASIL PEMBAHASAN.....</b>	<b>49</b>
A. Gambaran Umum Lembaga .....	49
B. Hasil Penelitian.....	63
C. PEMBAHASAN .....	76
<b>BAB IV .....</b>	<b>81</b>
<b>PENUTUP.....</b>	<b>81</b>
A. KESIMPULAN .....	81
B. SARAN.....	82
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>83</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>86</b>

