

DAFTAR ISI

ABSTRAK	
Lembar Persetujuan.....	i
Lembar Pengesahan	ii
Riwayat Hidup	iii
Motto dan Persembahan	iv
Kata Pengantar	v
Daftar Isi	ix

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Kegunaan Penelitian	6
E. Kerangka Pemikiran	7
F. Langkah-Langkah Penelitian	13

BAB II LANDASAN TEORITIS TENTANG STRATEGI BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENGATASI GEJALA STRES PADA SISWA

A. Konsep Dasar Strategi	18
Pengertian Strategi	18
B. Konsep Dasar Bimbingan Kelompok	20
1. Pengertian Bimbingan	20
2. Pengertian Kelompok	23
3. Pengertian Bimbingan Kelompok	28
4. Fungsi, Tujuan dan Kegunaan Bimbingan Kelompok	31
5. Ruang Lingkup Bimbingan Kelompok	36
6. Penyelenggaraan Layanan Bimbingan kelompok	37
7. Unsur-Unsur Bimbingan Kelompok	43

C. Konsep Dasar Stres	48
1. Pengertian Stres	48
2. Gejala Stres	49
3. Stressor (Pemicu Stres)	49
4. Tahapan-tahapan Stres	50
5. Faktor-faktor yang menimbulkan Stres	51
6. Macam-macam Stres	52
7. Sumber-sumber Stres	53
D. Konsep Dasar Siswa	54
1. Pengertian Siswa	54
2. Tugas Siswa	57

**BAB III TINJAUAN EMPIRIS TENTANG STRATEGI BIMBINGAN
KELOMPOK UNTUK MENGATASI GEJALA STRES PADA SISWA SMP PLUS
AL-AQSHA**

A. Gambaran Umum SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang	60
1. Sejarah Berdirinya SMP Plus Al-Aqsha Cibeusi Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang	60
2. Visi dan Misi SMP Plus Al-Aqsha	63
3. Kelembagaan SMP Plus Al – Aqsha	68
4. Sarana dan Prasarana SMP Plus Al – Aqsha	72
5. Jenjang Pendidikan	73
6. Tenaga Pengajar.....	74
7. Kesiswaan	76
8. Gambaran Program Bimbingan dan Konseling SMP Plus Al-Aqsha	77

B. Program Strategi Bimbingan Kelompok Untuk Mengatasi Gejala Stres Pada Siswa....	84
1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan	87
2. Konselor/Pembimbing	88
3. Konseli/Objek Bimbingan	89
4. Tahapan atau Proses Bimbingan Kelompok	90
5. Evaluasi Kegiatan	93
6. Media	93
C. Strategi Bimbingan Kelompok dalam Mengatasi Gejala Stres Pada Siswa SMP Plus Al-Aqsha	94
D. Hasil Bimbingan Kelompok dalam Mengatasi Gejala Stres pada siswaVIII SMP Plus Al-Aqsha Jatinangor Sumedang	95
BAB IV PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	102
B. Saran	106
DAFTAR PUSTAKA.....	108
LAMPIRAN.....	111



 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 SUNAN GUNUNG DJATI
 BANDUNG