ABSTRAK

SITTI RAHMI. 2011. *Skripsi.* Pengaruh Penerapan Teknik *Cue-Controlled Relaxation* dengan Kalimat Dzikir Terhadap Stres Belajar Siswa MAN 2 Model Makassar. Dibimbing oleh Dra. Hj. Nurbaya Kaco, M. Pd dan Drs. H. Abdullah Pandang, M. Pd. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini menelaah Pengaruh Penerapan Teknik *Cue-Controlled Relaxation* dengan Kalimat Dzikir terhadap Stres Belajar Siswa di MAN 2 Model Makassar. Masalah penelitian ini adalah: 1. Bagaimana gambaran stres belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *cue-controlled relaxation* dengan kalimat dzikir di MAN 2 Model Makassar 2. Bagaimana pengaruh penerapan teknik *cue-controlled relaxation* dengan kalimat dzikir terhadap stres belajar siswa di MAN 2 Model Makassar. Tujuan penelitian ini adalah: 1. Untuk mengetahui gambaran stres belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *cue-controlled relaxation* dengan kalimat dzikir di MAN 2 Model Makassar 2. Untuk mengetahui pengaruh penerapan teknik *cue-controlled relaxation* dengan kalimat dzikir terhadap stres belajar siswa di MAN 2 Model Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan pre-eksperimen terhadap 8 sampel penelitian yang merupakan siswa X8 MAN 2 Model Makassar pada tahun ajaran 2010/2011. Pengumpulan data dengan menggunakan instrument angket dan observasi. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif *non-parametrik,* yaitu Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test.* Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Tingkat stres belajar siswa sebelum diberikan teknik *cue-controlled relaxation* dengan kalimat dzikir berkategori sedang, akan tetapi setelah diberi perlakuan berupa teknik *cue-controlled relaxation* dengan kalimat dzikir tingkat stres belajar siswa mengalami perubahan kearah positif dan menurun sehingga berada pada kategori rendah. (2) Penerapan teknik *cue-controlled relaxation* dengan kalimat dzikir memberi pengaruh yang positif terhadap penanganan stres belajar siswa X8 di MAN 2 Model Makassar.