

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	i
DAFTAR ISI .....	ii
DAFTAR TABEL .....	v
DAFTAR GRAFIK .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.5 Sistematika Penulisan .....	7
BAB II .....	8
KONSEP MANAJEMEN DIRI DALAM BELAJAR DAN KONSELING KOGNITIF PERILAKU DENGAN TEKNIK PEMECAHAN MASALAH .....	8
2.1 Manajemen Diri dalam Belajar ( <i>Academic Self-management</i> ) .....	8
2.1.1 Pengertian Manajemen Diri dalam Belajar ( <i>Academic Self-management</i> ) .....	8
2.1.2 Aspek-aspek Manajemen Diri dalam Belajar .....	10
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Manajemen Diri dalam Belajar	16
2.1.4 Ciri-ciri Manajemen Diri dalam Belajar .....	19
2.1.5 Tahap-tahap Manajemen Diri dalam Belajar .....	20
2.1.6 Strategi Perubahan Perilaku Peserta Didik .....	21
2.1.7 Teknik Manajemen Diri dalam Belajar .....	23
2.2 Konseling Kognitif-Perilaku dengan Teknik Pemecahan Masalah .	25
2.2.1 Definisi Konseling Kognitif-Perilaku .....	25
2.2.2 Tujuan dan Fokus Konseling Kognitif-Perilaku .....	27

Ika Lestari, 2015

*Efektivitas teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2.2.3 Teknik-teknik dalam Kognitif-Perilaku .....	28
2.2.4 Prinsip-prinsip Konseling Kognitif-Perilaku .....	30
2.2.5 Teknik Pemecahan Masalah .....	33
2.3 Kerangka Pemikiran .....	45
2.4 Hasil Penelitian yang Relevan .....	46
2.4.1 Manajemen Diri dalam Belajar .....	46
2.4.2 Teknik Pemecahan Masalah .....	46
2.5 Asumsi Penelitian .....	47
BAB III .....	49
METODE PENELITIAN .....	49
3.1 Metode Penelitian .....	49
3.2 Desain Penelitian .....	50
3.3 Partisipan .....	51
3.4 Lokasi, Populasi, dan Sampel Penelitian .....	51
3.4.1 Lokasi Penelitian .....	51
3.4.2 Populasi Penelitian .....	51
3.4.3 Sampel Penelitian .....	52
3.5 Definisi Operasional Variabel (DOV) Penelitian .....	53
3.5.1 Manajemen Diri dalam Belajar .....	54
3.5.2 Teknik Pemecahan Masalah .....	56
3.6 Instrumen Penelitian .....	57
3.6.1 Penyusunan Instrumen .....	57
3.6.2 Pengembangan Kisi-kisi .....	57
3.6.3 Pedoman Skoring .....	59
3.7 Prosedur Penelitian .....	59
3.7.1 Uji Validitas .....	59
3.7.2 Uji Kelayakan Instrumen .....	60
3.7.3 Uji Keterbacaan .....	61
3.7.4 Uji Coba Butir Item Instrumen .....	61
3.7.5 Uji Reliabilitas Instrumen .....	63

Ika Lestari, 2015

*Efektivitas teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.8 Teknik Pengumpulan Data .....	65
3.9 Teknis Analisis Data .....	65
BAB IV .....	71
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	71
4.1 Hasil Penelitian dan Pembahasan .....	71
4.1.1 Gambaran Umum Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015 .....	71
4.1.2 Program Konseling Kognitif-Perilaku dengan Teknik Pemecahan Masalah untuk Meningkatkan Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik .....	78
4.1.3 Efektivitas Teknik Pemecahan Masalah untuk Meningkatkan Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015 .....	101
4.2 Keterbatasan Penelitian .....	118
4.2.1 Keterbatasan Teoritis .....	118
4.2.2 Keterbatasan Teknik .....	119
BAB V .....	120
PENUTUP .....	120
5.1 Simpulan .....	120
5.2 Rekomendasi .....	120
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Populasi Penelitian .....	51
Tabel 3.2. Subjek Penelitian .....	53
Tabel 3.3. Kisi-kisi Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik .....	58
Tabel 3.4. Pola Skor Opsi Alternatif Respon <i>Model Summated Ratings (Likert)</i> .....	59
Tabel 3.5. Hasil Uji Validitas .....	63
Tabel 3.6. Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisiensi Korelasi .....	65
Tabel 3.7. Kategorisasi Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015....	67
Tabel 3.8. Hasil Perhitungan Kategorisasi Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015 .....	67
Tabel 3.9. Kategori Tingkat Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik .....	68
Tabel 4.1. Gambaran Umum Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015 .....	71
Tabel 4.2. Gambaran Aspek Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015 .....	72
Tabel 4.3. Profil Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015.....	73
Tabel 4.4. Profil Tingkat Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015	82
Tabel 4.5. Profil Aspek Tingkat Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015	83
Tabel 4.6. Sasaran Intervensi Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015 .....	88
Tabel 4.7. Profil Aspek Tingkat Manajemen Diri dalam Belajar Peserta	

Ika Lestari, 2015

*Efektivitas teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015	89
Tabel 4.8. Nilai Skor Instrumen 40 Peserta Didik yang Harus Diberikan Intervensi Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015	89
Tabel 4.9. Pembagian Kelompok Peserta Didik yang Mengikuti Intervensi.....	93
Tabel 4.10. Hasil Uji Normalitas Data <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	102
Tabel 4.11. Hasil Uji Normalitas Data <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	103
Tabel 4.12. Kesimpulan Hasil Uji Normalitas Data <i>Pre-test dan Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	104
Tabel 4.13. Hasil Uji <i>Mann-whitney</i> Data <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	105
Tabel 4.14. Hasil Uji <i>Mann-whitney</i> Data <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	106
Tabel 4.15. Kesimpulan Hasil Uji <i>Mann-whitney</i> .....	106
Tabel 4.16. Rata-rata Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen	107
Tabel 4.17. Rata-rata Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Kontrol ...	107
Tabel 4.18. Kesimpulan Hasil Rata-rata Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	108
Tabel 4.19. Hasil Uji <i>Mann-whitney</i> Setiap Aspek Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015 .....	109
Tabel 4.20. Perbedaan Pencapaian Skor Manajemen Diri dalam Belajar Kelompok Eksperimen Sebelum dan Sesudah Interveni melalui Konseling Kognitif-Perilaku dengan Teknik Pemecahan Masalah .....	111
Tabel 4.21. Perbedaan Tingkat Manajemen Diri dalam Belajar Sebelum dan Sesudah Intervensi Kelompok Eksperimen .....	111
Tabel 4.22. Perbedaan Pencapaian Skor Manajemen Diri dalam Belajar Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Interveni melalui Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah .....	112
Tabel 4.23. Perbedaan Tingkat Manajemen Diri dalam Belajar Sebelum dan Sesudah Intervensi Kelompok Kontrol .....	113

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1. Rata-rata Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	108
Grafik 4.2 Rata-rata Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Aspek Manajemen Diri dalam Belajar antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	110

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Tahapan untuk Perubahan Peserta Didik (Myron Dembo, 2004 dan B.J Zimmerman, 1996) .....	22
Gambar 2.2. Aspek Dimensi Kinerja Manajemen Diri (Myron Dembo, 2004, hlm. 24) .....	23
Gambar 2.3. Kerangka Pemikiran Teknik Pemecahan Masalah untuk Meningkatkan Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik .....	45
Gambar 3.1. Skema Desain <i>Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group Design</i> .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Administrasi Penelitian
- Lampiran 2. Instrumen Penelitian
- Lampiran 3. Hasil Pengolahan Data Penelitian
- Lampiran 4. Program Intervensi Penelitian
- Lampiran 5. Dokumentasi Kegiatan

Ika Lestari, 2015

*Efektivitas teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)