

DAFTAR ISI

| | Hlm. |
|---|------|
| LEMBAR PENGESAHAN | i |
| MOTTO | ii |
| PERNYATAAN | iii |
| ABSTRAK | iv |
| KATA PENGANTAR | vi |
| UCAPAN TERIMA KASIH | viii |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR TABEL | xv |
| DAFTAR GRAFIK | xvi |
| DAFTAR GAMBAR | xvii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Penelitian..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 14 |
| C. Tujuan Penelitian | 15 |
| D. Manfaat Penelitian | 16 |
| E. Asumsi Penelitian | 17 |
| | |
| BAB II KONSEP TENTANG KONSELING KOGNITIF- PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI MAHASISWA | |
| A. Resiliensi | 20 |
| 1. Definisi Resiliensi | 21 |
| 2. Karakteristik Individu yang Resilien. | 22 |
| 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi..... | 22 |
| 4. Tingkatan Resiliensi dan Dampaknya Terhadap | 29 |

| | |
|---|----|
| Perilaku..... | |
| 5. Model untuk Mengembangkan Resiliensi | 30 |
| B. Mahasiswa | 47 |
| 1. Pengertian Mahasiswa | 47 |
| 2. Tugas Perkembangan Mahasiswa | 47 |
| 3. Masalah-masalah Mahasiswa | 48 |
| C. Konseling Kognitif-Perilaku..... | 51 |
| 1. Sejarah Konseling Kognitif-Perilaku | 51 |
| 2. Pengertian Konseling Kognitif-Perilaku | 55 |
| 3. Karakteristik Konseling Kognitif-Perilaku..... | 56 |
| 4. Tujuan dan Fokus Konseling Kognitif-Perilaku..... | 60 |
| 5. Konseli yang Bisa Ditangani dengan Konseling Kognitif-Perilaku..... | 61 |
| 6. Proses Konseling Kognitif-Perilaku..... | 61 |
| 7. Teknik Konseling Kognitif-Perilaku..... | 63 |
| D. PenelitianTerdahulu yang Relevan | 69 |
| E. Kerangka Pikir Pemecahan Masalah Penelitian | 79 |
| F. Hipotesis Penelitian | 86 |

BAB III METODE PENELITIAN

| | |
|---|-----|
| A. Pendekatan dan Metode Penelitian..... | 87 |
| B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel... | 89 |
| C. Pengembangan Instrumen Penelitian | 92 |
| D. Lokasi, Populasi, dan Sampel Penelitian..... | 104 |
| E. Tahap-tahap Penelitian | 108 |
| F. Analisis Data | 112 |
| G. RancanganAwal Model KonselingKognitif- PerilakuuntukMeningkatkanResiliensiMahasiswa | 117 |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Umi Rohmah, 2014

MODEL KONSELING KOGNITIF-PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI MAHASISWA
(Studi Terhadap Mahasiswa STAIN Ponorogo

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

| | |
|---|-----|
| A. Hasil Penelitian | 131 |
| 1. Profil Resiliensi Mahasiswa | 131 |
| 2. Profil Adversitas Mahasiswa | 141 |
| 3. Profil Upaya Mahasiswa dalam Menghadapi Adversitas | 148 |
| 4. Pengembangan Model Hipotetik Konseling Kognitif- Perilaku untuk Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa.. | 152 |
| 5. Efektivitas Model Konseling Kognitif-Perilaku dalam Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa | 176 |
| B. Pembahasan Hasil Penelitian..... | 224 |
| 1. Profil Resiliensi Mahasiswa | 224 |
| 2. Profil Adversitas Mahasiswa | 232 |
| 3. Upaya-upaya Mahasiswa dalam Meningkatkan Resiliensi | 235 |
| 4. Model Konseling Kognitif-Perilaku untuk Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa | 241 |
| 5. Efektivitas Model Konseling Kognitif-Perilaku dalam Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa | 243 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|--------------------------------------|-----|
| A. Kesimpulan | 256 |
| B. Saran | 260 |
| 1. Bagi Peneliti Selanjutnya | 260 |
| 2. Bagi Dosen BK dan Psikologi | 261 |
| 3. Bagi Lembaga | 261 |

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

SK Promotor

Surat Tugas untuk *expert judgement*

Umi Rohmah, 2014

MODEL KONSELING KOGNITIF-PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI MAHASISWA
(Studi Terhadap Mahasiswa STAIN Ponorogo

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

Surat keterangan *expert judgement* untuk instrument penelitian

Surat keterangan *expert judgement* untuk model

Surat permohonan izin melakukan penelitian di STAIN Ponorogo

Surat permohonan untuk melakukan uji coba model

Surat keterangan telah melaksanakan penelitian di STAIN Ponorogo

RIWAYAT HIDUP PENELITI

Umi Rohmah, 2014

MODEL KONSELING KOGNITIF-PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI MAHASISWA
(Studi Terhadap Mahasiswa STAIN Ponorogo

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

DAFTAR TABEL

| Tabel | Hlm. |
|-------|---|
| 2.1 | Proses Konseling kognitif-Perilaku 62 |
| 2.2 | Proses Konseling Kognitif-Perilaku yang Telah disesuaikan dengan Budaya Indonesia 63 |
| 3.1 | Matriks Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Mahasiswa (Sebelum Uji Coba) 93 |
| 3.2 | Angket Pengungkap Berbagai Masalah yang Dialami Mahasiswa 95 |
| 3.3 | Angket Pengungkap Upaya Mahasiswa dalam Menghadapi Adversitas 97 |
| 3.4 | Interpretasi Terhadap Koefisien Korelasi dari Nilai r (Reliabilitas Instrumen) 101 |
| 3.5 | Tingkat Reliabilitas Instrumen 101 |
| 3.6 | Matriks Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Mahasiswa (Setelah Uji Coba) 102 |
| 3.7 | Jumlah Sampel Penelitian 107 |
| 3.8 | Kriteria Skor Kompetensi Resiliensi Mahasiswa 114 |
| 3.9 | Kualifikasi Resiliensi Mahasiswa Sesuai Kategori 114 |
| 3.10 | Deskripsi Uji Model Konseling Kognitif-Perilaku untuk Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol 116 |
| 4.1 | Profil Resiliensi Mahasiswa Semester Dua STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 Secara Umum 132 |
| 4.2 | Profil Resiliensi Mahasiswa Semester Dua STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/ 2013 Berdasarkan Gender 133 |
| 4.3 | Hasil Uji Normalitas Data 219 |
| 4.4 | Hasil Uji Homogenitas Data 220 |
| 4.5 | Hasil Uji Efektifitas Konseling Kognitif-Perilaku dalam Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa 222 |
| 4.6 | Rata-rata Tingkat Resiliensi Mahasiswa Semester Dua STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2013/2014 setelah Mendapat <i>Treatment</i> 223 |

Umi Rohmah, 2014

MODEL KONSELING KOGNITIF-PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI MAHASISWA
(Studi Terhadap Mahasiswa STAIN Ponorogo

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

DAFTAR GRAFIK

| Grafik | Hlm. |
|--|------|
| 4.1 Profil Resiliensi Mahasiswa Semester Dua STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 Secara Umum | 132 |
| 4.2 Profil Resiliensi Mahasiswa Semester Dua STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 Berdasarkan Gender | 133 |
| 4.3 Profil Resiliensi Mahasiswa Semester Dua Jurusan Tarbiyah STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 Berdasarkan Aspek Resiliensi | 135 |
| 4.4 Profil Resiliensi Mahasiswa Semester Dua Jurusan Syari'ah STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 Berdasarkan Aspek Resiliensi | 137 |
| 4.5 Profil Resiliensi Mahasiswa Semester Dua Jurusan Ushuluddin STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 Berdasarkan Aspek Resiliensi | 140 |
| 4.6 Profil Adversitas Mahasiswa Semester Dua STAIN Ponorogo Secara Umum | 142 |
| 4.7 Profil Adversitas Mahasiswa Semester Dua Jurusan Tarbiyah STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 | 144 |
| 4.8 Profil Adversitas Mahasiswa Semester Dua Jurusan Syari'ah STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 | 146 |
| 4.9 Profil Adversitas Mahasiswa Semester Dua Jurusan Ushuluddin STAIN Ponorogo Tahun Akademik 2012/2013 ... | 148 |
| 4.10 Gambaran Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol Pada Mahasiswa Jurusan Tarbiyah | 212 |
| 4.11 Gambaran Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> kelompok Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Tarbiyah | 212 |
| 4.12 Gambaran Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol Pada Mahasiswa Jurusan Syari'ah | 214 |
| 4.13 Gambaran Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Syari'ah | 215 |
| 4.14 Gambaran Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol Pada Mahasiswa Jurusan Ushuluddin | 216 |

Umi Rohmah, 2014

MODEL KONSELING KOGNITIF-PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI MAHASISWA
(Studi Terhadap Mahasiswa STAIN Ponorogo

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

| | | |
|------|---|-----|
| 4.15 | Gambaran Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen Pada Mahasiswa Jurusan Ushuluddin | 217 |
|------|---|-----|

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Hlm. | |
|--------|---|-----|
| 2.1 | ABCDE <i>Form</i> | 66 |
| 2.2 | Kerangka Pikir Pemecahan Masalah Penelitian | 85 |
| 3.1 | Alur Proses Pengembangan Model | 112 |