

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR BAGAN	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR GRAFIK	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah Penelitian	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Sitematika Penulisan	10
BAB II KONSEP KEMAMPUAN MENGELOLA STRES DAN KONSELING SINGKAT BERFOKUS SOLUSI	11
A. Konsep Teori	11
1. Konsep Stres	11
2. Mekanisme Stres Berdasarkan Penilaian Kognitif... ..	14
3. Pengelolaan Stres	18
4. Stres Pada Remaja.....	21
5. Stres Akademik	25
6. Konseling Singkat Berfokus Solusi	29
B. Kerangka Berpikir	38
C. Asumsi Penelitian	43
D. Hipotesis Penelitian	43
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Lokasi dan Sampel Penelitian	44
B. Metode Penelitian.....	44
C. Desain Penelitian.....	45
D. Definisi Operasional	46
1. Kemampuan Mengelola Stres	46
2. Konseling Singkat Berfokus Solusi	46
E. Instrumen Penelitian.....	47
F. Proses Pengembangan Instrumen.....	47

1.	Pengembangan Kisi-Kisi.....	47
2.	Pedoman Skoring	53
3.	Uji Validitas	54
4.	Uji Reliabilitas	55
G.	Langkah-Langkah Penelitian	56
1.	Perizinan Penelitian.....	56
2.	Melakukan <i>Baseline</i>	56
3.	Memberikan <i>Treatment</i>	56
	Rancangan Kegiatan Intervensi Konseling Singkat Berkokus Solusi Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Stres Akademik Siswa	57
H.	Analisis Data	74
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	76
A.	Hasil Penelitian	76
1.	Efektivitas Konseling Singkat Berkokus Solusi Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Stres Akademik	76
2.	Dinamika Perubahan Aspek Kemampuan Pengelolaan Stres Akademik Pada Kondisi <i>Baseline</i> (A) dan Intervensi (B)	82
B.	Pembahasan Hasil Penelitian	97
1.	Gambaran Kemampuan Pengelolaan Stres Akademik Siswa	97
2.	Efektivitas Konseling Singkat Berkokus Solusi Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Stres Akademik	104
BAB V	KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	111
A.	Kesimpulan	111
B.	Rekomendasi	111
	DAFTAR PUSTAKA	113
	LAMPIRAN	120

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 <i>Interactional Model</i>	13
Bagan 2.2 Mekanisme Stres Berdasarkan Penilaian Kognitif	17
Bagan 2.3 Model Konseling Singkat Berfokus Solusi Terhadap Stres.....	35
Bagan 2.4 Skema Kerangka Berpikir Penelitian.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Perbedaan Antara Konseling Tradisional Dengan Konseling <i>Postmodern</i>	31
Tabel 2.2	Pervedaan Antara Pendekatan Konseling Berfokus Masalah dengan Pendekatan Berfokus Solusi	32
Tabel 3.1	Kisi-Kisi Instrumen Gejala Stres Akademik.....	48
Tabel 3.2	Kisi-Kisi Instrumen Pengelolaa Stres Akademik.....	50
Tabel 3.3	Kriteria Pemberian Skor Instrumen Gejala Stres Akademik ..	53
Tabel 3.4	Kriteria Pemberian Skor Instrumen Pengelolaan stres.....	53
Tabel 3.5	Rancangan Intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi Untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Stres Akademik Siswa.....	71
Tabel 3.6	Kategorisasi Kemampuan Mengelola Stres Akademik.....	74
Tabel 4.1	Hasil Pengolahan Data Konseli IN.....	76
Tabel 4.2	Hasil Pengolahan Data Konseli RS	78
Tabel 4.3	Hasil Pengolahan Data Konseli SNL	79
Tabel 4.4	Hasil Pengolahan Data Konseli YMA	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Rancangan Subjek Tunggal A/B	45
Gambar 3.2 Rumusan Skor Baku.....	74

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Peningkatan Kemampuan Mengelola Stres Akademik IN	77
Grafik 4.2 Peningkatan Kemampuan Mengelola Stres Akademik RS	78
Grafik 4.3 Peningkatan Kemampuan Mengelola Stres Akademik SNL...	80
Grafik 4.4 Peningkatan Kemampuan Mengelola Stres Akademik YMA ...	81
Grafik 4.5 Peningkatan Aspek Kemampuan Mengelola Stres Akademik IN.....	82
Grafik 4.6 Peningkatan Aspek Kemampuan Mengelola Stres Akademik RS	86
Grafik 4.7 Peningkatan Aspek Kemampuan Mengelola Stres Akademik SNL	90
Grafik 4.8 Peningkatan Aspek Kemampuan Mengelola Stres Akademik YMA.....	94

Fima Febrianti, 2014

Efektivitas Konseling Singkat Berfokus Solusi untuk Meningkatkan Kemampuan Mengelola Stres Akademik

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