

## DAFTAR ISI

Halaman Pengesahan .....	i
Halaman Pernyataan.....	ii
Abstrak .....	iii
Abstract .....	iii
Kata Pengantar .....	iv
Ucapan Syukur dan Terima Kasih .....	v
Daftar Isi.....	vii
Daftar Tabel .....	ix
Daftar Gambar.....	x
Daftar Lampiran .....	xi

### BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2. Rumusan Masalah Penelitian .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	8
1.4 Manfaat Penelitian .....	8
1.5 Sistematika Penulisan .....	8

### BAB II KONSEP DASAR KEJENUHAN BELAJAR DAN TEKNIK *SELF-INSTRUCTION* DALAM KONSELING KOGNITIF- PERILAKU

2.1 Kejenuhan Belajar.....	10
2.2 Konseling Kognitif-Perilaku .....	21
2.3 Teknik <i>Self-Instruction</i> .....	35
2.4 Penelitian Terdahulu Mengenai Kejenuhan Belajar dan Relevansinya dengan Teknik Self-Instruction dalam Konseling Kognitif-Perilaku .....	35
2.5 Kerangka Pemikiran.....	43
2.6 Asumsi Penelitian .....	47
2.7 Hipotesis Penelitian.....	48

### BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian.....	49
3.2 Partisipan .....	50
3.3 Populasi dan Sampel .....	51
3.4 Definisi Operasional Variabel .....	52
3.5 Pengembangan Instrumen Penelitian .....	56

3.6 Uji Ketepatan Skala (Z Skor).....	60
3.7 Pengkategorian Kejenuhan Belajar Siswa .....	62
3.8 Teknik Analisis Data.....	63
3.9 Perhitungan Gain.....	63
3.10 Deskripsi Pelaksanaan Kegiatan Intervensi .....	64
3.11 Pengembangan Program Intervensi.....	66
3.12 Prosedur Penelitian.....	66

#### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Efektivitas Teknik Self-instruction untuk Menurunkan Aspek Kejenuhan Belajar .....	62
4.2 Gambaran Kejenuhan Belajar Siswa Kelas VII SMPN Satu Atap Tegaldatar Purwakarta Sebelum dan Setelah Memperoleh Intervensi dengan Teknik <i>Self-Instruction</i> dalam Konseling Kognitif-Perilaku .....	80
4.3 Dinamika Psikologis dari Semua Aspek kejenuhan Belajar .....	83
4.4 Pembahasan.....	96
4.5 Keterbatasan penelitian .....	101

#### BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan .....	102
5.2 Rekomendasi .....	102
DAFTAR PUSTAKA .....	103

#### LAMPIRAN