

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.5 Struktur Organisasi Skripsi.....	9

BAB II PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING, PENGELOLAAN EMOSI DAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF

2.1 Konsep Remaja.....	11
2.1.1 Pengertian Remaja.....	11
2.1.2 Tugas Perkembangan Remaja.....	12
2.1.3 Aspek-Aspek Perkembangan Remaja.....	13
2.2 Konsep Dasar Pengelolaan Emosi.....	15
2.2.1 Definisi Emosi.....	15
2.2.2 Ciri-Ciri Emosi.....	17
2.2.3 Bentuk-Bentuk Emosi.....	18
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Emosi.....	19
2.2.5 Teori-Teori Emosi.....	20

2.2.6 Pengelolaan Emosi.....	22
2.3 Pengelolaan Emosi Remaja.....	28
2.4 Konsep Dasar Teknik Restrukturisasi Kognitif.....	30
2.5 Program Layanan Konseling.....	33
2.5.1 Konsep Dasar Layanan Konseling.....	33
2.5.2 Konselor dalam Konseling.....	36
2.5.3 Konseli dalam Konseling.....	41
2.5.4 Program Layanan Konseling untuk Meningkatkan Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik.....	43
2.5.5 Penelitian Terdahulu.....	43

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Lokasi dan Populasi /Sampel Penelitian.....	46
3.1.1 Lokasi Penelitian.....	46
3.1.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	46
3.2 Desain Penelitian.....	47
3.3 Metode Penelitian	47
3.4 Definisi Operasional Variabel.....	47
3.4.1 Program Hipotetik Konseling.....	47
3.4.2 Pengelolaan Emosi.....	48
3.4.3 Teknik Restrukturisasi Kognitif.....	48
3.5 Instrumen Penelitian.....	49
3.5.1 Penyusunan Instrumen.....	49
3.5.2 Uji Validitas Butir Item.....	51
3.5.3 Uji Reliabilitas Instrumen.....	52
3.6 Teknik Analisis.....	54
3.6.1 Verifikasi Data.....	54
3.6.2 Penyekoran Data Hasil Penelitian.....	55
3.6.3 Pengolahan Data.....	55
3.7 Prosedur Penelitian.....	57

3.7.1 Tahap Persiapan.....	57
3.7.2 Tahap Pelaksanaan.....	58
3.7.3 Tahap Pelaporan.....	58
3.8 Penyusunan Program Layanan Konseling untuk Meningkatkan Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Menggunakan Teknik Restrukturisasi Kognitif.....	58
3.8.1 Penyusunan Program.....	59
3.8.2 Validasi Program.....	59
3.8.3 Penyusunan Program Hipotetik.....	59

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Temuan Penelitian.....	60
4.1.1 Gambaran Umum Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	60
4.1.2 Gambaran Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 Berdasarkan Aspek-aspek Kemampuan Pengelolaan Emosi.....	61
4.1.3 Gambaran Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 Berdasarkan Indikator Kemampuan Pengelolaan Emosi.....	64
4.1.4 Analisis Program BK MA Negeri 1 Bandung	68
4.2 Program Layanan Konseling untuk Meningkatkan Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Menggunakan Teknik Restrukturisasi Kognitif.....	78
4.3 Pembahasan Penelitian	103
4.3.1 Gambaran Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung	103

BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan.....	111
5.2 Implikasi.....	112
5.3 Rekomendasi.....	112
5.3.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling.....	112
5.3.1 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	112
DAFTAR RUJUKAN.....	113
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	118
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	214

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Ciri-ciri Individu yang Terampil dan Tidak Terampil Mengelola Emosi.....	28
Tabel 2.2	Hasil Penelitian yang Relevan.....	44
Tabel 3.1	Kisi-kisi Instrumen Pengelolaan Emosi.....	50
Tabel 3.2	Hasil Uji Validitas Instrumen Pengelolaan Emosi.....	52
Tabel 3.3	Kriteria Keterandalan (Reliabilitas) Instrumen.....	53
Tabel 3.4	Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Pengelolaan Emosi.....	53
Tabel 3.5	Kisi-kisi Instrumen Kemampuan Pengelolaan Emosi (Setelah Uji Coba).....	53
Tabel 3.6	Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban.....	55
Tabel 3.7	Kategorisasi Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik	56
Tabel 3.8	Interpretasi Skor Kategori Kemampuan Pengelolaan Emosi	56
Tabel 4.1	Gambaran Umum Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	60
Tabel 4.2	Gambaran Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 Berdasarkan Aspek-aspek Kemampuan Pengelolaan Emosi	62
Tabel 4.3	Gambaran Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 Berdasarkan Indikator.....	64
Tabel 4.4	Kebutuhan Layanan Program Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	84
Tabel 4.5	Rencana Operasional Program Hipotetik Layanan Konseling untuk Meningkatkan Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung	

	Tahun Ajaran 2014/2015.....	92
Tabel 4.6	Pengembangan Tema Program Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kemampuan Pengelolaan Emosi Peserta Didik Kelas XI MA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	95
Tabel 4.7	Format Evaluasi Proses dan Hasil.....	98
Tabel 4.8	Hasil Uji Coba Aspek 1	100
Tabel 4.9	Hasil Uji Coba Aspek 2	101

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Administrasi Penelitian.....	118
Lampiran 2	Instrumen Penelitian.....	119
Lampiran 3	Validitas dan Reliabilitas.....	124
Lampiran 4	Hasil Pengolahan Data.....	125
Lampiran 5	Kartu Bimbingan.....	129
Lampiran 6	Hasil Uji Validitas Program.....	130
Lampiran 7	Program Sebelum Validasi.....	139
Lampiran 8	RPLBK (Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling).....	159
Lampiran 9	Dokumentasi Kegiatan.....	211
Lampiran 10	Daftar Riwayat Hidup.....	214