

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	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.5 Struktur Organisasi Skripsi.....	9
BAB II KONSEP DAN TEORI KECEMASAN AKADEMIK DAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF	
2.1 Konsep Dasar Kecemasan Akademik.....	11
2.1.1 Pengertian Kecemasan	11
2.1.2 Pengertian Kecemasan Akademik	12
2.1.3 Gejala Kecemasan Akademik	14
2.2 Masalah Kecemasan Akademik dalam Layanan Bimbingan dan Konseling	17
2.3 Konseling Kognitif Perilaku	20
2.3.1 Konsep Konseling Kognitif Perilaku	20
2.3.2 Tujuan Konseling Kognitif Perilaku	21
2.3.3 Fungsi Konseling Kognitif Perilaku	21
2.3.4 Teknik-teknik Konseling Kognitif Perilaku	21
2.4 Teknik Restrukturisasi Kognitif	22

2.4.1. Definisi Restrukturisasi Kognitif	22
2.4.2. Tujuan Restrukturisasi Kognitif	22
2.4.3. Masalah Yang Ditangani dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif	23
2.4.4. Prosedur Pelaksanaan Restrukturisasi Kognitif	23
2.4.5. Persyaratan Konselor Menggunakan Teknik Restrukturisasi Kognitif	25
2.5. Rancangan Program Konseling Untuk Mereduksi Kecemasan Akademik Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif	25
2.6. Hasil Penelitian Terdahulu	27

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan, Metode dan Teknik Pengumpulan Data	28
3.1.1. Pendekatan Penelitian.....	28
3.1.2. Metode Penelitian	28
3.1.3. Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.2. Definisi Operasional Variabel.....	29
3.2.1. Kecemasan Akademik	29
3.2.2. Teknik Restrukturisasi Kognitif	30
3.3. Pengembangan Instrumen Penelitian.....	31
3.3.1. Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen.....	31
3.3.2. Pedoman Skoring	33
3.3.3. Uji Coba Alat Ukur	33
3.5. Langkah-langkah Penelitian	38
3.5.1. Tahap Persiapan	39
3.5.2. Tahap Pelaksanaan	39
3.5.3. Tahap Pelaporan	40
3.6. Analisis Data	40

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 43

4.1 Hasil Penelitian Tingkat Kecemasan Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015	43
4.1.1 Gambaran Umum Kecemasan Akademik Peserta didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	43
4.2 Pembahasan Penelitian Kecemasan Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015 ...	49
4.3 Rumusan Rancangan Program Layanan Konseling Untuk Mereduksi Kecemasan Akademik Peserta didik dengan Menggunakan Teknik Restrukturisasi Akademik	59
 BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	
5.1 Simpulan.....	80
5.2 Implikasi.....	80
5.3 Rekomendasi.....	81
5.3.1 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling.....	81
5.3.1 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	82
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	88
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	94

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	<i>Thought Record Cognitive Behavior Therapy</i>	24
Tabel 3.1	Kisi-kisi Instrumen Kecemasan Akademik (Sebelum di Uji Coba)	31
Tabel 3.2	Kategori Pemberian Skor Alternatif Pemberian Jawaban	33
Tabel 3.3	Hasil Uji Validasi Instrumen Kecemasan Akademik	35
Tabel 3.4	Kisi-Kisi Instrumen Kecemasan Akademik (Setelah Uji Coba)	37
Tabel 3.5	Jumlah Populasi Penelitian Peserta didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015	38
Tabel 3.6	Kategorisasi Tingkat Kecemasan Akademik Peserta didik	41
Tabel 3.7	Interpretasi Kategori Kecemasan Akademik	41
Tabel 4.1	Gambaran Umum Kecemasan Akademik Peserta didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	43
Tabel 4.2	Profil Kecemasan Akademik Peserta didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	45
Tabel 4.3	DTR (<i>Disfuncional Thoughts Records</i>).....	64
Tabel 4.4	Kebutuhan Layanan Program Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Kecemasan Akademik Peserta didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	66
Tabel 4.5	Rancangan Oprasional Program Layanan Konseling Untuk Mereduksi Kecemasan Akademik Peserta didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015.....	71
Tabel 4.6	Pengembangan Tema Program Restrukturisasi Kognitif Untuk Mereduksi Kecemasan Akademi Peserta didik Kelas X SMA Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran 2014/2015	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Administrasi Penelitian.....	88
Lampiran 2	Instrumen Penelitian.....	89
Lampiran 3	Hasil Pengolahan Data.....	90
Lampiran 4	Program Layanan dan RPL BK	91
Lampiran 5	Dokumentasi Kegiatan	92
Lampiran 6	Catatan Bimbingan	93