

## DAFTAR ISI

Abstrak	
Kata Pengantar	
Ucapan Terima Kasih	
Daftar Isi	
Daftar Tabel	
Dafar Grafik	

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Sistematika Penulisan.....	9

### **BAB II KONSEP DASAR SELF EFFICACY SISWA YANG MEROKOK DAN KONSELING KOGNITIF PERILAKU**

A. <i>Self Efficacy</i> Perilaku Merokok.....	10
1. Defenisi <i>Self Efficacy</i> Perilaku Merokok.....	10
2. Perilaku Merokok.....	13
3. Dimensi <i>Self Efficacy</i> .....	26
4. Manfaat <i>Self Efficacy</i> .....	27
5. Proses <i>Self Efficacy</i> .....	27
B. Konseling Kognitif Perilaku.....	28
1. Defenisi Konseling Kognitif Perilaku.....	29
2. Tujuan Konseling Kognitif Perilaku.....	29
3. Prinsip-Prinsip Konseling Kognitif Perilaku.....	30
4. Proses Dan Teknik Konseling.....	32
C. Konseling Kognitif Perilaku sebagai salah satu Upaya Meningkatkan <i>Self Efficacy</i>	

Nova Arnael Tarigan, 2017

**EFEKTIVITAS KONSELING KOGNITIF PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN SELF EFFICACY SISWA BERHENTI MEROKOK DALAM SETTING KELOMPOK**

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

Berhenti Merokok.....	35
D. Penelitian Terdahulu.....	38

### **BAB III Metode Penelitian**

A. Pendekatan Penelitian.....	39
B. Metode Penelitian .....	39
C. Desain Penelitian.....	40
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	40
E. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	40
F. Instrumen Penelitian.....	42
G. Teknik Pengolahan dan Analisa Data.....	46
H. Langkah-Langkah Penelitian.....	50

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Kecenderungan Aspek <i>Self Efficacy</i> Siswa yang Menjadi Intervensi.....	60
B. Proses Konseling Kognitif Perilaku dalam setting kelompok untuk meningkatkan <i>self efficacy</i> siswa berhenti merokok.....	60
C. Analisa Data.....	80
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	130
E. Keterbatasan Penelitian.....	140

### **BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

A. Simpulan.....	142
B. Rekomendasi.....	142

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

### **RIWAYAT HIDUP**

## Daftar Tabel

Tabel 3.1	Kontinum Intervensi Skala.....	44
Tabel 3.2	Jumlah Item Instrumen.....	45
Tabel 3.3	Kategorisasi <i>Self Efficacy</i> Siswa.....	47
Tabel 3.4	Pengelompokkan Data dan Interpretasi.....	47
Tabel 3.5	Panduan Interpretasi Skor PND .....	50
Tabel 3.6	Partisipan yang menjadi sasaran Intervensi.....	52
Tabel 4.1	Kecenderungan Aspek <i>Self Efficacy</i> Subjek Intervensi.....	60
Tabel 4.2	Lembar Kerja Irasional Partisipan.....	64
Tabel 4.3	Perubahan Skor <i>Self Efficacy</i> AA.....	82
Tabel 4.4	Perubahan Sebelum dan Sesudah Intervensi AA.....	83
Tabel 4.5	Perubahan Skor Aspek <i>Level</i> AA.....	85
Tabel 4.6	Perubahan Skor Aspek <i>Strenght</i> AA.....	86
Tabel 4.7	Perubahan Skor Aspek <i>Generality</i> AA.....	88
Tabel 4.8	Perubahan Skor <i>Self Efficacy</i> AP.....	90
Tabel 4.9	Perubahan Sebelum dan Sesudah Intervensi AP.....	91
Tabel 4.10	Perubahan Skor Aspek <i>Level</i> AP.....	93
Tabel 4.11	Perubahan Skor Aspek <i>Strenght</i> AP.....	94
Tabel 4.12	Perubahan Skor Aspek <i>Generality</i> AP.....	96
Tabel 4.13	Perubahan Skor <i>Self Efficacy</i> CS.....	98
Tabel 4.14	Perubahan Sebelum dan Sesudah Intervensi CS.....	99
Tabel 4.15	Perubahan Skor Aspek <i>Level</i> CS.....	100
Tabel 4.16	Perubahan Skor Aspek <i>Strenght</i> CS.....	102
Tabel 4.17	Perubahan Skor Aspek <i>Generality</i> CS.....	104
Tabel 4.18	Perubahan Skor <i>Self Efficacy</i> DR.....	107
Tabel 4.19	Perubahan Sebelum dan Sesudah Intervensi DR.....	107
Tabel 4.20	Perubahan Skor Aspek <i>Level</i> DR.....	109
Tabel 4.20	Perubahan Skor Aspek <i>Strenght</i> DR.....	110
Tabel 4.21	Perubahan Skor Aspek <i>Generality</i> DR.....	112
Tabel 4.22	Perubahan Skor <i>Self Efficacy</i> NP.....	115
Tabel 4.23	Perubahan Sebelum dan Sesudah Intervensi NP.....	115
Tabel 4.24	Perubahan Skor Aspek <i>Level</i> NP.....	117
Tabel 4.25	Perubahan Skor Aspek <i>Strenght</i> NP.....	119
Tabel 4.26	Perubahan Skor Aspek <i>Generality</i> NP.....	121
Tabel 4.27	Perubahan Skor <i>Self Efficacy</i> RG.....	124
Tabel 4.28	Perubahan Sebelum dan Sesudah Intervensi RG.....	124
Tabel 4.29	Perubahan Skor Aspek <i>Level</i> RG.....	126
Tabel 4.30	Perubahan Skor Aspek <i>Strenght</i> RG.....	128
Tabel 4.31	Perubahan Skor Aspek <i>Generality</i> RG.....	129

## Daftar Grafik

Grafik 4.1	<i>Baseline Self Efficacy</i> AA sebelum intervensi.....	80
Grafik 4.2	Kecenderungan <i>self efficacy</i> partisipan AA sebelum ..... dan setelah intervensi	81
Grafik 4.3	Kecenderungan aspek <i>Level</i> partisipan AA sebelum..... dan setelah intervensi	84
Grafik 4.4	Kecenderungan aspek <i>Strenght</i> partisipan AA sebelum ..... dan setelah intervensi	85
Grafik 4.5	Kecenderungan aspek <i>Generality</i> partisipan AA sebelum ..... dan setelah intervensi	87
Grafik 4.6	<i>Baseline Self Efficacy</i> AP sebelum intervensi.....	89
Grafik 4.7	Kecenderungan <i>self efficacy</i> partisipan AP sebelum ..... dan setelah intervensi	90
Grafik 4.8	Kecenderungan aspek <i>Level</i> partisipan AP sebelum ..... dan setelah intervensi	92
Grafik 4.9	Kecenderungan aspek <i>Strenght</i> partisipan AP sebelum ..... dan setelah intervensi	93
Grafik 4.10	Kecenderungan aspek <i>Generality</i> partisipan AP sebelum ..... dan setelah intervensi	95
Grafik 4.11	<i>Baseline Self Efficacy</i> CS sebelum intervensi.....	96
Grafik 4.12	Kecenderungan <i>self efficacy</i> partisipan CS sebelum ..... dan setelah intervensi	97
Grafik 4.13	Kecenderungan aspek <i>Level</i> partisipan CS sebelum ..... dan setelah intervensi	99
Grafik 4.14	Kecenderungan aspek <i>Strenght</i> partisipan CS sebelum ..... dan setelah intervensi	101
Grafik 4.15	Kecenderungan aspek <i>Generality</i> partisipan CS sebelum..... dan setelah intervensi	103
Grafik 4.16	<i>Baseline Self Efficacy</i> DR sebelum intervensi.....	104
Grafik 4.17	Kecenderungan <i>self efficacy</i> partisipan DR sebelum ..... dan setelah intervensi	106
Grafik 4.18	Kecenderungan aspek <i>Level</i> partisipan DR sebelum..... dan setelah intervensi	108
Grafik 4.19	Kecenderungan aspek <i>Strenght</i> partisipan DR sebelum ..... dan setelah intervensi	109
Grafik 4.20	Kecenderungan aspek <i>Generality</i> partisipan DR sebelum ..... dan setelah intervensi	111
Grafik 4.21	<i>Baseline Self Efficacy</i> NP sebelum intervensi.....	113
Grafik 4.22	Kecenderungan <i>self efficacy</i> partisipan NP sebelum ..... dan setelah intervensi	114
Grafik 4.23	Kecenderungan aspek <i>Level</i> partisipan NP sebelum ..... dan setelah intervensi	116

Grafik 4.24	Kecenderungan aspek <i>Strenght</i> partisipan NP sebelum .....118 dan setelah intervensi
Grafik 4.25	Kecenderungan aspek <i>Generality</i> partisipan NP sebelum .....120 dan setelah intervensi
Grafik 4.26	<i>Baseline self Efficacy</i> RG sebelum intervensi..... 122
Grafik 4.27	Kecenderungan <i>self efficacy</i> partisipan RG sebelum ..... 123 dan setelah intervensi
Grafik 4.28	Kecenderungan aspek <i>Level</i> partisipan RG sebelum ..... 125 dan setelah intervensi
Grafik 4.29	Kecenderungan aspek <i>Strenght</i> partisipan RG sebelum ..... 126 dan setelah intervensi
Grafik 4.30	Kecenderungan aspek <i>Generality</i> partisipan RG sebelum .....128 dan setelah intervensi

## Daftar Gambar

Gambar 4.1	Worksheet Automatic Thought Record.....	67
Gambar 4.2	Eksperimen Bahaya Rokok.....	68
Gambar 4.3	Lembar Kerja Manfaat Perubahan .....	69
Gambar 4.4	Lembar Kerja Self Talk .....	72
Gambar 4.5	Lembar Kerja Self Statement.....	74