

## DAFTAR ISI

	Hal
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	ii
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>BAB I:</b>	1
<b>PENDAHULUAN</b> .....	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi dan Rumusan Masalah.....	6
1. Identifikasi Masalah.....	6
2. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan Penelitian .....	12
D. Manfaat Penelitian.....	13
E. Sistematika Penulisan.....	13
<b>BAB II: KONSEP BIMBINGAN KELOMPOK,TEKNIK GROUP EXERCISE DAN RESILIENSI SISWA</b>	14
A. Konsep Dasar Resiliensi.....	15
1. Definisi Resiliensi.....	15
2. Karakteristik Individu yang Resilien.....	17
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Remaja.....	24
4. Langkah-Langkah dalam Membangun Resliensi Siswa.....	33
B. Konsep Bimbingan Kelompok dengan Teknik Latihan Kelompok.....	33
1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	33
2. Tujuan Bimbingan Kelompok .....	35
3. Tahapan Bimbingan Kelompok.....	36
C. Konsep Teknik <i>Group Exercise</i> .....	38
1. Teknik Latihan Kelompok ( <i>Group exercise</i> ).....	38
2. Jenis -Jenis Latihan <i>Exercise</i> .....	40
D. Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Group Exercise</i> .....	45
E. Penelitian yang Terdahulu.....	48
F. Kerangka Berfikir.....	55
G. Asumsi Penelitian.....	56
H. Hipotesis .....	57
<b>BAB III: METODE PENELITIAN</b> .....	58
A. Pendekatan Penelitian.....	58
B. Metode dan Desain Penelitian.....	60

C. Populasi dan Sampel.....	60
D. Prosedur Penelitian.....	61
E. Definisi Operasional.....	65
F. Pengembangan Instrumen Penelitian.....	66
1. Bentuk instrumen.....	66
2. Pedoman Skoring.....	67
3. Kisi-kisi Instrumen.....	68
4. Instrumen Penelitian.....	72
5. Uji Coba Instrumen.....	78
6. Uji Coba Program .....	89
G. Analisa Data.....	98
1. Pengujian Persyaratan Analisis.....	98
2. Uji Hipotesis.....	99
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	101
A. Hasil dan Temuan Penelitian.....	101
1. Profil Resiliensi Sekolah.....	104
2. Profil Deskripsi Kebutuhan Siswa Per Sub Aspek .....	107
3. Pelaksanaan dan Evaluasi Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Group Exercise</i> .	107
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	136
1. Profil Umum Resiliensi Remaja.....	136
2. Dinamika Perubahan Perilaku.....	139
3. Keterbatasan Penelitian.....	142
BAB V : KESIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	144
A. Kesimpulan .....	144
B. Rekomendasi .....	145
DAFTAR PUSTAKA.....	147
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP	

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Hal</b>
3.1 Desain Penelitian.....	60
3.2 Kategori Skor.....	66
3.3 Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Remaja Aspek <i>Social Competence</i> ..	68
3.4 Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Remaja Aspek <i>Problem Solving</i> .....	69
3.5 Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Remaja Aspek <i>Autonomy</i> .....	70
3.6 Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Remaja Aspek <i>Sense of Purpose and Braight Future</i> .....	71
3.7 Interpretasi Koefisien Korelasi .....	73
3.8 Hasil Uji Validitas Instrumen.....	74
3.9 Hasil Uji Reabilitas Instrumen .....	75
3.10 kriteria Reabilitas Instrumen.....	75
3.11 Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Remaja Aspek <i>Social Competence</i>	76
3.12 Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Remaja Aspek <i>Problem Solving</i> .....	77
3.13 Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Remaja Aspek <i>Autonomy</i> .....	78
3.14 Kisi-kisi Instrumen Skala Resiliensi Remaja Aspek <i>Sense of Purpose and Braight Future</i> .....	79
3.15 Acuan Penyusunan Program Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Group Exercise</i> untuk Mengembangkan Resiliensi.....	80
3.17 Rencana Operasional Program Bimbingan Kelompok.....	86
3.18 Interpretasi Resiliensi Siswa.....	92
3.19 Kategori Kebutuhan Deskripsi Kebutuhan Per SubAspek.....	94

3.20 Kondisi Kebutuhan Resiliensi Siswa Berdasarkan Hasil Profil dan Wawancara .....	95
4.1 Kategori Profil Resiliensi Sekolah.....	101
4.2 Tabel Frekuensi Profil Resiliensi Siswa SMAN 1 Kota Bekasi.....	102
4.3 Tabel Frekuensi Resiliensi kelas Eksperimen.....	103
4.4 Tabel Frekuensi Resiliensi Kelas Kontrol .....	104
4.5 Interpretasi Skor Kategori Resiliensi .....	105
4.6 Kategori Deskripsi Kebutuhan Per Sub Aspek.....	105
4.7 Tabel Frekuensi Kebutuhan Per Sub Aspek.....	127
4.8 Tabel Deskripsi Kategori Per Sub Aspek.....	128
4.9 Jumlah Skor Resiliensi Siswa Kelompok Eksperimen Pretest dan Postest..	129
4.10 Jumlah Skor Resiliensi Siswa Kelompok Kontrol Pretest dan Postest.....	131
4.11 Perbandingan Rata-rata Data Gain.....	132
4.12 Hasil Uji-t Independen Data Gain Kelompok Eksperimen dan Kontrol....	133
4.13 Regresi Sederhana.....	134
4.14 Hasil Uji – T Independent Data Gain Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Berdasarkan Setiap Aspek Resiliensi.....	135

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>hal</b>
3.1 Alur Penelitian Kuantitatif .....	63
3.2 Langkah-langkah Pembuatan Program.....	64
4.1 Profil Resiliensi Sekolah.....	102
4.2 Deskripsi Tingkat Kebutuhan Resiliensi Per Sub Aspek.....	107
4.3 Perbedaan Jumlah Skor Pre dan Post Test Kelompok Eksperimen.....	128
4.4 Perbedaan Jumlah Skor Pre dan Post Test Peraspek Kelompok Eksperimen.....	129
4.5 Perbedaan Jumlah Skor Pre dan Post Test Kelompok Kontrol .....	130
4.6 Perbedaan Jumlah Skor Pre dan Post Test Per Aspek Kelompok Kontrol .....	131

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Surat-Surat Izin Penelitian
2. Instrumen Penelitian
3. Hasil Pengolahan Data
4. Program dan SKLBK
5. Lembar Kerja