

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
E. Asumsi dan Hipotesis.....	12
F. Metode Penelitian	13
BAB II KONSEP KEJENUHAN BELAJAR DAN TEKNIK <i>SELF INSTRUCTION</i>	
A. Konsep Kejenuhan Belajar	13
1. Definisi Kejenuhan Belajar	13
2. Gejala Kejenuhan Belajar	19
3. Faktor Penyebab Kejenuhan Belajar	22
4. Dinamika Kejenuhan Belajar	27
B. Bimbingan Belajar	29
C. Penanganan Kejenuhan Belajar Siswa Melalui Teknik <i>Self Instruction</i>	31
D. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Atas	39
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan, Metode dan Teknik Pengumpulan Data	44
B. Definisi Operasional Variabel	45
C. Pengembangan Instrumen Pengumpul Data	46
D. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian	53
E. Langkah-Langkah Penelitian	53
F. Teknik Analisis Data	94
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	96
1. Gambaran Umum Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung Tahun Ajaran 2010/2011	96
2. Gejala Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung Tahun Ajaran 2010/2011	97
3. Hasil Implementasi Teknik <i>Self Instruction</i> dalam Menangani Kejenuhan Belajar Siswa	104

4. Efektivitas Teknik Self Instruction dalam Menangani Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung	146
B. Pembahasan Hasil Penelitian	150

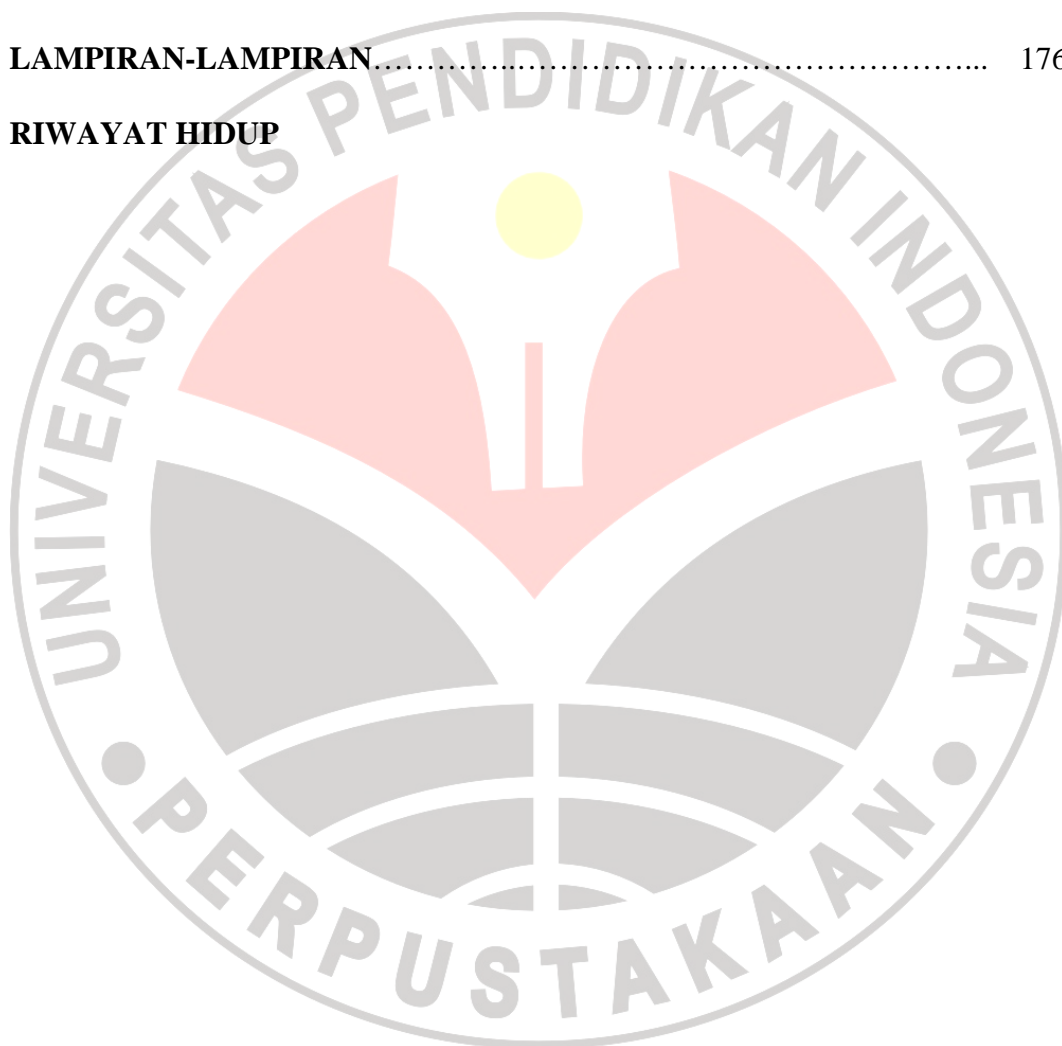
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Simpulan	169
B. Rekomendasi	170

DAFTAR PUSTAKA	172
-----------------------------	-----

LAMPIRAN-LAMPIRAN	176
--------------------------------	-----

RIWAYAT HIDUP



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-Kisi Instrumen Pengungkap Kejenuhan Belajar	48
Tabel 3.2	Ketentuan Pemberian Skor Kejenuhan Belajar	49
Tabel 3.3	Hasil Uji Validitas Instrumen	51
Tabel 3.4	Pedoman Penafsiran Koefisien Reliabilitas	53
Tabel 3.5	Rekap Penilaian Instrumen (Program Intervensi)	71
Tabel 3.6	Kriteria Skor Kejenuhan Belajar	96
Tabel 4.1	Gambaran Umum Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung Tahun Ajaran 2010/2011	97
Tabel 4.2	Gambaran Keletihan Emosi Siswa Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung Tahun Ajaran 2010/2011	98
Tabel 4.3	Gambaran Depersonalisasi Siswa Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung Tahun Ajaran 2010/2011	99
Tabel 4.4	Gambaran Keletihan Emosi Siswa Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung Tahun Ajaran 2010/2011	100
Tabel 4.5	Profil Gejala Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung Tahun Ajaran 2010/2011	102
Tabel 4.6	<i>Responsibility Cake Form</i> “Mengubah Rasa Bersalah Menjadi Bermakna	107
Tabel 4.7	Diary Instruksi Diri “Mengubah Rasa Bersalah menjadi Bermakna”	110
Tabel 4.8	<i>Self Instruction Chart</i> “Lepaskan Kecemasan Anda”	113
Tabel 4.9	Diary Instruksi Diri ”Lepaskan Kecemasan Anda”	116
Tabel 4.10	<i>Self Instruction Chart</i> “Control Your Self”	118
Tabel 4.11	Diary Instruksi Diri ”Control Your Self”	121
Tabel 4.12	<i>Self Instruction Chart</i> “Positive Self Suggestion”	123
Tabel 4.13	Diary Instruksi Diri ”Positive Self Suggestion”	126
Tabel 4.14	<i>Self Instruction Chart</i> “Yes, I Can”	128
Tabel 4.15	Diary Instruksi Diri ”Yes, I Can”	131

Tabel 4.16	<i>Self Instruction Chart “Stop Blaming Other”</i>	133
Tabel 4.17	Diary Instruksi Diri “ <i>Stop Blaming Other</i> ”	136
Tabel 4.18	<i>Self Instruction Chart “Tetap Optimis”</i>	138
Tabel 4.19	Diary Instruksi Diri “Tetap Optimis”	141
Tabel 4.20	<i>Self Instruction Chart “Awaken The Giant”</i>	142
Tabel 4.21	Diary Instruksi Diri “ <i>Awaken The Giant</i> ”	145
Tabel 4.22	Hasil Perhitungan Uji t Selisih Pre Test dan Post Test Kelompok Eksperimen Kelas XI IPA SMA Angkasa Bandung	147
Tabel 4.23	Perbedaan tingkat kejenuhan belajar sebelum dan sesudah intervensi pada siswa kelompok eksperimen	148
Tabel 4.24	Perbedaan Skor Kejenuhan Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Intervensi melalui Teknik <i>Self Instruction</i>	148
Tabel 4.25	Penurunan Gejala Kejenuhan Belajar Siswa Setelah Intervensi melalui Teknik <i>Self Instruction</i>	150