

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
DAFTAR ISI	ii
KATA	v
PENGANTAR ...	
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
Daftar Grafik	vii
Daftar Gambar	viii
BAB I	
Pendahuluan	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	22
C. Pertanyaan Penelitian	22
D. Tujuan Penelitian	23
E. Manfaat Penelitian	24
F. Asumsi Penelitian	24
G. Definisi Operasional dan Variabel Penelitian	27
H. Metodologi Penelitian	29
I. Lokasi penelitian.....	30
BAB II	
KETERAMPILAN BELAJAR <i>BRAIN GYM</i> DAN BIMBINGAN KELOMPOK.....	31
A. Keterampilan Belajar	31
1. Pengertian Keterampilan Belajar	31
2. Bentuk Keterampilan Belajar	34
B. Teknik Belajar <i>Brain Gym</i>	69
1. Pengertian <i>Brain Gym</i>	69
2. Kebiasaan masyarakat.....	69
3. Perubahan kebiasaan masyarakat.....	72
4. Pembagian dan fungsi otak.....	73
5. Kegiatan lomba dan sosialisasi <i>Brain gym</i>	74
6. Dimensi otak dan gerakan <i>Brain Gym</i>	77
7. Multi kecerdasan.....	78
8. Hubungan aktivitas dengan kondisi otak.....	81
9. Pembentukan dan pelatihan otak.....	86
10. Memaksimalkan otak kanan.....	86
11. Bagaimana <i>Brain gym</i> bekerja.....	88

	C. Bimbingan Kelompok	99
	1. Pengetian Bimbingan	101
	2. Pengertian Kelompok	106
	3. Bimbingan Kelompok	103
	4. Latihan bimbingan kelompok.....	109
	D. Teknik Belajar Brain Gym Dalam Bimbingan Kelompok	118
	1. Layanan Bimbingan kelompok.....	118
	2. Metode pembelajaran.....	120
	3. Teknik <i>Brain gym</i>	121
BAB III	METODE PENELITIAN	124
	A. Metode Penelitian	124
	1. Langkah-langkah metode eksperimen.....	124
	2. Gambaran umum alur berfikir penelitian.....	126
	B. Teknik Pengumpulan Data.....	129
	C. Persiapan Penelitian	130
	1. Observasi Lapangan	130
	2. Penyusunan Pedoman Wawancara	130
	3. Pengembangan Instrumen	131
	4. Penyebaran kusioner	132
	5. Pengolahan Dan Analisis Data Penelitian	133
	6. Hasil Pre-tes.....	142
	D. Definisi Operasional dan Variabel Penelitian	147
	1. Teknik belajar <i>Brain gym</i>	147
	2. Pengertian belajar	150
	3. Keterampilan belajar.....	150
BAB IV	DESKRIPSI DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN	152
	A. Deskripsi Penelitian	152
	1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	152
	B. Hasil pre-tes.....	158
	C. Hasil Pos-tes.....	165
	D. Faktor pendukung dan faktor penghambat dalam Meningkatkan keterampilan belajar.....	171
	1. Faktor pendukung.....	172
	2. Faktor penghambat.....	175

E. perbandingan hasil pre test dan post test keterampilan bel	177
1. Keterampilan Mencatat Dengan Peta Pikiran	178
2. Keterampilan Mendengar aktif	179
3. Keterampilan Membaca efektif	180
4. Keterampilan Menghafal Atau Mengingat	181
5. Keterampilan Menghadapi Ujian	182
6. Keterampilan Mengatasi Kejenuhan Dan Meningkatkan Motivasi Belajar	183
E.. Efektivitas <i>Bran Gym</i> dalam meningkatkan keterampilan belajar	184
F. Kesimpulan indeks <i>gain</i>	185
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	186
a. Kesimpulan	188
b. Rekomendasi	190
DAFTAR PUSTAKA	191