

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	
	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	12
E. Asumsi Penelitian.....	13
F. Hipotesis Penelitian	14
G. Lokasi dan Waktu Penelitian	15
BAB II KAJIAN TEORI TENTANG KECEMASAN SISWA MENGHADAPI UJIAN DAN TEKNIK DESENSITISASI SISTEMATIS DALAM KONSELING BEHAVIORAL.....	16
A. Hakikat Kecemasan Menghadapi Ujian	16
1. Masalah Kesulitan Belajar	16
2. Pengertian Kecemasan Ujian	20
3. Tipe-tipe Kecemasan	28
4. Faktor Penyebab Kecemasan Menghadapi Ujian	30
5. Dimensi-dimensi Kecemasan Menghadapi Ujian.....	32
6. Dampak Kecemasan Menghadapi Ujian.....	36
7. Pengelolaan Kecemasan Menghadapi Ujian Siswa di Sekolah	38
B. Teknik Desensitisasi Sistematis dalam Konseling Behavioral	43
1. Hakikat Konseling Behavioral.....	44

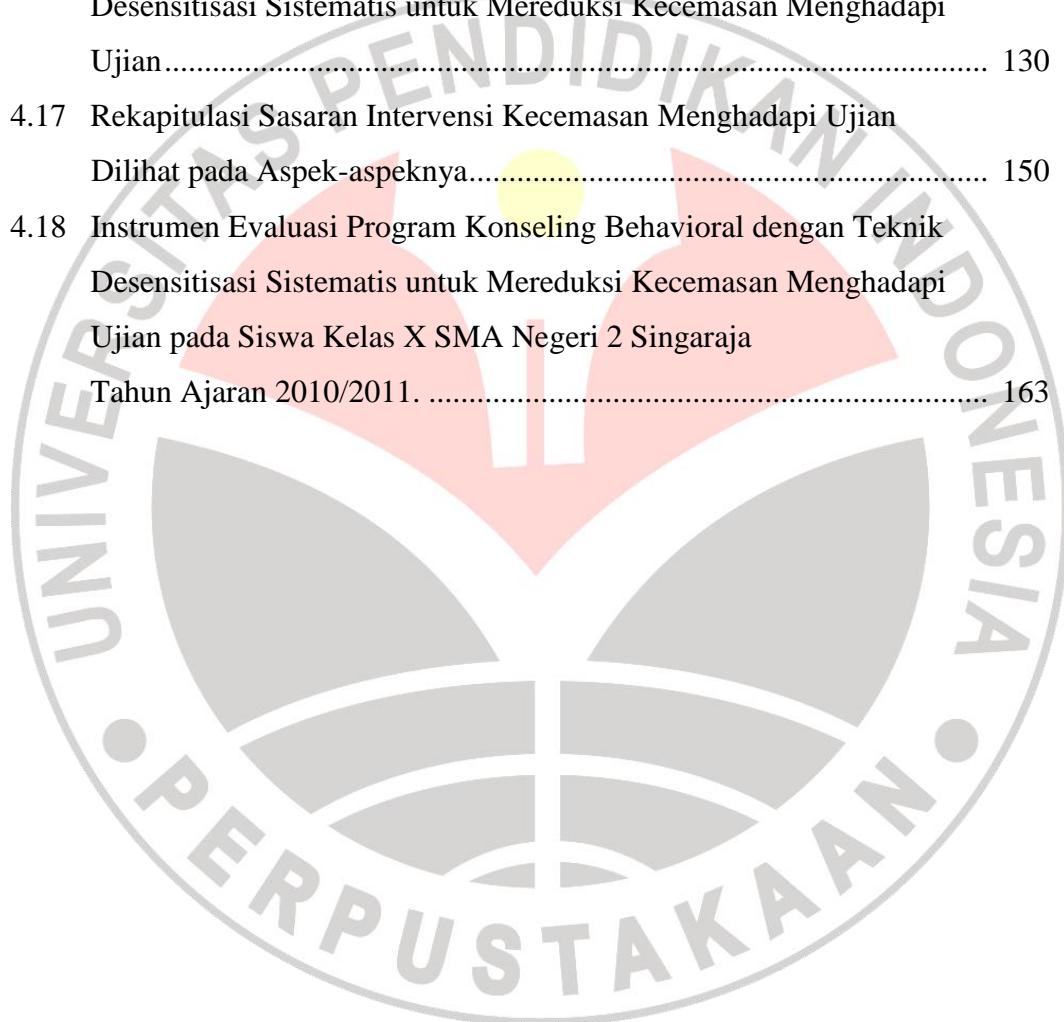
a. Konsep Dasar Konseling Behavioral.....	44
b. Pengertian Konseling Behavioral	44
c. Tujuan Konseling Behavioral	47
d. Teknik Konseling Behavioral	49
f. Pandangan Konseling Behavioral terhadap Kecemasan.....	52
g. Langkah-langkah Konseling Behavioral	53
h. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah	54
2. Hakikat Teknik Desensitisasi Sistematis	55
a. Pengertian Teknik Desensitisasi Sistematis	55
b. Konsep Dasar Teknik Desensitisasi Sistematis.....	57
c. Relevansi dan Manfaat Teknik Desensitisasi Sistematis terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian.....	61
d. Prosedur Teknik Desensitisasi Sistematis sebagai Upaya dalam Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian.....	64
e. Penyusunan Program Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian	70
C. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan	74
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	77
A. Desain Penelitian	77
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	79
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	81
D. Pengembangan Instrumen Penelitian.....	86
E. Prosedur Analisis Data	94
F. Prosedur Pelaksanaan Penelitian	99
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	113
A. Hasil Penelitian	113
1. Profil Umum Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian	113
2. Profil Umum Aspek-aspek Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian.....	114
3. Profil Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Sebelum dan Setelah Diberikan Perlakuan	115
4. Pengujian Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik	

Desensitisasi untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian	124
5. Program Konseling Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis	130
 B. Pembahasan.....	166
1. Profil Umum Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian	166
2. Profil Umum Aspek-aspek Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian.....	168
3. Profil Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian Sebelum dan Setelah Diberikan Perlakuan	171
4. Efektivitas Teknik Konseling Behavioral dengan Teknik Desensitisasi untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian	178
5. Evaluasi Program Konseling Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian	182
6. Keterbatasan Penelitian	185
 BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	187
A. Kesimpulan.....	187
B. Rekomendasi.....	188
 DAFTAR PUSTAKA	190
 LAMPIRAN-LAMPIRAN	195

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Desain <i>Quasi Eksperiment</i>	77
3.2 Jumlah Populasi dan Sampel penelitian.....	81
3.3 Kisi-kisi Kuesioner Kecemasan Menghadapi Ujian	87
3.4 Hasil Perhitungan Uji Validitas Butir Kuesioner Kecemasan Menghadapi Ujian.....	91
3.5 Kriteria Nilai Koefisien Reliabilitas	93
3.6 Kriteria Umum Kecemasan Menghadapi Ujian.....	96
3.7 Kriteria Kecemasan Menghadapi Ujian Berdasarkan Aspek-aspeknya...	97
4.1 Profil Umum Kecemasan Menghadapi Ujian Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Singaraja	113
4.2 Profil Umum Kecemasan Menghadapi Ujian Berdasarkan pada Aspek-aspeknya.....	114
4.3 Profil Kecemasan Menghadapi Ujian Sebelum Diberikan Intervensi pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol	116
4.4 Profil Kecemasan Menghadapi Ujian pada kelompok Eksperimen dan Kontrol Dilihat dari Aspek-aspeknya.....	117
4.5 Profil kecemasan menghadapi ujian pada siswa pada kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi teknik desensitisasi sistematis	119
4.6 Profil kecemasan menghadapi ujian siswa pada kelompok kontrol yang diberikan perlakuan konvensional.....	120
4.7 Profil Kecemasan Menghadapi Ujian pada kelompok Eksperimen Setelah Diberikan Intervensi Dilihat dari Aspek-aspeknya	121
4.8 Profil Kecemasan Menghadapi Ujian pada kelompok Kontrol Dilihat dari Aspek-aspeknya	122
4.9 Hasil Uji Normalitas Pretest dan Posttest pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	124
4.10 Hasil Perhitungan Rerata pretest-posttest kelompok eksperimen kecemasan menghadapi ujian.....	125
4.11 Hasil uji t berpasangan Pre Test dan Post Test Kelompok Eksperimen	126

4.12	Hasil Perhitungan Rerata posttest kecemasan menghadapi ujian pada kelompok eksperimen dan kontrol	127
4.13	Hasil uji t berpasangan Post Test Kelompok Eksperimen dan Kontrol	127
4.14	Hasil Perhitungan Gain Score kecemasan menghadapi ujian pada kelompok eksperimen dan kontrol.....	128
4.15	Hasil uji t berpasangan Gain Score Kelompok Eksperimen dan Kontrol	129
4.16	Rekapitulasi Tingkat Efektivitas dan Signifikansi Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian.....	130
4.17	Rekapitulasi Sasaran Intervensi Kecemasan Menghadapi Ujian Dilihat pada Aspek-aspeknya.....	150
4.18	Instrumen Evaluasi Program Konseling Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Singaraja Tahun Ajaran 2010/2011.	163



DAFTAR GAMBAR

Gambar

Halaman

3.1 Rancangan <i>Quasi Eksperiment</i>	77
3.2 Prosedur Pelaksanaan Penelitian	112



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
01. Satuan Layanan Kegiatan.....	196
02. Modul Panduan Intervensi	224
03. Kuesioner Kecemasan Menghadapi Ujian	241
04. Hasil Pengolahan Analisis Data.....	245
05. Hasil Evaluasi Program	271
06. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	274
07. SK Pembimbing Tesis.....	280
08. Surat Keterangan Penelitian.....	283

