DAFTAR ISI

ABSTRACT ..... **i**
ABSTRAK ..... **ii**
KATA PENGANTAR ..... **iii**
DAFTAR ISI ..... **vii**
DAFTAR TABEL ..... **x**
DAFTAR GAMBAR ..... **xi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xii**

BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang Masalah 1
1.2 Identifikasi Masalah 9
1.3 Batasan Masalah 10
1.4 Rumusan Masalah 10
1.5 Tujuan Penelitian 10
1.6 Manfaat Penelitian 10
1.6.1 Manfaat Teoretis 11
1.6.2 Manfaat Praktis 11

BAB II KAJIAN PUSTAKA **13**
2.1 Kajian Teoretis 13
2.1.1 Kecemasan Akademik 13
2.1.1.1 Pengertian Kecemasan 13
2.1.1.2 Pengertian Kecemasan Akademik 14
2.1.1.3 Gejala Kecemasan Akademik 15
2.1.1.4 Karakteristik Kecemasan Akademik 16
2.1.1.5 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Akademik 18
2.1.2 Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Therapy* 19
2.1.2.1 Konseling Kelompok 19
2.1.2.1.1 Pengertian Konseling Kelompok 19
2.1.2.1.2 Tujuan Konseling Kelompok 20
2.1.2.1.3 Fungsi Konseling Kelompok 22

2.1.2.1.4 Tahap-tahap Konseling Kelompok 23
2.1.2.1.5 Azas-azas Konseling Kelompok 26
2.1.2.2 Teknik *Rational Emotive Therapy* 27
2.1.2.2.1 Pengertian Teknik *Rational Emotive Therapy* . 27
2.1.2.2.2 Tujuan Teknik *Rational Emotive Therapy* 30
2.1.2.2.3 Teknik-teknik*Rational Emotive Therapy* 31
2.1.2.2.4 Konseling Kelompok dengan Teknik *Rational Emotive Therapy* 32
2.2 Penelitian Yang Relevan 34
2.3 Kerangka Berpikir 36
2.4 Hipotesis Penelitian 37

BAB III METODE PENELITIAN 38
3.1 Jenis Penelitian 38
3.2 Prosedur & Rancangan Penelitian 38
3.3 Subjek Penelitian 39
3.4 Operasional Variabel Penelitian 40
3.5 Kontrol Varian 41
3.5.1 Internal Validitas 41
3.5.2 Eksternal Validitas 42
3.6 Instrumen &Teknik Pengumpulan Data 43
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data 43
3.6.2 Uji Instrumen 45
3.7 Teknik Analisis Data 47
3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian 49
3.8.1 Lokasi 49
3.8.2 Waktu Penelitian 49

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 51
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian 51
4.2 Persiapan Penelitian 52
4.2.1 Persiapan Administrasi 52

4.2.2 Persiapan Alat Ukur 52
4.3 Hasil Uji Coba Instrumen Penelitian 53
4.3.1 Hasil Uji Validitas 53
4.3.2 Hasil Uji Reliabilitas 55
4.4 Pelaksanaan Penelitian 55
4.5 Deskripsi Data Hasil Penelitian 57
4.5.1 Kategori Kecemasan Akademik 57
4.5.2 Data Hasil *Pre-Test* Kecemasan Akademik 58
4.5.3 Data Hasil *Post-Test* Kecemasan Akademik 61
4.5.4 Data Analisis Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Kecemasan Akademik 63
4.6 Pengujian Hipotesis 67
4.7 Pembahasan Penelitian 68
4.8 Keterbatasan Penelitian 76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 77
5.1 Kesimpulan 77
5.2 Saran 78
DAFTAR PUSTAKA 80