

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Batasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	10
2.1 Kerangka Teori.....	10
2.1.1 Stres Akademik	10
2.1.1.1 Pengertian Stres.....	10
2.1.1.2 Jenis Stres.....	10
2.1.1.3 Pengertian Stress Akademik	11
2.1.1.4 Gejala-Gejala Stres Akdemik.....	11
2.1.1.5 Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik	12
2.1.1.6 Dampak Stres Akademik	14
2.1.2 Konseling Kelompok	17
2.1.2.1 Pengertian Konseling Kelompok	17
2.1.2.2 Tujuan Konseling Kelompok	18
2.1.2.3 Azas-azas Konseling Kelompok	18
2.1.2.4 Tahap-Tahap Konseling Kelompok	19
2.1.2.5 Kekuatan Konseling Kelompok	20
2.1.2.6 Kelemahan Konseling Kelompok	22
2.1.3 Teknik <i>Self Intruction</i>	22
2.1.3.1 Pengertian Teknik <i>Self Intruction</i>	22
2.1.3.2 Tujuan <i>Self Instruction</i>	23
2.1.3.3 Tahap-Tahap Pelaksanaan <i>Self-instruction</i>	24
2.1.3.4 Verbalisasi Diri	25
2.2 Penelitian Relavan	26
2.3 Kerangka Berpikir	28
2.4 Hipotesis Penelitian	31

BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Jenis Penelitian	32
3.2 Desain Penelitian	32
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	33
3.3.1 Lokasi Penelitian	33
3.3.2 Waktu Penelitian	33
3.4 Subjek Penelitian	34
3.5 Operasional Variabel Penelitian	34
3.5.1 Variabel Penelitian	34
3.5.2 Definisi Operasional	35
3.6 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	36
3.7 Teknik Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	41
4.2 Persiapan Penelitian.....	42
4.2.1 Persiapan Admisnistrasi	42
4.2.2 Persiapan Alat Ukur	42
4.3 Pelaksanaan Penelitian	42
4.4 Uji Instrumen Penelitian.....	44
4.4.1 Hasil Uji Validitas	44
4.4.2 Hasil Uji Reliabilitas	46
4.5 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	46
4.5.1 Kategori Stres Akademik Siswa.....	46
4.5.2 Data Hasil Pre-Test Stres Akademik Siswa	47
4.5.3 Data Hasil Pre Test Berdasarkan Indikator	47
4.5.4 Data Hasil Post-Test Stres Akademik Siswa.....	50
4.5.5 Data Hasil Post Test Berdasarkan Indikator.....	50
4.5.6 Data Analisis Pre-Test dan Post Test	51
4.6 Deskripsi Subjek Penelitian.....	57
4.7 Pengujian Hipotesis	58
4.7 Pembahasan Penelitian	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
5.1 Kesimpulan.....	63
5.2 Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	68