# **DAFTAR ISI**

[**KATA PENGANTAR** i](#_Toc45692783)

[**DAFTAR ISI** iv](#_Toc45692784)

[**DAFTAR TABEL** vii](#_Toc45692785)

[**DAFTAR LAMPIRAN** viii](#_Toc45692786)

[**ABSTRAK** ix](#_Toc45692795)

[**BAB I**](#_Toc45692796) [**PENDAHULUAN** 1](#_Toc45692797)

[1.1 Latar Belakang Masalah 1](#_Toc45692798)

[1.2 Identifikasi Masalah 4](#_Toc45692799)

[1.3 Batasan Masalah 5](#_Toc45692800)

[1.4 Rumusan Masalah 6](#_Toc45692801)

[1.5 Tujuan Penelitian 6](#_Toc45692802)

[1.6 Manfaat Penelitian 7](#_Toc45692803)

[1.7 Anggapan Dasar 8](#_Toc45692804)

[1.8 Hipotesis 8](#_Toc45692805)

[**BAB II**](#_Toc45692806) [**TINJAUAN PUSTAKA** 10](#_Toc45692807)

[2.1 Kerangka Teoritis 10](#_Toc45692808)

[2.2Kerangka Konseptual dan Penelitian yang Relevan 11](#_Toc45692809)

[2.2.1Pengertian Layanan Informasi Teknik *Self-talk* 11](#_Toc45692810)

[2.2.2 Tujuan Layanan Informasi 12](#_Toc45692811)

[2.2.3 Komponen Layanan 14](#_Toc45692812)

[2.2.4 Asas dan Dinamika Kegiatan 15](#_Toc45692813)

[2.2.5 Operasionalisasi Layanan 16](#_Toc45692814)

[2.2.6 Variasi-Variasi Teknik Self-Talk 18](#_Toc45692815)

[2.2.7 Kegunaan Dan Evaluasi Teknik *Self-Talk* 19](#_Toc45692816)

[2.2.8Pengertian Pemahaman Coping Stres 20](#_Toc45692817)

[2.2.3.2 Fungsi *Coping* 22](#_Toc45692818)

[2.2.3.3 Aspek-aspek Emotional Focused Coping 23](#_Toc45692819)

[2.2.3.4 Aspek-Aspek Problem Focused Coping 24](#_Toc45692820)

[2.2.4 Penelitian Relevan 25](#_Toc45692821)

[2.2.5 Penjelasan Variabel dan Indikator 27](#_Toc45692822)

[2.2.5.1 Variabel 27](#_Toc45692823)

[2.2.5.2 Indikator 27](#_Toc45692824)

[2.2.6 Kerangka Berfikir 28](#_Toc45692825)

[**BAB III**](#_Toc45692826) [**METODE PENELITIAN** 30](#_Toc45692827)

[3.1 Desain Penelitian 30](#_Toc45692828)

[3.2 Populasi dan Sampel Penelitian 32](#_Toc45692829)

[3.2.1 Populasi Penelitian 32](#_Toc45692830)

[3.2.2 Sampel Penelitian 32](#_Toc45692831)

[3.2.3 Teknik Pengambilan Sampel 33](#_Toc45692832)

[3.3 Prosedur Penelitian 34](#_Toc45692833)

[3.4 Variabel dan Indikator 35](#_Toc45692834)

[3.4.1 Variabel 35](#_Toc45692835)

[3.4.2 Indikator 36](#_Toc45692836)

[3.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data 36](#_Toc45692837)

[3.5.1 Instrumen 36](#_Toc45692838)

[3.5.2 Teknik Pengumpulan Data 39](#_Toc45692839)

[3.6 Teknik Analisis Data 39](#_Toc45692840)

[3.6.1 Uji Validitas 39](#_Toc45692841)

[3.6.2 Reliabilitas Tes 40](#_Toc45692842)

[3.6.3 Uji Normalitas 41](#_Toc45692843)

[3.6.4 Uji Hipotesis 42](#_Toc45692844)

[**BAB IV**](#_Toc45692845) [**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN** 43](#_Toc45692846)

[4.1 Hasil Penelitian 43](#_Toc45692847)

[4.1.1 Uji Validitas 44](#_Toc45692848)

[4.1.2 Hasil Uji Reliabilitas 49](#_Toc45692849)

[4.1.3 Uji Normalitas 53](#_Toc45692850)

[4.1.4 Uji Hipotesis 54](#_Toc45692851)

[4.2 Pembahasan 55](#_Toc45692852)

[4.3 Implikasi Penelitian 56](#_Toc45692853)

[**BAB V**](#_Toc45692854) [**KESIMPULAN DAN SARAN** 58](#_Toc45692855)

[5.1 Kesimpulan 58](#_Toc45692856)

[5.2 Saran 59](#_Toc45692857)

[**DAFTAR PUSTAKA** 60](#_Toc45692858)

[**DOKUMENTASI** 85](#_Toc45692859)

# **DAFTAR TABEL**

Tabel I Kerangka Berfikir 29

Table II Populasi Siswa 32

Tabel III Skala Likert 37

Tabel IV Kisi-kisi Angket 37

# **DAFTAR LAMPIRAN**

# Lampiran I Angket (pre-test) 60

# Lampiran II Perhitungan Validitas 64

# Lampiran III Perhitungan Reliabilitas 68

# Lampiran IV Angket (post-test) 71

# Lampiran V Pengujian Normalitas 74

# Lampiran VI Pengujian Hipotesis 75

# Lampiran VII RPL 79

# Lampiran VIII Materi 81