

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| HALAMAN SAMPUL | i |
| HALAMAN JUDUL | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iv |
| ABSTRAK | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xii |
| DAFTAR GAMBAR | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 8 |
| C. Tujuan Penelitian | 9 |
| D. Asumsi Penelitian | 9 |
| E. Hipotesis Penelitian | 10 |
| F. Kegunaan Penelitian | 10 |
| G. Ruang Lingkup Penelitian | 12 |
| H. Definisi Istilah..... | 12 |
| I. Kajian Penelitian Terdahulu | 14 |
| BAB II KAJIAN PUSTAKA | 17 |
| A. Tinjauan Mengenai Teknik <i>Self Management</i> | 17 |

| | |
|---|-----------|
| 1. Pengertian Teknik <i>Self Management</i> | 17 |
| 2. Tujuan <i>Self Management</i> | 18 |
| 3. Tahap-Tahap <i>Self Management</i> | 19 |
| 4. Manfaat <i>Self Management</i> | 20 |
| B. Tinjauan mengenai Kejenuhan Belajar | 21 |
| 1. Pengertian Kejenuhan Belajar | 21 |
| 2. Faktor yang Mempengaruhi Kejenuhan Belajar | 22 |
| 3. Ciri-Ciri Kejenuhan Belajar | 24 |
| 4. Aspek-Aspek Kejenuhan Belajar | 25 |
| C. Tinjauan mengenai konseling kelompok | 26 |
| 1. Pengertian Konseling Kelompok | 26 |
| 2. Asas-Asas Konseling Kelompok | 27 |
| 3. Tujuan Konseling Kelompok | 29 |
| 4. Tahap-Tahap Konseling Kelompok | 30 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 35 |
| A. Rancangan Penelitian | 35 |
| B. Populasi dan Sampel | 37 |
| C. Sumber Data | 37 |
| D. Instrumen Penelitian | 38 |
| E. Pengumpulan Data | 43 |
| F. Analisis Data | 46 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 48 |
| A. Hasil Penelitian | 48 |

| | |
|--|------------|
| B. Pembahasan | 63 |
| BAB V PENUTUP | 67 |
| A. Kesimpulan | 67 |
| B. Saran | 68 |
| DAFTAR RUJUKAN | 69 |
| PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN | 72 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | 73 |
| RIWAYAT HIDUP | 107 |