

**EFEKTIVITAS KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL*
DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK
MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR DAN MOTIVASI BELAJAR
SISWA KELAS X di SMK PGRI 5 DENPASAR**

TESIS

Oleh :

**Nama : Nuning Kurniawati
NIM : 2229111004**



**EFEKTIVITAS KONSELING *COGNITIVE BEHAVIORAL*
DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK
MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR DAN MOTIVASI BELAJAR
SISWA KELAS X di SMK PGRI 5 DENPASAR**

TESIS

Diajukan Kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

Untuk Memenuhi Sebagian Prasyarat

Memperoleh Gelar Magister Pendidikan

Program Studi Bimbingan Konseling

Oleh :

Nama : Nuning Kurniawati

NIM : 2229111004

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

2024

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tesis oleh Nuning Kurniawati ini telah diperiksa dan disetujui untuk
Mengikuti Ujian Tesis").

Singaraja, 5 Februari 2024
Pembimbing I



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons.

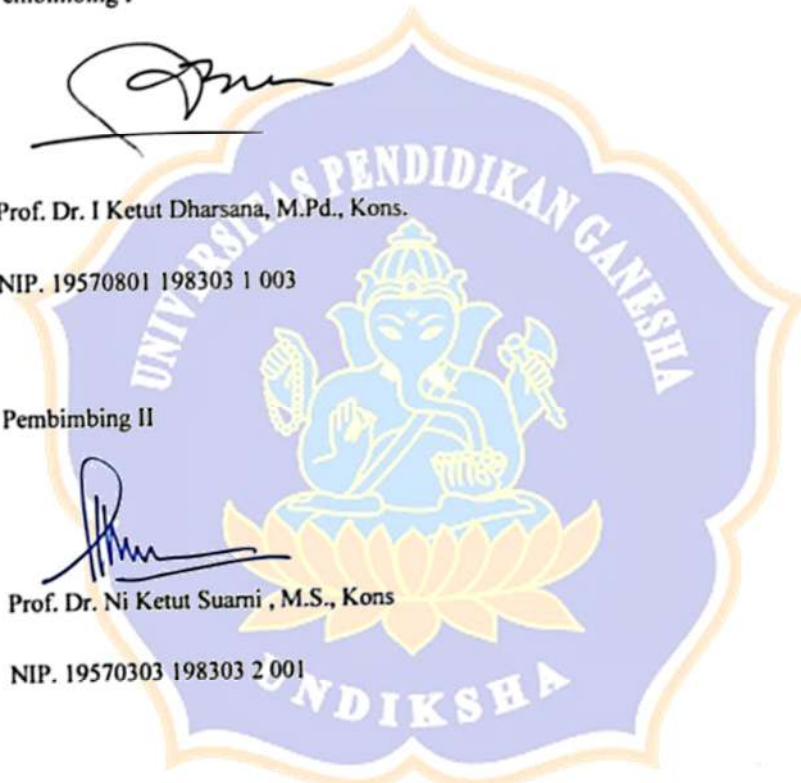
NIP. 19570801 198303 1 003

Pembimbing II



Prof. Dr. Ni Ketut Suami, M.S., Kons

NIP. 19570303 198303 2 001



LEMBAR PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Tesis oleh ini telah dipertahankan di depan tim penguji dan dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Disetujui pada tanggal: 15 Februari 2024

oleh Tim Penguji



Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons
NIP195703031983032001

Prof. Dr. Nyoman Dantes
NIDK 8828123419

Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi
NIP195912311984031009

Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons
NIP195703031983032001

Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons
NIP195708011983031003

Mengetahui Direktur
Program Pascasarjana Undiksha,



Prof. Dr. Nyoman Jampel, M.Pd.
NIP. 19591010 198603 1 003

**LEMBAR
PERNYATAAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan dari Pasca sarjana Universitas Pendidikan Ganesha seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas dan sesuai dengan norma, kaidah, serta etika akademis.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia

Singaraja, 5 Februari 2024

Yang memberi pernyataan,



METERA
TEMPEL
0000AKX691275435

(Nuning Kurniawati)

PRAKATA

Puja dan puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas anugerah-Nya, tesis yang berjudul “Efektivitas Konseling *Cognitif Behavioral* dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Disiplin Dan Motivasi Belajar Siswa Kelas Xdi SMK PGRI 5 Denpasar” dapat diselesaikan sesuai dengan yang direncanakan.

Proposal Tesis ini disusun guna memenuhi persyaratan dalam penyelesaian studi di Program Studi Bimbingan Konseling Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha. Ketekunan disertai dengan perjuangan dalam menyelesaikan tesis ini bukan merupakan hal utama untuk menjaminterseleaikan proposal tesis ini, melainkan dorongan-dorongan yangdiberikan baik secara materiil atau non materiili yang telah menjadi motivasi terbesar dalam proses penyelesaian proposal tesis ini. Oleh sebabitu, izinkan penulis untuk mengucapkan terimakasih dan penghargaan kepada :

1. Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd.,Kons selaku pembimbing I yang dengan senang tiasa memberikan motivasi, bimbingan, arahan, serta kemudahan kepada kami dalam penyusunan proposal thesis ini.
2. Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.Pd.,Kons selaku Pembimbing II serta Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pascasarjana Undiksha yang telahdengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi yang sangat bermakna, sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini.
3. Dra. Ni Ketut Nuka sebagai Kepala SMK PGRI 5 Denpasar yang telah memberikan ijin melakukan penelitian tesis di SMK PGRI 5 Denpasar.

4. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan bantuan secara moral dan memfasilitasi berbagai kepentingan studi.
5. Rekan-rekan seperjuangan di Program Studi Bimbingan Konseling yang dengan karakternya masing-masing telah berkontribusi membentuk pendirian penulis selama menempuh perjalanan studi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tulisan dalam tesis ini masih jauh dari kata sempurna, karena keterbatasan dan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan tesis ini, penulis mengharapkan berbagai kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap proposal tesis ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Denpasar, 5 Februari 2024

Nuning Kurniawati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LOGO	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iv
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Pembatasan Masalah.....	10
1.4 Rumusan Masalah.....	10
1.5 Tujuan Penelitian.....	11
1.6 Manfaat Hasil Penelitian.....	11
BAB II KAJIAN TEORI	13
2.1 Deskripsi dan Praskripsi Teoritis.....	13

2.1.1	Tinjauan Tentang Disiplin Belajar.....	13
2.1.2	Tinjauan Tentang Motivasi Belajar.....	19
2.1.3	Tinjauan Tentang Kognitif Behavioral	27
2.1.4	Tinjauan Tentang Restrukturisasi Kognitif	42
2.1.5	Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Disiplin dan Motivasi Belajar Siswa.....	46
2.2	Penelitian Yang Relevan.....	49
2.3	Kerangka Berfikir	53
2.4	Hipotesis Penelitian	56
BAB III METODE PENELITIAN		59
3.1	Tempat dan Waktu Penelitian	59
3.2	Rancangan Penelitian.....	59
3.3	Prosedur dan Sampel Penelitian.....	62
3.4	Prosedur Pelaksanaa Eksperimen.....	67
3.5	Variabel Penelitian.....	76
3.6	Metode Pengumpulan Data dan Instrumentasi.....	81
3.7	Metode Analisis Data.....	100
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		107
4.1	Deskripsi Data Penelitian.....	107
4.2	Uji Prasyarat Penelitian.....	122
4.3	Pembahasan	133

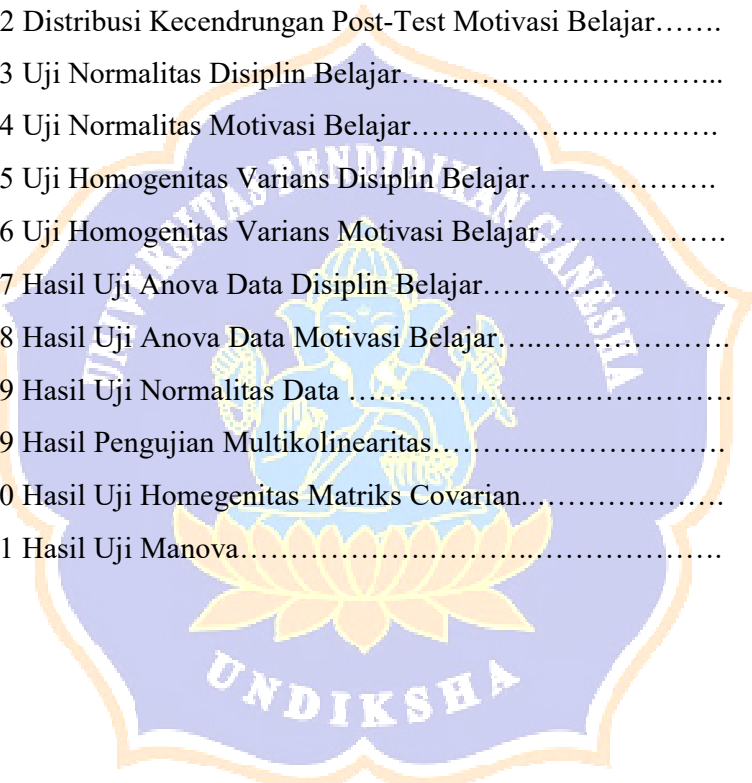
4.4 Implikasi	134
BAB V PENUTUP.....	138
5.1 Rangkuman.....	138
5.2Simpulan	141



DAFTAR TABEL

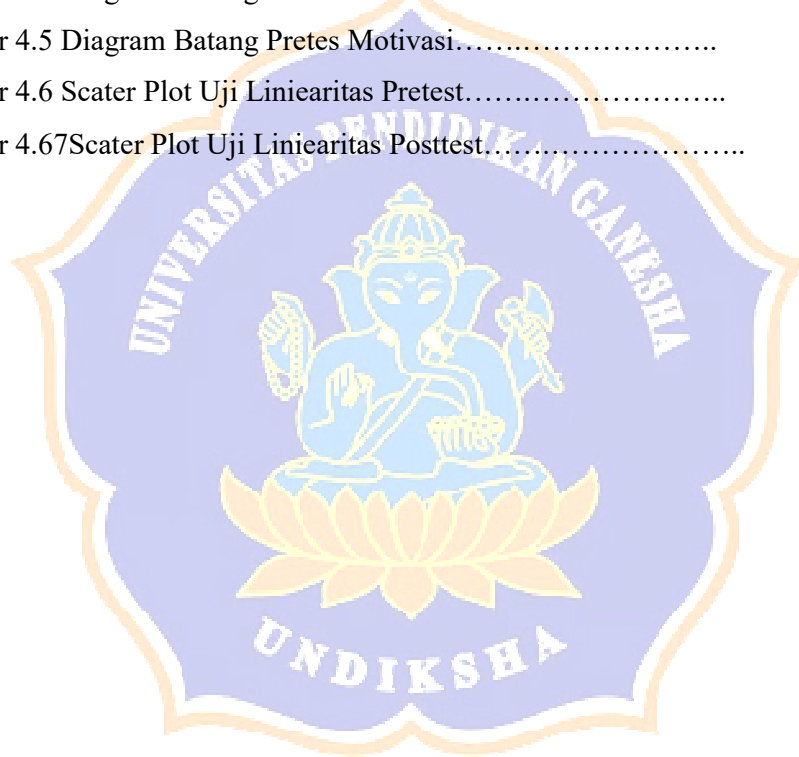
Tabel 2.1 Proses, Tahapan dan Teknik Kognitif Behavioral.....	34
Tabel 2.2 Penelitian Yang Relevan.....	49
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian.....	60
Tabel 3.2 Rekapitulasi Jumlah Siswa Kelas X di SMK PGRI 5 Denpasar...	62
Tabel 3.3 Sample Penelitian.....	64
Tabel 3.4 Daftar Nama Siswa Kelas Eksperimen.....	65
Tabel 3.5 Daftar Nama Siswa Kelas Kontrol.....	66
Tabel 3.6 Langkah-Langkah Pelaksanaan.....	70
Tabel 3.7 Lembar Observasi Disiplin Belajar.....	84
Tabel 3.8 Lembar Observasi Disiplin Belajar.....	84
Tabel 3.9 Penilaian Setiap Butir Pernyataan.....	87
Tabel 3.10 Skala PAIT.....	87
Tabel 3.11 Keterangan Penilaian Hasil Kuesioner Disiplin Belajar.....	88
Tabel 3.12 Kisi-Kisi Kuesioner Disiplin Belajar.....	88
Tabel 3.13 Penilaian Setiap Butir Pernyataan.....	90
Tabel 3.14 Skala PAIT.....	90
Tabel 3.15 Keterangan Penilaian Hasil Kuesioner Motivasi Belajar.....	91
Tabel 3.16 Kisi-Kisi Motivasi Belajar.....	91
Tabel 3.17 Kriteria Penilaian Validator.....	93
Tabel 3.18 Hasil Uji Pakar Disiplin Belajar.....	93
Tabel 3.19 Hasil Uji Pakar Motivasi Belajar.....	93
Tabel 3.20 Hasil Uji Internal Butir Disiplin.....	98
Tabel 3.21 Hasil Uji Internal Butir Motivasi.....	98
Tabel 3.22 Klasifikasi Kriteria Reliabilitas.....	99
Tabel 3.23 Nilai Korelasi.....	104
Tabel 3.24 Klasifikasi Effect Size.....	106
Tabel 4.1 Rekapitulasi Data Kelompok Eksperimen Disiplin.....	109
Tabel 4.2 Rekapitulasi Data Kelompok Eksperimen Disiplin.....	110
Tabel 4.3 Klasifikasi Skor.....	113

Tabel 4.4 Deskriptif Statistik Data Hasil Penelitian.....	113
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Pre-test Disiplin Belajar.....	115
Tabel 4.6 Distribusi Kecendrungan Pre-Test Disiplin Belajar.....	116
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Post-Test Disiplin Belajar.....	117
Tabel 4.8 Distribusi Kecendrungan Post-Test Disiplin Belajar.....	118
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Pre-Test Motivasi Belajar.....	119
Tabel 4.10 Distribusi Kecendrungan Pre-Test Motivasi Belajar.....	120
Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar.....	120
Tabel 4.12 Distribusi Kecendrungan Post-Test Motivasi Belajar.....	121
Tabel 4.13 Uji Normalitas Disiplin Belajar.....	123
Tabel 4.14 Uji Normalitas Motivasi Belajar.....	123
Tabel 4.15 Uji Homogenitas Varians Disiplin Belajar.....	124
Tabel 4.16 Uji Homogenitas Varians Motivasi Belajar.....	125
Tabel 4.17 Hasil Uji Anova Data Disiplin Belajar.....	126
Tabel 4.18 Hasil Uji Anova Data Motivasi Belajar.....	127
Tabel 4.19 Hasil Uji Normalitas Data	129
Tabel 4.19 Hasil Pengujian Multikolinearitas.....	130
Tabel 4.20 Hasil Uji Homegenitas Matriks Covarian.....	131
Tabel 4.21 Hasil Uji Manova.....	131



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Ketrampilan Dasar Konseling.....	38
Gambar 2.2 Kerangka Berfikir.....	56
Gambar 2.3 Paradigma Penelitian.....	57
Gambar 4.1 Hasil Rerata Pretes-Post Test Disiplin.....	114
Gambar 4.2 Hasil Rerata Pretes-Post Test Motivasi.....	114
Gambar 4.3 Diagram Batang Pretes Disiplin.....	116
Gambar 4.4 Diagram Batang Post test Motivasi.....	118
Gambar 4.5 Diagram Batang Pretes Motivasi.....	119
Gambar 4.6 Scater Plot Uji Linieritas Pretest.....	128
Gambar 4.67Scater Plot Uji Linieritas Posttest.....	129



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian.....	148
Lampiran 2 Surat Telah Melakukan Penelitian.....	149
Lampiran 3 Kuesioner Disiplin Belajar.....	150
Lampiran 4 Uji Pakar Disiplin Belajar.....	152
Lampiran 5 Kuesioner Motivasi Belajar.....	158
Lampiran 6 Uji Pakar Motivasi Belajar.....	160
Lampiran 7 Uji Pakar Disiplin Belajar.....	152
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas & Reliabilitas Disiplin.....	166
Lampiran 9 Hasil Uji Validitas & Reliabilitas Motivasi.....	178
Lampiran 10 Hasil Uji Pretest-post test Disiplin	166
Lampiran 11 Hasil Uji Pretest-post test Motivasi	203
Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas & Homogenitas.....	214
Lampiran 13 Hasil Uji Normalitas Univariat & Multivariat.....	216
Lampiran 14 Hasil Uji Linearitas Matriks Kovarian.....	217
Lampiran 15 Hasil One Way Manova.....	218
Lampiran 16 Dokumentasi Pengumpulan Data	219
Lampiran 17 Hasil Observasi Disiplin Belajar	225
Lampiran 18 Hasil Observasi Motivasi Belajar	227
Lampiran 19 RPBK.....	228

