

**SKRIPSI**  
**PENGEMBANGAN BUKU PANDUAN**  
**KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK**  
***COGNITIVE RESTRUCTURING* UNTUK**  
**MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN SISWA SMP**

**OLEH**  
**NI PUTU ARIASIH**  
**NIM 2011011008**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING**  
**JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**  
**SINGARAJA**

**2024**

**PENGEMBANGAN BUKU PANDUAN  
KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL TEKNIK  
*COGNITIVE RESTRUCTURING* UNTUK  
MENINGKATKAN KEBAHAGIAAN SISWA SMP**

**SKRIPSI**

**DIAJUKAN KEPADA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
UNTUK MEMENUHI SALAH SATU PERSYARATAN DALAM  
MENYELESAIKAN  
PROGRAM SARJANA BIMBINGAN KONSELING**



**Oleh  
Ni Putu Ariasih  
NIM 2011011008**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN  
SINGARAJA**

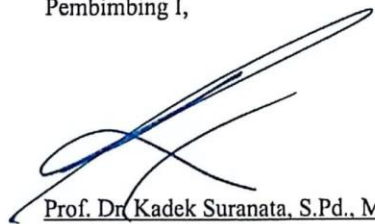
**2024**

**SKRIPSI**

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN  
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI  
GELAR SARJANA PENDIDIKAN**

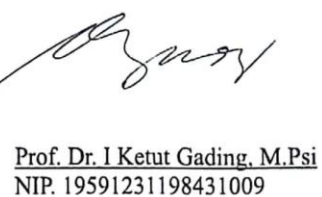
**Menyetujui,**

Pembimbing I,



Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons  
NIP. 198208162008121002

Pembimbing II,



Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi  
NIP. 19591231198431009

Skripsi oleh Ni Putu Ariasih ini  
telah dipertahankan didepan dewan penguji

Pada

Hari : Senin

Tanggal : 27 Mei 2024

Dewan Penguji,



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons  
NIP.195708011983031003

(Ketua)



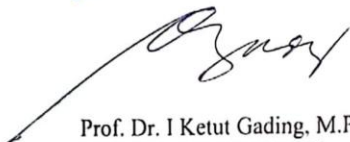
Kadek Ari Dwiawati, S.Pd., M.Pd  
NIP.199202162019032021

(Anggota)



Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons  
NIP.198208162008121002

(Anggota)



Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi  
NIP.195912311984031009

(Anggota)

Diterima oleh panitia Ujian Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja  
Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

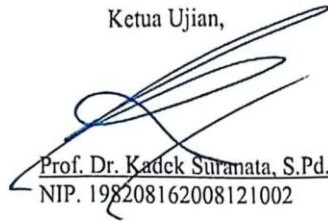
Pada:

Hari : Senin

Tanggal : 27 Mei 2024

**Mengetahui,**

Ketua Ujian,



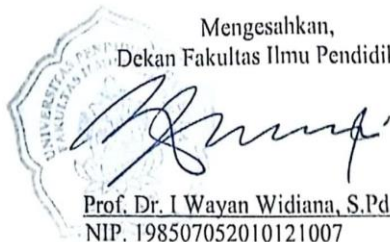
Prof. Dr. Kadck Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons  
NIP. 198208162008121002

Sekretaris Ujian,



Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198208162008121002

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. I Wayan Widiana, S.Pd., M.Pd  
NIP. 198507052010121007

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN .....	iv
ABSTRAK.....	v
PRAKATA .....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	7
1.3 Pembatasan Masalah .....	8
1.4 Perumusan Masalah.....	9
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat Penelitian.....	10
1.7 Produk Penelitian .....	11

<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>12</b>
2.1 Kajian Teoritis .....	12
2.2 Penelitian Yang Relevan.....	32
2.3 Kerangka Berpikir .....	34
2.4 Perumusan Hipotesis .....	36
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
3.1 Rancangan Penelitian .....	37
3.2 Prosedur Penelitian Pengembangan.....	38
3.3 Judges Penelitian .....	42
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Variabel.....	43
3.5 Metode Pengumpulan Data Instrumentasi .....	46
3.6 Metode Analisis Data .....	50
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>54</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	54
4.2 Keberterimaan Buku Panduan.....	66
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian .....	76
4.4 Implikasi Penelitian.....	80
4.5 Keterbatasan Penelitian .....	80
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>81</b>
5.1 Rangkuman.....	81

5.2 Kesimpulan.....	84
5.3 Saran.....	85

**DAFTAR RUJUKAN**

**LAMPIRAN**

**RIWAYAT HIDUP**





## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Lembar Validitas Isi Produk.....	47
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Kebahagiaan Siswa. ....	48
Tabel 3.3 Kriteria Penilaian Validator. ....	50
Tabel 3.4 Kategori Hasil Perhitungan CVI .....	52
Tabel 4.1 Hasil Produk Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral.....	57
Tabel 4.2 Daftar Nama <i>Judges</i> .....	64
Tabel 4.3 Daftar <i>Judges</i> Uji Keberterimaan.....	67
Tabel 4.4 Hasil Penilaian Validitas Buku Panduan .....	69
Tabel 4.5 Hasil Perhitungan Indeks CVR Buku Panduan.....	70
Tabel 4.6 Kategori Hasil Perhitungan CVI .....	71
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas.....	72
Tabel 4.8 Hasil Uji Homogenitas .....	73
Tabel 4.9 Hasil Uji <i>T-test</i> .....	74
Tabel 4.10 Kriteria Uji <i>Effect Size</i> .....	75

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Konseling Kognitif Behavioral .....	35
Gambar 3.1 Prosedur Model Pengembangan 4D.....	42



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 01 Surat Ijin Penelitian .....	91
Lampiran 02 Surat Menyelesaikan Penelitian.....	92
Lampiran 03 Instrumen Validitas Pakar .....	93
Lampiran 04 Rekapitan Hasil Uji Validitas Pakar.....	98
Lampiran 05 Hasil Validitas Pakar 1 .....	99
Lampiran 06 Hasil Validitas Pakar 2.....	104
Lampiran 07 Hasil Validitas Pakar 3.....	109
Lampiran 08 Hasil Validitas Pakar 4.....	114
Lampiran 09 Hasil Validitas Pakar 5.....	119
Lampiran 10 Kuesioner Kebahagiaan.....	124
Lampiran 11 Hasil <i>Pret Test</i> .....	127
Lampiran 12 Hasil <i>Post Test</i> .....	128
Lampiran 13 Hasil Perhitungan Uji Efektivitas .....	129
Lampiran 14 Produk Buku Panduan .....	130
Lampiran 15 Dokumentasi.....	179
Lampiran 16 Riwayat Hidup.....	182

**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul "Pengembangan Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik *Cognitive Restructuring* Untuk Meningkatkan Kebahagiaan Siswa SMP" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 27 Mei 2024

Yang membuat pernyataan,



(Ni Putu Ariasih)

NIM. 2011011008