

TESIS

**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING
BEHAVIORAL TEKNIK DESENSITISASI SISTEMATIS
UNTUK MEREDUKSI KECEMASAN SISWA**

OLEH

ANAK AGUNG DIAH KARTIKA SARI

NIM 1829111011

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

2020



**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING
BEHAVIORAL TEKNIK DESENSITISASI SISTEMATIS
UNTUK MEREDUKSI KECEMASAN SISWA**

TESIS

Diajukan Kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan
Program Studi Bimbingan Dan Konseling**

Oleh

ANAK AGUNG DIAH KARTIKA SARI

NIM 1829111011

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA

2020

Tesis oleh Anak Agung Diah Kartika Sari ini telah diperiksa dan disetujui untuk mengikuti Ujian Tesis.

Denpasar, 18 Oktober 2020

Pembimbing I

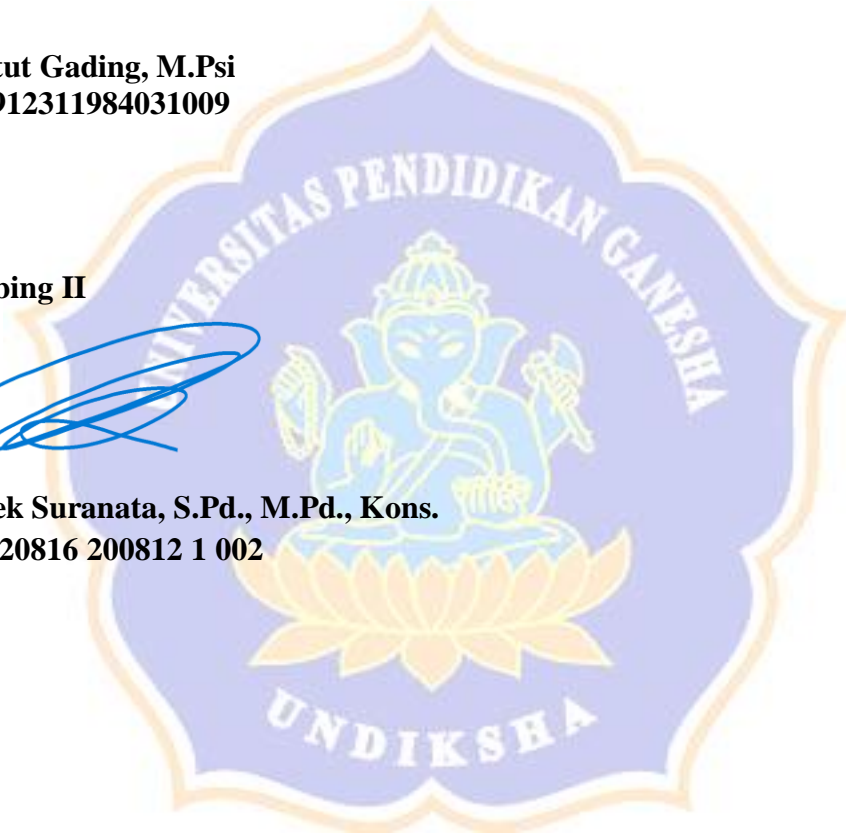


**Dr. I Ketut Gading, M.Psi
NIP 195912311984031009**

Pembimbing II



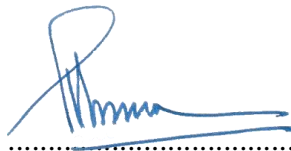
**Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. 19820816 200812 1 002**



Tesis oleh Anak Agung Diah Kartika Sari ini telah berhasil dipertahankan di depan tim penguji dan dinyatakan diterima sebagai sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling, Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.


Disetujui pada tanggal: Oktober 2020

oleh Tim Penguji



..... Ketua

Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S. Kons
NIP 195703031983032001



..... Anggota

Dr. I Ketut Gading, M.Psi
NIP 19591231 198403 1 009



..... Anggota

Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons
NIP 19820816 200812 1 002



..... Anggota

Prof. Dr. Nyoman Dantes
NIDK. 8828123419



..... Anggota

Prof. Dr. I Ketut Dharsana., M.Pd., Kons
NIP 1957801 198303 1 003

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis ini saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelas Magister dari program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha sesungguhnya merupakan karya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penyusunan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penelitian ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang disandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan dan undang-undang yang berlaku di wilayah Negeri Kesatuan Republik Indonesia.

Denpasar, Oktober 2020

A A Diah Kartika Sari
Nim.1829111011

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas anugerah-Nya, proposal tesis yang berjudul **“Pengembangan Oanduan Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Siswa”** dapat diselesaikan sesuai dengan yang direncanakan.

Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam menyelesaikan studi di Program Studi Bimbingan Konseling Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha. Kerja keras bukan satu-satu jaminan terselesaikannya tesis ini, tetapi uluran tangan dari berbagai pihak, baik secara material maupun non-material, telah menjadi energi tersendiri, sehingga tesis ini dapat terwujud, walaupun belum sempurna. Oleh sebab itu, pada lembar-lembar awal tesis ini, izinkan penulis menyampaikan terimakasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. I Ketut Gading, M.Psi sebagai Pembimbing I yang telah memberikan legalitas terkait persyaratan tesis dan dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi yang sangat bermakna, sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini.
2. Dr. Kadek Suranata, S.Pd.,M.Pd.,Kons selaku Pembimbing II yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi yang sangat bermakna, sehingga penulis mampu menyelesaikan tesis ini.
3. Prof. Dr. I Gusti Putu Suharta, M.Si selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan bantuan secara moral dan memfasilitasi berbagai kepentingan studi.
4. Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.Pd.,Kons selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pascasarjana Undiksha yang dengan senang tiasa memberikan motivasi, bimbingan, arahan, serta kemudahan kepada kami dalam penyusunan tesis ini.

5. Rekan-rekan seperjuangan di Program Studi Bimbingan Konseling yang dengan karakternya masing-masing telah berkontribusi membentuk pendirian penulis selama menempuh perjalanan studi.

Semoga segala bentuk kebaikan yang telah mereka taburkan mendapatkan anugerah dari Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa, sehingga mereka diberikan kemudahan dalam berkehidupan serta selalu diberikan keselamatan, kesehatan, dan kesejahteraan lahir batin.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tulisandalam 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 tesis ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.



Denpasar, Oktober 2020

Penulis

DAFTAR ISI

JUDUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	iv
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah Penelitian	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
1.6.1 Manfaat Teoretis	8
1.6.2 Manfaat Praktis	9
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
2.1 Kajian Teori	10
2.1.1 Konseling Behavioral	10
2.1.2 Teknik Desensitisasi Sistematis	16
2.1.3 Kecemasan	20
2.2 Kajian Hasil Penelitian Relevan	27
2.3 Kerangka Berfikir	28

BAB III. METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian Pengembangan	32
3.2 Prosedur Penelitian Pengembangan.....	33
3.3 Uji Coba Produk	36
3.3.1 Desain Uji Coba.....	36
3.3.2 Subjek Uji Coba.....	37
3.3.3Jenis Data.....	37
3.3.4Metode dan Instrumen Pengumpulan Data	38
3.3.5Metode dan Teknik Analisis Data.....	39

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	41
4.1.1 Penyajian Data Uji Coba	41
4.1.2 Hasil Analisis Data.....	44
4.1.3 Revisi Produk.....	45
4.2 Pembahasan.....	49
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	52

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Rangkuman.....	54
5.2 Kesimpulan	57
5.3 Saran	58

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil Perhitungan Indeks CVR	42
Tabel 4.2 Visualisasi Buku Panduan Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Siswa	46
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan Indeks CVR	47



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01 Lembar Validasi Pakar Panduan.....	64
Lampiran 02 Hasil Penilaian Panduan.....	65
Lampiran 03 Rekap Hasil Penilaian Panduan	82
Lampiran 04Panduan Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Siswa	86



DAFTAR GAMBAR

Gambar 01 Kerangka Berfikir	31
Gambar 02 Prosedur Pengembangan Model 4D	34



