

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak merupakan sebuah anugerah yang diberikan Tuhan kepada umatnya. Sebagai orang tua, mereka harus bisa mendidik anaknya dengan baik dan benar. Dengan pola asuh yang baik maka akan membentuk pribadi anak yang baik pula. Seiring dengan berjalannya waktu seorang anak akan melewati fase kanak-kanaknya dan akan memasuki usia remaja. Remaja yang bisa dikatakan baik adalah anak yang bisa mematuhi apa yang dikatakan orang tuanya, bertingkah laku sesuai aturan dan norma yang berlaku, serta memiliki rasa tanggung jawab serta mampu berinteraksi sosial dengan baik.

Namun pada kenyataannya, banyak remaja yang tidak memiliki rasa tanggung jawab, lalai akan kewajibannya sebagai anak, dan juga acapkali menjadi individu antisosial. Dampak dari hal tersebut adalah anak menjadi kurang disiplin, merugikan orang di sekitarnya bahkan juga sampai melakukan tindakan kriminal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ria Komalasari tentang identifikasi Faktor Penyebab Kenakalan Remaja Pada Siswa SMP PGRI 4 Kota Jambi, menemukan terdapat 30 siswa-siswi yang bermasalah seperti siswa merokok di WC sekolah, siswa sering alfa tanpa

izin dan membuat surat palsu dan lain sebagainya¹. Perilaku-perilaku tersebut merugikan diri sendiri dan orang lain di sekitar mereka. Kasus-kasus Kriminal tersebut bisa terjadi karena regulasi diri rendah.

Regulasi Diri adalah upaya diri untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan mengikut sertakan metakognisi (pemahaman individu tentang kognisinya), motivasi (dorongan melakukan sesuatu), dan perilaku aktif.² Sedangkan menurut Dias dan Castillo bahwa regulasi diri merupakan proses psikologis yang dapat menentukan seseorang untuk melakukan tindakan, serta juga regulasi diri bisa diatur mekanismenya pada setiap individu untuk menghasilkan perilaku yang positif agar tercapai cita-cita yang diinginkan³. Dari pernyataan di atas dapat diketahui bahwa seseorang yang mampu mengatur aktivitasnya secara positif dan mempunyai motivasi mencapai cita-cita dapat dikatakan bahwa individu tersebut memiliki regulasi diri yang baik.

Sebaliknya jika individu memiliki regulasi yang rendah, ia tidak memiliki kemampuan untuk mengatur diri dengan baik dalam kaitannya dengan aktivitas serta kegiatan sosial. Regulasi diri rendah menyebabkan kontrol emosi yang rendah pula, individu menjadi mudah marah dan juga mereka mengambil keputusan tanpa memikirkan akibatnya dalam jangka yang panjang. Hal ini juga didapatkan di LPKA Kelas 1 Blitar,

¹ Ria Komalasari, *Dentifikasi Faktor Penyebab Kenakalan Remaja Pada Siswa Smp Pgri 4 Kota Jambi*, (Skripsi : Universitas Jambi, 2014), hlm. 3

² M. Nur Gufron dan Rini Risnawita, *Teori – teori psikologi* , (Yogyakarta : Ar Ruzz Media, 2014), hlm. 59-61

³ Abdul Manab, *Memahami Regulasi diri: Sebuah Tinjauan Konseptual*, (Seminar Asean Psykology & Humanity UMM 19- 20 Februari 2016), hlm. 7

berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan Petugas LPKA, diperoleh hasil bahwa anak didik di LPKA berjumlah 194 anak. Adikpas di sini adalah anak yang berusia antara 14 hingga 19 tahun, mayoritas dari mereka merupakan kasus PA (Perlindungan Anak). Di LPKA dibagi menjadi 3 wisma yakni Wisma Dahlia, Wisma Cempaka, dan Wisma Bougenvile. Wisma Dahlia dihuni oleh anak didik usia 15-17 tahun, Wisma Cempaka campuran dan Wisma Bougenvile di atas 18 tahun. Kasus anak didik berbagai macam, di antaranya Asusila, Pencurian, Penggunaan Obat Terlarang bahkan ada juga yang sampai melakukan Pembunuhan.

Menurut Zimmerman dan Pons ada 3 faktor yang mempengaruhi regulasi diri. Di antaranya adalah individu, faktor dari individu meliputi pengetahuan individu, tingkat metakognisi yang dimiliki individu, tujuan yang ingin dicapai. Faktor yang kedua adalah perilaku, Bandura menyatakan dalam perilaku ada 3 tahap yang berkaitan dengan regulasi diri di antaranya *Self Abservation* (Intropeksi untuk menguatkan diri), *Self Judgement* (Individu membandingkan performansi dan standar), *Self Reaction* (mencakup proses). Faktor yang ketiga adalah Lingkungan, Teori kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia.⁴

Oleh karena itu dalam upaya meningkatkan regulasi diri anak dan remaja, Lembaga Pembinaan Khusus Anak memberikan wadah dan

⁴ M. Nur Gufron dan Rini Risnawita, *Teori – teori psikologi ...*, hlm. 61-63

fasilitas yakni dengan memberikan pendidikan secara formal dan informal untuk mengubah perilaku yang kurang baik bahkan hingga melanggar hukum menjadi perilaku yang berjalan sesuai dengan nilai-nilai atau norma-norma yang berlaku di masyarakat dengan membantu mengasah *Self Abservation, Self Judgement dan Self Reaction* nya.⁵

Selain pendidikan formal perlu adanya konseling yang membantu mempengaruhi anak didik lapas untuk mengubah pemikiran dan perilaku maladaptif ke adaptif dalam upayanya untuk meningkatkan regulasi diri. Peneliti merasa bahwa *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) merupakan jenis terapi yang sangat cocok dan relevan untuk anak didik di Lembaga Pembinaan Khusus Anak.

Cognitive Behavioural Therapy (CBT) merupakan pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Pendekatan CBT didasarkan pada formulasi kognitif, keyakinan, dan strategi perilaku yang mengganggu.⁶

Dilihat dari pengertiannya tersebut maka diharapkan apabila *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) diterapkan pada anak didik yang bermasalah maka akan mampu memperbaiki perilaku seorang anak didik yang bermasalah sehingga muncul perilaku yang tearah dan diharapkan.

Dengan demikian, penerapan kebiasaan berpikir positif dan perilaku yang positif dapat membantu individu untuk menjadi seorang yang patuh

⁵Hasil Observasi peneliti pada tanggal 22 Oktober 2017 jam 09.00 WIB

⁶Christine Wilding dan Aileen Milne, *Cognitive Behavioural Therapy*, (Jakarta Barat : PT Indeks, 2013), hlm. 8-10

dan taat serta bertindak sesuai dengan norma yang berlaku. Apabila kognitif individu mampu mengarahkan ke pandangan masa depan yang lebih baik, maka individu tersebut akan melakukan hal yang kiranya akan membuatnya lebih baik lagi, meninggalkan kebiasaan buruk yang pernah dilakukannya.

Norma yang berlaku di masyarakat tidak hanya norma secara hukum saja, tetapi juga ada norma Agama. Norma Agama ini merupakan suatu pedoman untuk manusia dalam menjalankan kehidupan. Dengan adanya keyakinan terhadap agama, maka seorang akan mempunyai pegangan dan juga pendirian. Spiritualitas dalam kehidupan sehari-hari adalah bagian inti dari individu yang tidak terlihat dan memberi makna dan tujuan hidup. Claude dan Zamor menyebutkan bahwa spiritualitas adalah perasaan yang mendasar tentang hubungan antara diri sendiri, orang lain dan seluruh alam semesta.⁷ Spiritualitas berbeda dengan agama, spiritualitas adalah konsep yang lebih luas yang bersifat univesal dan pribadi, sedangkan agama adalah bagian dari spiritualitas yang terkait dengan budaya dan masyarakat.⁸

Cognitive Behaviour Therapy (CBT) berbasis spiritual merupakan suatu pendekatan dimana kognitif dan perilaku anak dan remaja diarahkan pada keyakinan spiritualitas. Spiritualitas yang dimaksudkan di sini adalah menganggap bahwa Tuhan itu hadir bersamanya, jadi segala perbuatan

⁷ Yosephin Devi A, *Pengaruh Dimensi-Dimensi Spiritualitas Dalam Dunia Kerja Terhadap Kepuasan kerja Dosen dan Karyawan di Universitas Atma Jaya Yogyakarta*, (Yogyakarta, Skripsi, Fakultas Ekonomi 2015), hlm. 11

⁸ Ibid., hlm. 10-11

dari remaja tersebut akan memiliki rasa ke hati-hatian karena ia takut akan dosa. CBT berbasis spiritual ini juga akan mengajarkan sebagai manusia itu harus memuliakan sesama manusia, yakni dengan saling menghormati antar sesama. Intervensi ini relevan dengan dengan kondisi anak didik Lembaga Pembinaan Khusus Anak.

Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar, anak didiknya berjumlah 194 anak yang berasal dari beragam karakter, masalah dan juga latar belakang yang berbeda. Tak jarang peneliti berbincang dengan anak didik lepas, dan anak didik itu yang belum mampu melakukan regulasi diri, misalnya masih memiliki keinginan apabila ia sudah keluar dari lembaga pembinaan ia masih ingin kembali ke kehidupan sebelum ia ditahan. Seperti berkumpul dengan teman-temannya, masih ingin balapan, dan juga ada yang ingin balas dendam kepada yang telah memasukkannya ke penjara.

Melihat fenomena yang seperti itu, peneliti merasa bahwa perlu adanya penekanan pendidikan tentang agama dan juga spiritualitasnya agar anak didik tersebut bisa memahami dan membuka mata hatinya bahwa ia masih di beri kesempatan untuk memperbaiki dirinya dan menjadi orang yang lebih berguna bagi orang lain.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti mencoba mengkaji tentang Efektivitas *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) berbasis spiritual terhadap peningkatan regulasi diri anak didik di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar.

Keunikan dari penelitian ini yakni peneliti mencoba menggunakan penelitian berbasis spiritual yang mana ini model penelitian ini belum diteliti oleh peneliti sebelumnya. Hal ini lebih relevan diterapkam pada anak yang bermasalah khususnya pada anak didik LPKA Kelas 1 Blitar karena pendidikan spiritual tentang kesadaran beragama hanya dilakukan sebulan sekali oleh Kemenag.⁹

Oleh karena itu peneliti mengambil judul “Efektivitas *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) Berbasis Spiritual Terhadap Tingkat Regulasi Diri Anak Didik Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar” Sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana.

⁹ Hasil Observasi peneliti pada tanggal 19 Oktober 2017 sampai 15 November 2017

B. Rumusan Masalah

1. Berapakah tingkat regulasi diri anak didik di LPKA kelas 1 Blitar sebelum mendapatkan perlakuan CBT berbasis spiritual ?
2. Berapakah tingkat regulasi diri anak didik di LPKA kelas 1 Blitar sesudah mendapatkan perlakuan CBT berbasis spiritual ?
3. Seberapa besar tingkat efektivitas *Cognitive Behaviour Therapy* berbasis spiritual terhadap regulasi diri anak didik LPKA ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini mempunyai tujuan:

1. Untuk mengetahui tingkat regulasi diri anak didik di LPKA kelas 1 Blitar sebelum mendapatkan perlakuan CBT berbasis spiritual.
2. Untuk mengetahui tingkat regulasi diri anak didik di LPKA kelas 1 Blitar setelah mendapatkan perlakuan CBT berbasis spiritual.
3. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat efektivitas *Cognitive Behaviour Therapy* berbasis spiritual terhadap regulasi diri anak didik di LPKA.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan teoritis dalam bidang psikologi kepribadian, khususnya regulasi diri berkaitan dengan kondisi psikologis dan perilaku anak didik lembaga pembinaan khusus anak kelas 1 Blitar.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang dapat diambil dengan adanya penelitian ini adalah:

a. Bagi Lembaga Pembinaan Khusus Anak

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam proses berlangsungnya pembinaan anak di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar.

b. Bagi Pendidik

Hasil ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada pembina tentang proses terapi yang efektif.

c. Bagi Anak Didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi anak didik sehingga dapat membuang kebiasaan buruknya, menghindari hal-hal yang dapat merugikan orang lain, merubah perilaku yang kurang baik menjadi perilaku yang baik.

E. Penelitian Sebelumnya

Penelitian tentang efektivitas *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) berbasis spiritual terhadap regulasi diri anak didik di Lembaga Pembinaan Khusus Anak, sejauh pengetahuan peneliti belum pernah dilakukan. Adapun penelitian yang memiliki kesamaan dengan tema penelitian ini di antaranya:

1. Umar Yusuf (2011). Jurnal tentang pengaruh terapi kognitif dan perilaku terhadap peningkatan kontrol diri pada residivis di LAPAS Kelas 1 Sukamiskin Bandung.
2. Rina M dan Wiwiek Sulistyaningsih (2013). Jurnal *Cognitive Behavioural Therapy* untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak korban konflik Aceh.
3. Yahya Ad, Megalia (2016). Pengaruh Konseling *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) dengan teknik *self control* untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas VII di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017.

Penelitian yang dilakukan oleh Umar Yusuf (2011) tentang *pengaruh terapi kognitif dan perilaku terhadap peningkatan kontrol diri pada residivis di LAPAS Kelas 1 Sukamiskin Bandung*, variabel bebasnya sama yakni CBT, sedangkan variabel terikatnya berbeda. Dalam penelitian Umar variabel terikatnya kontrol diri, sedangkan dalam peneliti menggunakan variabel terikat regulasi diri. Selain itu, dari segi subyekpun juga berbeda, Umar Yusuf subyeknya adalah residivis di LAPAS Kelas 1

Sukamiskin Bandung, sedangkan subyek yang dijadikan sasaran peneliti adalah anak didik di Lembaga Pembinaan Anak Kelas 1 Blitar.

Penelitian selanjutnya oleh Rina M dan Wiwiek Sulistyaningsih (2013) tentang *Cognitive Behavioural Therapy untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak korban konflik Aceh*. Variabel terikat dari penelitian Rina dan wiwiek adalah Regulasi emosi, dan variabel terikat dari peneliti adalah regulasi diri. Selain itu, subyek dari penelitian Rina dan Wiwiek anak korban konflik Aceh, sedangkan subyek yang menjadi sasaran peneliti adalah anak didik di Lembaga Pembinaan Anak Kelas 1 Blitar.

Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Yahya Ad, Megalia (2016) tentang *Konseling Cognitive Behavioural Therapy (CBT) dengan teknik self control untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas VII di SMPN 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017*. Pada penelitian Yahya Ad dan Megalia variabel terikatnya perilaku agresif, sedangkan variabel terikat peneliti adalah regulasi diri. Selain itu subyek penelitiannya juga berbeda, penelitian Yahya dan Megalia subyeknya adalah didik kelas VII di SMPN 9 Bandar Lampung, sedangkan subyek yang menjadi sasaran peneliti adalah anak didik di Lembaga Pembinaan Anak Kelas 1 Blitar.

Dengan demikian, penelitian yang akan dilakukan dengan judul Efektivitas *Cognitive Behaviour Therapy (CBT)* berbasis spiritual terhadap regulasi diri anak didik di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1

Blitar hampir sama dengan penelitian sebelumnya, yakni menggunakan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) , namun pada penelitian ini berbasis spiritual. Sedangkan penelitian ini menggunakan subyek yang berbeda sebagai variabel terikat yaitu Regulasi diri anak didik Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas 1 Blitar.

Tabel 1.1
Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang

No	Judul, Peneliti, Tahun	Persamaan	Perbedaan	
			Penelitian Sebelumnya	Penelitian Sekarang
1	Pengaruh terapi kognitif dan perilaku terhadap peningkatan kontrol diri pada residivis di LAPAS Kelas 1 Sukamiskin Bandung oleh Umar Yusuf (2011)	Variabel Bebas menggunakan CBT, hanya saja penelitian sekarang di tambahkan berbasis spiritual	Variabel terikat kontrol diri, subyek penelitian ini adalah residivis di Lapas kelas 1 Sukamiskin Bandung.	Variabel terikat regulasi diri, subyek penelitian ini adalah anak didik di LPKA kelas 1 Blitar
2	<i>Cognitive Behavioural Therapy</i> untuk meningkatkan regulasi emosi pada anak korban konflik Aceh oleh Rina dan Wiwiek (2013)	Variabel Bebas menggunakan CBT, hanya saja penelitian sekarang di tambahkan berbasis spiritual	Variabel terikat regulasi emosi, subyek penelitian ini adalah anak korban konflik Aceh	Variabel terikat regulasi diri, subyek penelitian ini adalah anak didik di LPKA kelas 1 Blitar
3	<i>Cognitive Behaviour Therapy</i> dengan teknik <i>self control</i> untuk mengurangi perilaku agresif peserta didik kelas VII di SMPN 9 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017 oleh Yahya dan Megalia (2016)	Variabel Bebas menggunakan CBT, hanya saja penelitian sekarang di tambahkan berbasis spiritual	Variabel terikat perilaku agresif, subyek penelitian anak didik kelas VII di SMPN 9 Bandar Lampung	Variabel terikat regulasi diri, subyek penelitian ini adalah anak didik di LPKA kelas 1 Blitar

F. Penegasan Istilah

Sebelum penulis menguraikan isi penelitian, maka diawali dahulu dengan memberikan penjelasan pengertian dari berbagai istilah yang dipergunakan dan menjadi dasar untuk penelitian ini. Hal ini dilakukan agar tidak terjadi kesalahan dalam penafsiran atau interpretasi isi keseluruhan skripsi tentang "Efektivitas *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Berbasis Spiritual Terhadap Tingkat Regulasi Diri Anak Didik Di LPKA Kelas 1 Blitar". Istilah-istilah tersebut diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Penegasan Konseptual

Penegasan istilah dalam ranah konseptual adalah istilah yang mengarah ke variabel penelitian dan mendukung variabel. Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah CBT berbasis spiritual dan Regulasi Diri.

a. CBT berbasis spiritual

Cognitive Behaviour Therapy merupakan salah satu pendekatan yang digunakan dalam modifikasi perilaku.¹⁰ CBT berbasis spiritual merupakan suatu pendekatan yang digunakan dalam modifikasi perilaku yang mana modifikasi ini mengarahkan pada tujuan – tujuan untuk memperoleh tingkah laku baru yang diinginkan dengan kepercayaan akan adanya kekuatan non fisik

¹⁰ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung, PT. Refika Aditama, 2005, hlm.193-194

yang lebih besar dari pada kekuatan diri kita serta kesadaran yang menghubungkan kita langsung dengan Tuhan.

b. Regulasi Diri

Regulasi diri dalam bahasa Inggris adalah *Self Regulation*. *Self* artinya diri dan *regulation* adalah terkelola. Albert Bandura menyatakan tentang konsep regulasi diri bahwa individu dapat secara efektif beradaptasi dengan lingkungannya selama mampu membuat kemampuan kontrol pada proses psikologi dan perilakunya.¹¹

2. Penegasan Operasional

Definisi operasional pada penelitian adalah unsur penelitian yang terkait dengan variabel yang terdapat dalam judul penelitian atau yang tercakup dalam paradigma penelitian sesuai dengan hasil perumusan masalah.¹²

a. Cognitive Behaviour Therapy (CBT) berbasis Spiritual

Cognitive Behavior Therapy (CBT) berbasis spiritual merupakan suatu pendekatan yang digunakan dalam modifikasi perilaku yang mana modifikasi ini mengarahkan pada tujuan – tujuan untuk memperoleh tingkah laku baru yang diinginkan dengan kepercayaan akan adanya kekuatan non fisik yang lebih besar dari pada kekuatan diri kita serta kesadaran yang menghubungkan kita langsung dengan Tuhan. Dimana dalam terapi

¹¹ M. Nur Gufron, Rini R.S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta : Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 57-58

¹² Supranto, *Statistika Teori Dan Aplikasi* (Jakarta : Erlangga,2003), hlm. 322

ini dilakukan dalam beberapa sesi guna memperoleh hasil sesuai yang diinginkan dan menunjukkan perubahan kognisi dan perilaku ke arah yang positif.

b. Regulasi Diri

Regulasi diri adalah upaya individu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan mengikut sertakan metakognisi (pemahaman individu tentang kognisinya), motivasi (dorongan melakukan sesuatu), dan perilaku aktif.

c. Anak Didik LPKA Blitar

Anak yang bermasalah dengan hukum yang berusia antara 14-19 tahun termasuk dalam anak didik lepas di lembaga LPKA Blitar. Di dalam lepas anak didik di bentuk untuk taat akan hukum baik hukum negara maupun adat. Mereka dibina melalui pendidikan umum dan kewirausahaan.

Dengan demikian dapat definisi operasional CBT berbasis spiritual terhadap tingkat regulasi diri Andikpas LPKA Blitar adalah suatu terapi yang menggunakan terapi CBT berbasis spiritual yakni modifikasi perilaku yang mengarahkan pada tujuan – tujuan untuk memperoleh tingkah laku baru yang diinginkan serta kesadaran yang menghubungkan kita langsung dengan Allah yang mana terapi ini diberikan dengan tujuan untuk meningkatkan regulasi diri anak didik lembaga pembinaan kelas 1 Blitar.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan ini dibuat untuk mempermudah penulisan di lapangan, sehingga mendapatkan hasil akhir yang sistematis dan konsisten. Sistem penelitian dalam skripsi ini tersusun dalam enam bab, masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab atau bagian dan sebelum memaparkan bab pertama, terlebih dahulu penulis menyajikan bagian permulaan, sistematikanya meliputi: Halaman sampul, halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman pernyataan keaslian, halaman motto, halaman persembahan, halaman prakata, halaman daftar tabel, halaman daftar gambar, halaman lambing dan singkatan, halaman pedoman transliterasi, halaman abstrak, halaman daftar isi. Bagian isi terdiri dari:

BAB I Pendahuluan, terdiri dari: (a) Latar Belakang Masalah, (b) Rumusan Masalah, (c) Tujuan Penelitian, (d) Manfaat Penelitian, (e) Penelitian Sebelumnya, (f) Penegasan Istilah, (g) Sistematika Pembahasan.

BAB II Kajian Teori, terdiri dari: (a) Regulasi Diri, (b) *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) berbasis spiritual, (c) Landasan Berpikir, (d) Kerangka Berpikir, (e) Hipotesis

BAB III Metode Penelitian, terdiri dari: (a) Rancangan Penelitian, meliputi: Pendekatan Penelitian dan Jenis Penelitian, (b) Variabel Penelitian, (c) Perencanaan Proses dan Sesi Terapi, (d) Populasi, teknik sampling dan Sampel Penelitian, (e) Kisi-kisi Instrumen, (f) Instrumen

Penelitian, (g) Sumber Data, (h) Teknik Pengumpulan Data, (i) Analisis Data.

BAB IV Hasil Penelitian, terdiri dari: (a) Deskripsi data, (b) Pengujian Hipotesis.

BAB V Pembahasan, terdiri dari: (a) Pembahasan Rumusan Masalah I, (b) Pembahasan Rumusan Masalah II, (c) Pembahasan Rumusan Masalah III

BAB VI Penutup, terdiri dari: (a) Kesimpulan, (b) Saran.

Bagian Akhir, terdiri dari: (a) Daftar Pustaka, (b) Lampiran-lampiran