

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GRAFIK.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
INTISARI.....	xvi
BAB I PENGANTAR.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	7
C. Manfaat Penelitian	7
D. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Kebahagiaan.....	12
1. Definisi Kebahagiaan.....	12
2. Aspek-Aspek Kebahagiaan.....	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan	15
B. Pelatihan Pemaafan	17
1. Definisi Pelatihan Pemaafan.....	17
2. Aspek-aspek Pemaafan	19
3. Tahap-tahap Pemaafan.....	23
C. Dinamika Psikologis antara Pemaafan dan Kebahagiaan	24
D. Hipotesis Penelitian	29

BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian.....	30
B. Definisi Operasional	30
1. Kebahagiaan.....	30
2. Pelatihan Pemaafan.....	31
C. Subjek Penelitian	31
D. Metode Pengumpulan Data.....	32
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	35
F. Metode Analisis Data.....	36
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	37
A. Orientasi Kacah dan Penelitian.....	37
1. Orientasi Kacah.....	37
2. Persiapan Penelitian	39
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	42
1. Pelaksanaan <i>Pretest</i>	42
2. Pelaksanaan Eksperimen.....	44
3. Pelaksanaan <i>Posttest</i>	50
4. Pelaksanaan <i>Follow Up</i>	51
5. Pengontrolan Validitas Penelitian.....	53
C. Hasil Penelitian	54
1. Analisis Kuantitatif	54
2. Analisis Deskriptif Subjek	58
D. Pembahasan.....	72
BAB V PENUTUP.....	78
1. Kesimpulan	78
2. Saran-Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1. Distribusi Butir Skala Kebahagiaan Sebelum Uji Coba	33
Tabel 2. Distribusi Butir Skala Pemaafan Sebelum Uji Coba	34
Tabel 3. Tabel Data Subjek Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	37
Tabel 4. Distribusi Butir Skala Kebahagiaan Setelah Uji Coba.....	40
Tabel 5. Distribusi Butir Skala Pemaafan Setelah Uji Coba.....	41
Tabel 6. Deskripsi Kategorisasi Subjek Penelitian Berdasarkan Hasil <i>Pretest</i> Kebahagiaan.....	43
Tabel 7. Deskripsi Kategorisasi Subjek Penelitian Berdasarkan Hasil <i>Pretest</i> Pemaafan.....	43
Tabel 8. Deskripsi Kategorisasi Subjek Penelitian Berdasarkan Hasil <i>Posttest</i> Kebahagiaan	50
Tabel 9. Deskripsi Kategorisasi Subjek Penelitian Berdasarkan Hasil <i>Posttest</i> Pemaafan	51
Tabel 10. Deskripsi Kategorisasi Subjek Penelitian Berdasarkan Hasil <i>Follow Up</i> Kebahagiaan.....	52
Tabel 11. Deskripsi Kategorisasi Subjek Penelitian Berdasarkan Hasil <i>Follow Up</i> Pemaafan.....	52
Tabel 12. Deskripsi Statistik Perbandingan <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , <i>Follow Up</i> Tingkat Kebahagiaan Antara Kelompok Eksperimen dan Kontrol	54
Tabel 13. <i>Gain Score</i> Subjek Kelompok Eksperimen Pada Skala Kebahagiaan.....	55
Tabel 14. <i>Gain Score</i> Subjek Kelompok Kontrol Pada Skala Kebahagiaan.....	55
Tabel 15. Kondisi Subjek 1 (Eg).....	59
Tabel 16. Kondisi Subjek 2 (Wi)	62
Tabel 17. Kondisi Subjek 3 (Le).....	65
Tabel 18. Kondisi Subjek 4 (Vi)	67

Tabel 19. Kondisi Subjek 5 (He).....	69
Tabel 20. Kondisi Subjek 6 (De).....	71

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
Grafik 1. Skor Kebahagiaan Kelompok Eksperimen.....	56
Grafik 2. Skor Kebahagiaan Kelompok Kontrol.....	57
Grafik 3. Kondisi Kebahagiaan dan Pemaafan Subjek 1 (Eg).....	61
Grafik 4. Kondisi Kebahagiaan dan Pemaafan Subjek 2 (Wi).....	63
Grafik 5. Kondisi Kebahagiaan dan Pemaafan Subjek 3 (Le).....	66
Grafik 6. Kondisi Kebahagiaan dan Pemaafan Subjek 4 (Vi).....	68
Grafik 7. Kondisi Kebahagiaan dan Pemaafan Subjek 5 (He).....	70
Grafik 8. Kondisi Kebahagiaan dan Pemaafan Subjek 6 (De).....	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Skala Kebahagiaan dan Pemaafan <i>Try-out</i>	84
Lampiran 2. Tabulasi Data <i>Try-out</i> Kebahagiaan.....	85
Lampiran 3. Tabulasi Data <i>Try-out</i> Pemaafan.....	91
Lampiran 4. Reliabilitas dan Validitas Alat Ukur.....	97
Lampiran 5. Skala Kebahagiaan dan Pemaafan.....	103
Lampiran 6. Kategorisasi Skala Kebahagiaan dan Pemaafan.....	104
Lampiran 7. Tabulasi Data <i>Pretest, Posttest, Follow Up</i> Kebahagiaan Kelompok Eksperimen.....	106
Lampiran 8. Tabulasi Data <i>Pretest, Posttest, Follow Up</i> Kebahagiaan Kelompok Kontrol.....	107
Lampiran 9. Uji Hipotesis Teknik <i>Mann-Whitney</i> Skala Kebahagiaan ..	108
Lampiran 10. Administrasi Penelitian.....	109