

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan formal yang menjadi bagian dari sistem pendidikan nasional dan mempunyai tujuan untuk menyiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik dan profesional yang dapat menerapkan, mengembangkan serta mengupayakan penggunaan ilmunya. Dengan demikian mahasiswa selaku peserta didik di perguruan tinggi diharapkan mempunyai upaya yang dinamis untuk mampu menyesuaikan diri dengan tujuan pendidikan tersebut. Usaha sadar untuk menyiapkan mahasiswa adalah melalui kegiatan pengajaran, bimbingan dan atau latihan sehingga mereka belajar untuk mengembangkan segala potensi yang dimiliki, memperkaya ilmu pengetahuan serta meningkatkan kualifikasi profesionalnya sesuai dengan bidang ilmunya masing-masing. Dalam hal ini mahasiswa ditempatkan sebagai subjek penelitian yang menduduki posisi utama dalam kegiatan belajar (Wikipedia, 2007).

Sebagai salah satu universitas di Bandung, Universitas “X” memiliki berbagai fakultas yang masing-masing menyiapkan peserta didiknya agar dapat berkompetisi di persaingan dalam masyarakat. Salah satu fakultasnya adalah Fakultas Teknik Industri yang memiliki tujuan pendidikan agar mahasiswa didiknya mempunyai kemampuan

dalam perancangan dan perbaikan system perusahaan. Sarjana Teknik Industri mencari cara *to do things better*, merencanakan proses dan system yang akan meningkatkan kualitas dan produktivitas, memberikan kontribusi yang signifikan pada perusahaannya dengan cara melakukan penghematan dan perbaikan tempat kerja untuk rekan kerjanya (Buku Panduan Teknik Industri, 2008). Saat ini fakultas Teknik Industri terakreditasi B (baik), dari hasil wawancara dengan 12 mahasiswa fakultas Teknik Industri, 10 responden menyatakan bahwa hal tersebut disebabkan karena fakultas Teknik Industri terkenal baik kualitas disiplin maupun pendidikannya. Fakultas Teknik Industri memang memiliki riwayat prestasi yang membanggakan dalam bidang akademis, dan pada tahun 2008 berhasil meraih juara harapan pada lomba membuat design Nokia di Jogjakarta.

Saat ini fakultas Teknik Industri sedang mengusahakan untuk meningkatkan akreditasinya menjadi A (sangat baik), salah satu caranya adalah dengan mendorong mahasiswa yang telah menempuh studi lebih dari 4 tahun (semester 8 ke atas) namun belum lulus karena masih terhambat dalam penyelesaian tugas akhir agar segera menyelesaikan studinya. Berdasarkan keluhan dosen-dosen di fakultas Teknik Industri dan dilihat dari Evaluasi Program Studi Berbasis Evaluasi Diri (EPSBED) ada sekitar 25% mahasiswa Fakultas Teknik Industri yang sudah menjalankan studi lebih dari 4 tahun namun belum menyelesaikan tugas akhir. Berdasarkan survei awal dan wawancara dengan 12 mahasiswa fakultas Teknik Industri, didapatkan hasil bahwa mereka mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akhir dikarenakan berbagai sebab. Sebanyak 8 mahasiswa menyatakan karena banyak teman yang

berasal dari satu angkatan kini telah lulus sehingga mereka merasa tertinggal yang mengakibatkan menurunnya motivasi mereka untuk melakukan bimbingan, 5 mahasiswa juga yang melihat bahwa temannya yang seangkatan belum lulus seperti dirinya namun tetap bisa bekerja dan mendapatkan uang, 3 orang merasa tegang jika berhadapan dengan dosen pembimbing sehingga menyebabkan mereka cemas jika harus melakukan bimbingan, 4 orang merasa bahan untuk tugas akhir terlalu berat sehingga merasa kesulitan dan tidak mampu menyelesaikan tugas akhir, serta 5 mahasiswa mengakui bahwa dengan setiap kesulitan yang gagal diselesaikannya, semakin rendah mereka dalam menilai kemampuan dirinya untuk menyelesaikan tugas akhir. Hal ini menjadi dasar pengenalan akan diri dan potensi bagi mereka, yang semakin lama semakin melemahkan keyakinan diri mereka.

*Beliefs* tentang kemampuan seseorang dalam mengatur dan melaksanakan sumber-sumber dari tindakan yang dibutuhkan untuk mengatur situasi-situasi yang prospektif disebut dengan *self-efficacy* (Bandura, 1986). *Self-efficacy* juga mempengaruhi banyak aspek dalam kehidupan, antara lain prestasi akademis para mahasiswa tersebut. Dalam penelitian yang dilakukan Bandura (1997) bahwa tanpa *self-efficacy* yang cukup kuat, seseorang akan sulit bertahan dalam menghadapi masalah (Pajares & Urdan, 2006). Penelitian Hanggoro (1990) membuktikan bahwa terdapat suatu korelasi positif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan penyelesaian tugas akademis. Ini mengartikan bahwa semakin tinggi keyakinan diri seseorang, maka semakin tinggi pula usahanya untuk menyelesaikan suatu tugas akademisnya, dan sebaliknya semakin rendah keyakinan diri seseorang maka akan

semakin rendah pula usaha penyelesaian tugas akademisnya. Selanjutnya Hanggoro menyatakan bahwa untuk menumbuhkan *self-efficacy* yang baik, seseorang perlu dibantu untuk melihat diri mereka dengan jelas dan tepat. Berkaitan dengan hal itu, kalau ada yang bisa dilakukan adalah membantu keyakinan mahasiswa bahwa mereka sebenarnya mampu menyelesaikan tugas akademisnya, khususnya bila mereka memang memiliki potensi kecerdasan yang menunjang untuk menyelesaikan tugas akhir.

Bagi para mahasiswa fakultas Teknik Industri, diterima masuk di Universitas “X” membuktikan bahwa mereka memiliki kemampuan akademis untuk mengikuti perkuliahan. Dari hasil wawancara dengan 12 mahasiswa, 7 mahasiswa mengakui bahwa kenyataan tersebut membuat mereka merasa lebih yakin akan kemampuan akademisnya untuk menyelesaikan tugas akhir, sedangkan 5 responden merasa tidak ada yang istimewa dengan perkuliahannya saat ini dan merasa kurang yakin bahwa dirinya dapat menyelesaikan tugas akhir tepat waktu. Sebanyak 2 dari 12 mahasiswa pernah menempati peringkat 10 besar saat mereka SMP dan SMA, yang meningkatkan keyakinan mereka akan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas akhir. Lainnya, yaitu sebanyak 10 mahasiswa tidak pernah memiliki riwayat prestasi yang membanggakan dan menyatakan beruntung jika sekarang bisa menyelesaikan mata kuliah yang didapatinya dalam perkuliahan sampai dengan tugas akhir. Mereka juga merasa wajar jika mengalami kesulitan dalam tugas akhir karena merasa dirinya memang jarang mengalami keberhasilan, dengan demikian memiliki keyakinan diri

yang rendah. Penghayatan terhadap kegagalan ini menyebabkan keyakinan diri yang rendah dan menyulitkan mereka dalam menghadapi kesulitan ketika mengerjakan tugas akhir. Sebanyak 8 dari 12 mahasiswa mengatakan bahwa riwayat prestasi yang tidak terlalu membanggakan dalam bidang akademiknya selama ini menyebabkan mereka merasa kurang yakin dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas akhir. Pengalaman keberhasilan dan kegagalan ini disebut Bandura (2002) sebagai *mastery experience*.

Mahasiswa yang belum juga menyelesaikan tugas akhir kadang menyaksikan pengalaman keberhasilan teman-temannya yang sudah lulus mendahului mereka dan sukses di masyarakat atau menyaksikan pengalaman keberhasilan mereka dalam proses pengerjaan tugas akhir. Ini membuat para mahasiswa menjadi merasa lebih yakin bahwa mereka juga dapat menyelesaikan tugas akhir. Di sisi lain, mereka juga menyaksikan bahwa mahasiswa lain yang telah menyelesaikan tugas akhir pada umumnya memiliki prestasi yang tidak jauh berbeda dengan mereka. Jika temannya mampu menyelesaikan tugas akhir dan lulus tepat waktu maka mereka seharusnya juga merasa mampu, demikian menurut 5 mahasiswa. Hal tersebut dikaitkan dengan keyakinan diri yang tinggi dalam mengerjakan tugas akhir, sedangkan 7 mahasiswa lainnya melihat bahwa masih banyak teman yang mirip dengan dirinya juga sama belum menyelesaikan tugas akhir, hal ini membuat mereka merasa kurang yakin dapat menyelesaikan tugas akhir. Hal tersebut membuat mereka merasa wajar dengan keterlambatan mereka saat mengerjakan tugas akhir. Pengetahuan mahasiswa mengenai individu lain ini dikenal sebagai *vicarious experience* (Bandura, 2002).

Selain hal-hal yang telah disebutkan di atas, keyakinan diri mahasiswa juga dipengaruhi oleh tanggapan dari orang lain. Tanggapan yang mengandung makna positif berupa pujian atau penghargaan dari orang lain dapat meningkatkan keyakinan diri para mahasiswa, sedangkan kritik dan pandangan negatif cenderung menurunkannya. Pada kesempatan lain, pujian juga dapat menurunkan keyakinan diri jika mahasiswa menjadi merasa terbebani dan takut mengecewakan orang lain. Begitu pula kritik yang diterima dapat meningkatkan keyakinan diri, jika dipersepsi oleh mahasiswa sebagai sesuatu yang memotivasi dirinya untuk meraih prestasi yang lebih baik (Pajares & Urda, 2006). Sebanyak 5 responden mengakui bahwa banyak orang yang menganggap mereka pasti pintar karena diterima di Fakultas Teknik Industri. Pendapat itu membuat mereka merasa terbebani dan takut gagal. Fakta bahwa mereka belum menyelesaikan tugas akhir membuat mereka dianggap sebagai mahasiswa yang kemampuannya kurang oleh beberapa dosen tertentu, yang berdampak buruk bagi keyakinan diri mereka. Sebaliknya, kritik membangun yang diterima dari orang tuanya dinilai lebih positif dan semakin meyakinkan bahwa mereka mampu lulus. Hal itu dapat juga dilihat sebagai sumber informasi yang mendukung proses pembentukan keyakinan diri para mahasiswa Teknik Industri, yang disebut *social persuasion* (Bandura, 2002).

Semua responden mengaku sulit mengendalikan emosi dan menjadi malas serta kurang bertenaga saat harus mencari bahan atau melakukan bimbingan untuk menyelesaikan tugas akhir. Mereka juga mengaku sering merasa kesal atau sedih jika tidak mendapatkan bahan referensi yang diperlukan, hal ini membuat dirinya tegang

dan takut untuk melakukan bimbingan. Kondisi emosi yang seperti ini dikaitkan dengan keyakinan diri yang lemah (Pajares & Urdan, 2006). Dari segi kondisi fisik, sebanyak 7 dari 12 mahasiswa memiliki kondisi fisik sehat dan merasa siap untuk mengerjakan tugas akhir, sedangkan 5 orang mengatakan sering merasa cemas saat akan bimbingan atau mencari bahan yang diperlukan, takut melakukan kesalahan yang akibatnya sering berkeringat dingin atau sakit perut saat menghadapi kesulitan atau saat melakukan bimbingan dan akhirnya mereka menunda-nunda pengerjaan tugas akhir. Kondisi fisik tidak sehat dikaitkan dengan keyakinan diri yang tidak mantap dan sebaliknya (Pajares & Urdan, 2006). Sumber informasi terakhir ini disebut *physiological and emotional state* (Bandura, 2002).

Keempat sumber tersebut akan dihayati melalui proses kognitif dan diolah serta diintegrasikan hingga menjadi suatu penghayatan akan *self-efficacy* (Bandura, 2002). *Mastery experiences* akan diolah dengan baik melalui proses kognitif dengan menciptakan *anticipatory* melalui sumber-sumber informasi yang dimiliki, mahasiswa akan membayangkan skenario keberhasilan atau kegagalan. Penghayatan *vicarious* sebagai sumber informasi juga akan diolah melalui proses kognitif, dengan mengamati teman-teman yang memiliki karakteristik mirip dengan dirinya. *Social persuasion* sebagai informasi pun diolah melalui proses kognitif dengan menginterpretasikan bagaimana orang yang signifikan bagi dirinya mengamati dirinya untuk menyelesaikan tugas akhir dan membuat mahasiswa membayangkan skenario keberhasilan atau kegagalannya. Begitu pula dengan *physiological* dan *affectives states* sebagai sumber informasi akan diolah juga melalui proses kognitif

yang dilihat dari bagaimana cara mahasiswa menginterpretasi rasa sakit, nyeri, cemas, tegang dan lelah yang dialaminya dan bagaimana pengaruhnya, sehingga menentukan bagaimana mereka membayangkan skenario penyelesaian tugas akhir.

Dilihat dari fakta yang muncul, kebanyakan mahasiswa menghayati sumber-sumber pembentuk *self-efficacy* dan bereaksi terhadap kejadian yang dialaminya berdasarkan *beliefs*, *expectations*, dan *attitude* yang dimilikinya saja. Defisiensi kognitif inilah yang menyebabkan timbulnya masalah emosi dan perilaku. Mereka memandang bahwa pengalaman masa lalu yang buruk membawa dampak buruk pula pada penyelesaian tugas akhir saat ini, pandangan mereka terhadap orang lain yang memiliki kemiripan dengan dirinya juga keliru, tanggapan/kritik orang lain yang dihayati keliru dan kondisi tegang yang diakibatkan dari penghayatan bahwa dirinya tidak mampu menyelesaikan tugas akhir yang akhirnya berdampak pada menurunnya kondisi fisik merupakan pola pikir yang salah dan harus diperbaiki. Menurut Westbrook, Kennerly dan Kirk dalam CBT, *An Introduction to Cognitive Behaviour therapy Skills and Application* (2007), dalam hal ini yang menjadi *vulnerability factors* adalah keempat sumber pembentuk *self-efficacy* mahasiswa. Kemudian interpretasi mereka terhadap keempat sumber itu akhirnya menjadi *belief/assumption*, dan saat mereka mengalami suatu situasi yang berkaitan dengan *belief* yang mereka miliki, dimana hal ini merupakan *precipitants/critical incident*, maka akan mencetuskan munculnya permasalahan. Permasalahan yang dihadapinya ini akan meliputi masalah dalam kognitif, emosi, perilaku dan fisiologi. Dari uraian ini maka permasalahan yang dihadapi mahasiswa Teknik Industri yang belum menyelesaikan

tugas akhir akibat defisiensi kognitif yang mereka miliki tampak pada kesulitannya dalam menentukan pilihan untuk menyelesaikan tugas akhir, usaha yang dikeluarkan untuk menyelesaikan tugas akhir, ketahanan saat menghadapi rintangan dan pengendalian terhadap perasaan saat menghadapi tugas akhir yang kesemuanya ini merupakan aspek dari *self-efficacy*.

Mahasiswa Teknik Industri yang belum menyelesaikan tugas akhir ini memiliki *belief*/asumsi yang tidak tepat mengenai pengalaman yang pernah mereka alami, yang dalam CBT disebut dengan *negative automatic thoughts (NATs)*, khususnya yang berkaitan dengan hal-hal yang sifatnya akademik. Jadi dalam hal ini *belief* yang terbentuk lewat proses kognitif terhadap pengalaman yang merupakan sumber pembentuk *self-efficacy*, disebut dengan *negative automatic thoughts*. *Negative automatic thoughts* para mahasiswa dapat terlihat dari data-data yang telah disebutkan sebelumnya, seperti ketidakpercayaan mereka untuk sanggup menyelesaikan tugas akhir walaupun sudah berusaha, atau merasa karena masih ada temannya yang juga belum menyelesaikan tugas akhir maka ia pun tidak perlu terburu-buru menyelesaikannya, atau bahkan berpikir bahwa sebab terhambatnya pengerjaan tugas akhir adalah orang lain misalnya dengan menyalahkan cara bimbingan dosen, bahan referensi yang sulit didapat, dan sebagainya.

Berangkat dari fakta serta ditambah dengan pemikiran di atas bahwa rendahnya *self-efficacy* mereka disebabkan karena adanya *negative automatic thoughts*, maka peneliti tertarik untuk melakukan intervensi terhadap mahasiswa

Teknik Industri yang belum menyelesaikan tugas akhir dengan memberikan Cognitive Therapy (CT) dari Aaron Beck. Dimana kemudian CT saling mempengaruhi dan berkembang bersama dengan Behaviour Therapy (BT) dari Wolpe dan lainnya, sehingga saat ini dikenal dengan nama Cognitive Behaviour Therapy (CBT). Alasan utama peneliti ingin memberikan CBT dalam bentuk konseling sebagai treatment untuk mengubah *NATs* para mahasiswa yang belum menyelesaikan tugas akhir adalah karena CBT didasarkan pada premis bahwa gangguan psikologis ditentukan oleh penghayatan yang diberikan oleh individu pada suatu kejadian daripada oleh kejadian itu sendiri (Kazantzis, 2006). Serangkaian asumsi yang dikembangkan oleh mahasiswa untuk memahami persepsi tentang suatu kejadian atau pengalaman akan berhubungan dengan perilaku serta strategi interpersonalnya. Inti dari CBT adalah untuk memberikan kemampuan kognitif dan *behavioral* pada individu, untuk memfasilitasi fungsi adaptif dan mengembangkan kebermaknaan dirinya (*well being*). Melalui konseling ini, pemikiran-pemikiran tersebut akan digali dengan memancing mereka untuk menemukannya sendiri, kemudian melalui proses dalam konseling kepada mereka akan diajarkan cara untuk mengubah *negative automatic thoughts*.

CBT merupakan salah satu pendekatan yang berfungsi menolong individu untuk menghilangkan pikiran atau keyakinan yang menghambat sehingga dapat menjadi lebih bersifat konstruktif (Kazantzis, 2006). Aplikasi CBT dimulai dengan konsep kognitif yang dirancang dengan prinsip dasar dari model kognitif. Pengujian

konsep CBT sebagai treatment untuk meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa yang saat ini belum menyelesaikan tugas akhir dilakukan karena pada dasarnya terapi modifikasi kognitif perilaku ini sendiri merupakan salah satu remediasi yang berkaitan erat dengan dunia pendidikan (Ellis, 1973). Selain itu, CBT merupakan salah satu bentuk *cognitive behavior modification* (dalam Martin & Pear, 1992), sedangkan *self-efficacy* merupakan bagian dari teori *social cognitive* dari Bandura, sehingga baik pada independen variabel (NATs) maupun dependen variabel (*self-efficacy*) keduanya merupakan variabel yang berhubungan dengan kognitif. Didasarkan hal ini, peneliti tertarik untuk menyelidiki apakah NATs sebagai IV dapat meningkatkan *self-efficacy* sebagai DV. Dengan pemberian CBT diharapkan dapat menciptakan perubahan pada *negative automatic thoughts* mahasiswa yang belum menyelesaikan tugas akhir, yaitu dari anggapan bahwa dirinya tidak mampu menyelesaikan tugas akhir, menjadi anggapan bahwa dirinya sesungguhnya mampu menyelesaikan tugas akhir bila mau berusaha.

Di Indonesia, CBT telah banyak digunakan dan telah dilakukan juga berbagai penelitiannya. Antara lain adalah penelitian yang dilakukan oleh Retnowati (1990), mahasiswa psikologi lulusan Universitas Gajah Mada yang meneliti penggunaan CBT pada penderita depresi; Lestari (1994), mahasiswa psikologi lulusan UGM yang mengembangkan program *positive thinking training* berdasar konsep CBT untuk mengurangi sikap pesimis dan depresi pada mahasiswa dimana hasilnya adalah bahwa training tersebut efektif mengubah sikap pesimis menjadi optimis dan

meningkatkan skor depresi menjadi berada di range normal (dalam *Behavior Therapy and Cognitive Behavior Therapy in Asia*).

Adapun dalam penelitian ini dipilih pemberian CBT melalui konseling kelompok. Beberapa peneliti menyatakan bahwa pada waktu konseling, bentuk kelompok lebih menunjukkan perubahan yang signifikan untuk memperbaiki defisiensi kognitif jika dibandingkan dengan bentuk individual (N. Morrison, 2001 dalam *CBT in Groups*, 2006). Melalui konseling kelompok semua anggota diberi penjelasan untuk menerapkan prinsip-prinsip CBT pada rekan-rekannya dalam setting kelompok. Mereka memperoleh kesempatan untuk mempraktekkan tingkah laku-tingkah laku baru yang melibatkan pengambilan resiko dan dalam pelaksanaan tugas pekerjaan rumah. Mereka juga memiliki kesempatan untuk menjalani latihan asertif, permainan peran dan berbagai kegiatan pengambilan resiko lainnya, mereka juga dapat belajar kecakapan sosial dan berinteraksi dengan orang lain sesudah pertemuan-pertemuan kelompok. Merekapun bisa saling mengamati tingkah laku sesama anggota serta memberikan umpan balik atas tinglah lakunya itu, dimana hal ini tidak mungkin dilakukan jika konseling dilakukan secara individual. Mereka akan merasa lebih mudah memperbaiki *cognitive errors* yang dimiliki orang lain daripada yang dimiliki oleh dirinya sendiri, mencari dan menemukan lebih banyak hubungan antara pikiran, perasaan dan tindakan daripada saat mereka melakukan konseling secara individual, sehingga mereka dapat saling membantu untuk mencapai goal konseling. Dalam kelompok mereka bisa melibatkan diri ke dalam peristiwa kontak kelompok

yang dirancang untuk menunjang suatu perubahan filosofis yang radikal (Hollen & Shaw, 1979; Heimberg et al., 1993 dalam CBT in Groups, 2006).

Rancangan penelitian terhadap usaha mengubah *negative automatic thought* guna meningkatkan *self-efficacy* ini khusus menyoroti pemikiran bahwa *belief* terhadap sumber-sumber pembentuk *self-efficacy* yang mereka alami, yang disebut dengan *negative automatic thoughts* dalam CBT, adalah penyebab rendahnya *self-efficacy* mereka yang berdampak pada lamanya mahasiswa menyelesaikan tugas akhir dan studinya di Universitas.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Bagaimana penerapan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* dapat mengubah *negative automatic thoughts* sehingga dapat meningkatkan derajat *self-efficacy* pada mahasiswa yang belum menyelesaikan tugas akhir di Fakultas Teknik Industri, Universitas “X”?

## **1.3. Maksud, Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

### **1.3.1. Maksud Penelitian**

Penelitian ini bermaksud untuk melihat peningkatan derajat *self-efficacy* dengan cara mengubah *negative automatic thoughts* yang menghambat pengerjaan

tugas akhir melalui konseling kelompok dengan pendekatan CBT pada mahasiswa Teknik Industri yang belum menyelesaikan tugas akhir.

### 1.3.2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan derajat *self-efficacy* saat mengerjakan tugas akhir melalui konseling kelompok dengan pendekatan CBT pada mahasiswa Teknik Industri yang belum menyelesaikan tugas akhir. Selain itu diharapkan juga melalui konseling kelompok dengan pendekatan CBT mahasiswa dapat memahami cara mengubah *negative automatic thoughts* menjadi positif agar mahasiswa dapat menjalani hidupnya dengan lebih bermanfaat, baik bagi dirinya maupun lingkungannya.

### 1.3.3. Kegunaan Penelitian

#### 1.3.3.1. Kegunaan Teoritis

Kegunaan teoritis dari penelitian ini antara lain adalah untuk:

- Memberi sumbangan pengetahuan, khususnya bagi psikologi klinis dan psikologi pendidikan mengenai peran konseling kelompok dengan pendekatan CBT dalam meningkatkan derajat *self-efficacy* pada mahasiswa yang belum menyelesaikan tugas akhir.

- Menjadi sumber informasi dan referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penggunaan CBT terhadap berbagai permasalahan psikologis.

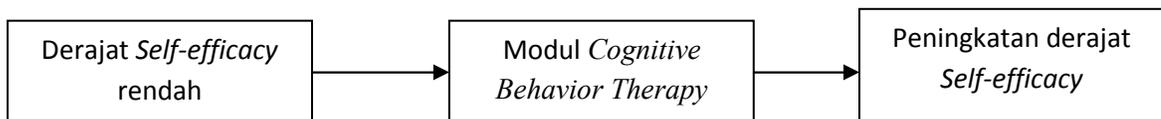
#### 1.3.3.2. Kegunaan Praktis

Adapun kegunaan praktis dari penelitian ini adalah untuk:

- Memberikan masukan bagi mahasiswa Fakultas Teknik Industri Universitas "X" yang belum menyelesaikan tugas akhir untuk memahami bagaimana *negative automatic thoughts* dapat menghambat proses pengerjaan tugas akhir, dengan memahaminya maka mereka mampu meningkatkan derajat *self-efficacy* untuk mengerjakan tugas akhir.
- Memberi informasi tambahan bagi lembaga formal dan non formal yang mengelola mahasiswa mengenai peran CBT dalam meningkatkan *self-efficacy*.
- Memberikan masukan informasi mengenai CBT bagi dosen wali, fakultas dan Perguruan Tinggi yang bersangkutan dalam menangani anak didik yang memiliki permasalahan akademik yang berkaitan dengan *self-efficacy* dan permasalahan lain yang berhubungan dengan *belief*.

#### 1.4. Metodologi

Penelitian ini untuk menghasilkan modul *Cognitive Behavior Therpay* dan melihat signifikansinya terhadap peningkatan derajat *self-efficacy* dalam menyelesaikan tugas akhir sebelum dan sesudah konseling pada mahasiswa fakultas Teknik Industri Universitas “X” yang memiliki derajat *self-efficacy* rendah. Rancangan penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Bagan 1.1. Rancangan Penelitian