

Daftar Isi

Abstrak.....	i
Lembar Pengesahan	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	iv
Pendahuluan	1
Metode.....	8
Definisi Operasional.....	8
Sampel Penelitian.....	8
Instrumen Penelitian.....	9
Desain Penelitian.....	9
Prosedur Penelitian.....	10
Analisa Data.....	10
Hasil.....	10
Diskusi.....	12
Kesimpulan.....	13
Saran.....	13



Daftar Pustaka.....	15
Lampiran.....	18
Alat ukur Penelitian.....	19
Uji Reliabilitas Skala Kesiapan Berubah.....	27
Skala Kesiapan Berubah Individu.....	28
Uji Reliabilitas Skala <i>Mindfulness</i>	31
Skala <i>Mindfulness</i>	32
Uji Reliabilitas Skala Resiliensi.....	35
Skala Resiliensi.....	36
Data Kasar Skala Kesiapan Berubah.....	38
Data Kasar Skala Resiliensi.....	51
Data Kasar Skala <i>Mindfulness</i>	57
<i>Uji Normalitas Data</i>	63
Uji Multikorelasional Data.....	63
Uji Linearitas Data.....	64
Uji Korelasi.....	65
Uji F.....	66