

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|---------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| HALAMAN PERNYATAAN | iii |
| KATA PENGANTAR..... | iv |
| DAFTAR ISI..... | vi |
| DAFTAR GAMBAR..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | ix |
| DAFTAR LAMPIRAN. | x |
| <i>ABSTRACT</i> | xi |
| ABSTRAK..... | xii |
| BAB I PENGANTAR | |
| A. Latar Belakang Penelitian | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 8 |
| C. Tujuan Penelitian | 8 |
| D. Manfaat Penelitian | 8 |
| E. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya | 9 |
| BAB II. KAJIAN PUSTAKA | |
| A. Atensi Selektif | 11 |
| 1. Atensi | 11 |
| 2. Pengertian Atensi Selektif | 12 |
| 3. Komponen Atensi Selektif | 13 |
| 4. Faktor yang Memengaruhi Atensi | 13 |
| 5. Alat Ukur Atensi Selektif | 16 |
| 6. Psikofisiologi Atensi | 18 |
| B. Prestasi Belajar Matematika | 19 |
| 1. Pengertian Matematika | 19 |
| 2. Prestasi Belajar Matematika | 20 |
| 3. Aspek Prestasi Belajar | 20 |
| 4. Faktor-faktor yang Memengaruhi Prestasi Belajar Matematika | 21 |
| C. <i>Mindfulness Meditation Training</i> | 22 |
| 1. Pengertian <i>Mindfulness Meditation Training</i> | 22 |

| | |
|--|-----|
| 2. Komponen <i>Mindfulness Meditation Training</i> | 24 |
| 3. Model Pelatihan <i>Mindfulness Meditation</i> | 27 |
| 4. Dimensi <i>Mindfulness Meditation</i> | 29 |
| 5. Kekuatan <i>Mindfulness Meditation</i> untuk Atensi | 30 |
| D. Kerangka Berpikir..... | 33 |
| E. Hipotesis | 34 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| A. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel | 35 |
| B. Subjek Penelitian | 38 |
| C. Tempat dan Waktu Penelitian | 39 |
| D. Metode Pengumpulan Data | 39 |
| E. Instrumen Penelitian | 40 |
| F. Alat Ukur | 42 |
| G. Desain Penelitian | 47 |
| H. Prosedur Penelitian | 48 |
| I. Metode Analisis Data | 56 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | |
| A. Persiapan Penelitian | 61 |
| B. Pelaksanaan Uji Coba Penelitian | 63 |
| C. Deskripsi Subjek Penelitian | 80 |
| D. Deskripsi Data Penelitian | 81 |
| E. Hasil Penelitian | 82 |
| 1. Uji Asumsi | 82 |
| 2. Uji Hipotesis | 84 |
| 3. Cek Manipulasi | 90 |
| 4. Dinamika Kelompok | 94 |
| 5. Dinamika Subjek Penelitian dengan Perubahan Kemampuan Atensi Selektif Tertinggi dan Terendah | 99 |
| F. Pembahasan | 106 |
| BAB IV PENUTUP | |
| A. Kesimpulan | 119 |
| B. Saran | 119 |
| DAFTAR PUSTAKA | 121 |
| LAMPIRAN | 130 |