

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *PROBLEM SOLVING* DALAM  
MENINGKATKAN *MENTAL-HEALTH* SISWA KELAS VIII  
MTS NEGERI 1 PANGKALPINANG**



**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)**

**Oleh :**

**REMA ADHA RENATA**

**2015028**

**Fakultas Tarbiyah**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK  
BANGKA BELITUNG  
TAHUN 2024**



**KEMENTERIAN AGAMA RI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBİYAH  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM**

Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-mail: [humas@iainsasabel.ac.id](mailto:humas@iainsasabel.ac.id) Website: [www.iainsasabel.ac.id](http://www.iainsasabel.ac.id) Kode Pos: 33173

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI**

**Nomor : B-03/BKPI/5.5/PP.00.9/09/2024**

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Rema Adha Renata  
NIM : 2015028  
Program : Strata I  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* Dalam meningkatkan *Mental-Health* Siswa Kelas VIII MTS N 1 Pangkalpinang.

Hasil cek plagiasi sebesar 13%, dan di inyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 05 September 2024  
Ka. Program Studi BKPI



Dr. Nikmanjal, M.Pd  
NIP. 198611282018011001

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rema Adha Renata

NIM : 2015028

Fakultas : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* dalam Meningkatkan *Mental-Health* Siswa Kelas VIII MTs N 1 Pangkalpinang”** ini adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang sepengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam skripsi ini.

Bangka, 06 Agustus 2024

Yang Menyatakan,



Rema Adha Renata

NIM. 2015028



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBIYAH

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung, 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi  
Rema Adha Renata  
Kepada Yth,  
Dekan Fakultas Tarbiyah  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
di-  
Tempat

*Assalamu 'alaikum Wr, Wb*

Setelah membaca, mencermati dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini :

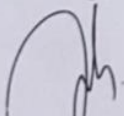
Nama : Rema Adha Renata  
NIM : 2015028  
Fakultas : Tarbiyah  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)  
Judul : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* dalam Meningkatkan *Mental Health* Siswa Kelas VIII MTs N 1 Pangkalpinang.

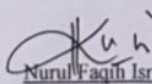
Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Bangka, 06 Agustus 2024  
Pembimbing II

Pembimbing I

  
Dr. Nikmatijal, M.Pd  
NIP. 1986112018011001

  
Nurul Faqih Isro'i, M.Pd  
NIP. 199002212023212036





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBIYAH

Jalan Raya Petaling KM.13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Bangka Belitung 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi  
Rema Adha Renata  
Kepada Yth,  
Dekan Fakultas Tarbiyah  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
di-  
Tempat

*Assalamu'alaikum Wr,Wb*

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Rema Adha Renata  
NIM : 2015028  
Fakultas : Tarbiyah  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)  
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* dalam Meningkatkan *Mental-Health* Siswa Kelas VIII MTs N 1 Pangkalpinang.

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr,Wb.*

Bangka, 15 Oktober 2024

Penguji I

Dr. Hj. Soleha, M.A  
NIP. 19750527005012008

Penguji II

Komariah, S.Psi., M.Pd  
NIP. 199105212020122026



KEMENTERIAN AGAMA RI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBİYAH  
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-Mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id), Website: [www.iainsasbabel.ac.id](http://www.iainsasbabel.ac.id)  
BANGKA 33173

### PENGESAHAN

Nomor: 256.B9/FT/PP.00.9/10/2024

Skripsi dengan judul: Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* dalam Meningkatkan *Mental-Health* Siswa Kelas VIII Mts Negeri 1 Pangkalpinang

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Rema Adha Renata

NIM : 2015028

Fakultas : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

telah dimunaqasyahkan pada hari: Rabu, tanggal 09 Oktober 2024 dengan nilai A (90.77), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

### DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

Pembimbing I,

Dr. Nikmarijal, M.Pd

NIP. 19861128 201801 1 001

Penguji I,

Dr. Hj. Solcha, M.A

NIP. 19750527 200501 2 008

Ketua Panitia

Dwi Haryanti, M.Pd.I

NIP. 19900519 201503 2 009

Pembimbing II,

Nurul Faqih Isro'i, M.Pd

NIPPK. 19900221 202321 2 036

Penguji II,

Komariah, S.Psi. M.Pd

NIP. 19910521 202012 2 026

Bangka, 29 Oktober 2024

Dekan Fakultas Tarbiyah,

Dr. Hj. Solcha, M.A

NIP. 19750527 200501 2 008



## HALAMAN MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari semua urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap”

(QS. Al-Insyirah : 6-7)

...

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkan tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkan”

(Umar Bin Khattab)

...

“Sesungguhnya ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu, lebarkan lagi rasa sabarnya. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kamu ceritakan”

(Boy Candra)

...

“Tetaplah tenang, tebarkan senyuman, dan yakinlah semua orang punya prosesnya”

(Karmila Dewi)

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Assalamu'alaikum. Wr. Wb

Dengan segala puji syukur kepada Allah SWT, serta atas dukungan dan doa dari orang-orang tercinta, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia, saya ingin menyampaikan rasa syukur dan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, karena hanya dengan izin dan rahmat-Nya, skripsi ini dapat disusun dan diselesaikan tepat waktu.
2. Almameter ku tercinta kampus hijau IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, Terima kasih telah menjadi tempat untuk diriku melanjutkan pendidikan atas segala ilmu pengetahuan, pengalaman, serta bisa menemukan keluarga baru yang memberikan banyak pelajaran hidup dalam proses pendewasaan diri.
3. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Budi Hartono, Beliau memang tidak sempat menyelesaikan bangku perkuliahannya karena adanya suatu halangan, namun beliau mampu mendidik anak perempuan satu-satunya, memberikan semangat dan motivasi tiada henti hingga aku dapat menyelesaikan studi sampai Sarjana.
4. Pintu surgaku, Ibunda Retno Matasari, Terima kasih sebesar-besarnya aku berikan kepada beliau atas segala bentuk bantuan, semangat dan do'a yang diberikan selama ini, Terima kasih atas nasihat yang selalu diberikan meski terkadang pikiran kita tidak sejalan, terima kasih atas kesabaran dan kebesaran hati menghadapi aku yang keras kepala. Ibu menjadi penguat dan pengingat paling hebat. Terima kasih sudah menjadi tempatku untuk pulang, bu.
5. Kepada adikku, Muhammad Gilank Ramadan, Kaftan dan Hafiz. Terima kasih sudah ikut serta dalam proses aku menempuh pendidikan selama ini, terima kasih atas semangat, do'a dan cinta yang selalu diberikan kepada ku. Tumbuhlah menjadi versi yang paling hebat, adik-adikku.
6. Terakhir, untuk diri saya sendiri, Rema Adha Renata atas segala kerja keras



dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir skripsi ini. Terima kasih kepada diriku sendiri yang selalu kuat melewati lika liku kehidupan hingga sekarang. Terima kasih pada raga dan jiwa yang masih tetap kuat dan waras hingga sekarang. Aku bangga pada diriku sendiri! Kedepannya untuk raga yang tetap kuat, hati yang selalu tegar, mari bekerjasama untuk lebih berkembang lagi menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari.

Dengan tulus dan penuh rasa terima kasih, halaman persembahan ini menjadi refleksi dari perjalanan panjang yang telah dilalui. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan memberikan sumbangan positif dalam bidang keilmuan dan praktik BK. Terima kasih atas segala dukungan dan doa yang telah diberikan. Aamiin Ya Rabbal'alamiin.

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN  
TEKNIK *PROBLEM SOLVING* DALAM MENINGKATKAN  
*MENTAL-HEALTH* SISWA KELAS VIII  
MTS NEGERI 1 PANGKALPINANG**

Oleh : Rema Adha Reanta

NIM : 2015028

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

Fakultas Tarbiyah

Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

Latar belakang penelitian ini adalah adanya siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Pangkalpinang yang mempunyai perasaan cemas berlebihan (gelisah) sehingga siswa tersebut sering di dalam kelas terus-menerus tidak pernah berbaur dengan teman-teman lainnya, siswa mempunyai sifat emosional atau pemarah karena masalah di rumah sehingga terbawa suasana ke sekolah, siswa yang sedih karena sering dibully, siswa yang iri dengan pencapaian temannya, dan ada juga siswa yang tidak pernah membuat tugas yang diberikan guru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *problem solving* dalam meningkatkan *mental-health* siswa di MTs Negeri 1 Pangkalpinang.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen jenis *Quasi-experimental* tipe *Nonequivalent Pre-Test and Post-Test Control-Group Design*. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII E dan VIII F berjumlah 63 orang. Adapun Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*, sampel penelitian sebanyak 10 siswa kelas eksperimen dan 10 siswa kelas kontrol dengan teknik analisis data menggunakan uji-t. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket dengan menggunakan skala likert.

Hasil penelitian menunjukkan *Mental-Health* Siswa Kelas VIII MTs Negeri 1 Pangkalpinang, Rata-rata hasil *pretest* kelas eksperimen yaitu 102,60 (kategori rendah) sedangkan pada kelas kontrol sebesar 102 (kategori rendah), oleh karena itu perlu diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* untuk kelas eksperimen dan layanan bimbingan kelompok tanpa teknik *problem solving* pada kelas kontrol. Kondisi *mental health* siswa setelah diberikan perlakuan (*treatment*) jauh berbeda. Berdasarkan rata-rata hasil *posttest* untuk kelompok eksperimen yaitu 163,80 (kategori tinggi) dan untuk kelompok kontrol 140,00 (kategori tinggi). Meskipun keduanya mengalami peningkatan, namun selisih peningkatan kedua kelas berbeda. Dilihat berdasarkan nilai N-Gain pada kelas eksperimen 0,6283 sedangkan kelas kontrol 0,3878. Maka, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* lebih efektif dalam meningkatkan *mental health* siswa dibandingkan tanpa menggunakan teknik *problem solving*.

**Kata-kata Kunci :** Bimbingan Kelompok, *Problem solving*, *Mental Health*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. Sang pemilik hati dan penguasa atas segala sesuatu, karena atas Rahmat dan Hidayah-Nya penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Demikian shalawat serta salam semoga tetap tercurah kepada insan terbaik baginda besar Muhammad SAW. Beserta para sahabat pengikutnya sampai akhir zaman. Sehingga nikmatnya iman dan islam akan senantiasa dirasakan hingga hari akhir.

Penelitian skripsi ini membahas mengenai “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* dalam Meningkatkan *Mental-Health* Siswa Kelas VIII MTs Negeri 1 Pangkalpinang”. Penulis menyadari penyelesaian skripsi ini tidak akan dapat terwujud tanpa adanya bantuan, dorongan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan dan ketulusan hati pada kesempatan yang langka ini penulis hanturkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Irawan, S.Ag., M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta staf.
2. Dr. Hj. Soleha, M.A, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
3. Dr. Nikmarijal, M.Pd., selaku Ketua Program Studi BKPI IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung dan sekaligus pembimbing I.
4. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag., selaku Penasehat Akademik.
5. Nurul Faqih Isro’i, M.Pd., selaku pembimbing II
6. Seluruh Dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
7. Seluruh Staff Akademik IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

Akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih dan mohon maaf apabila ada kesalahan dalam penulisan skripsi ini. Kritikan dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua Aamiin.

Bangka, 06 Agustus 2024



Rena Adha Renata

NIM. 2015028

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN COVER</b> .....	<b>i</b>
<b>SURAT KETERANGAN PLAGIASI</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>iv</b>
<b>NOTA KONSULTAN</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR DIAGRAM</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Telaah Pustaka.....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>11</b>
A. Layanan Bimbingan Kelompok.....	11
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok.....	11
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok .....	12
3. Manfaat Bimbingan Kelompok .....	13
4. Asas-asas Bimbingan Kelompok.....	14
5. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok.....	15
B. Problem Solving .....	19
1. Pengertian <i>Problem Solving</i> .....	19



2. Tujuan Problem Solving.....	20
3. Karakteristik Problem Solving .....	20
4. Kelebihan dan Kekurangan Problem Solving .....	21
5. Tahap-Tahapan dalam Problem Solving.....	22
C. Kesehatan Mental (Mental Health).....	23
1. Pengertian Kesehatan Mental ( <i>Mental Health</i> ) .....	23
2. Prinsip-prinsip Kesehatan Mental (Mental Health).....	24
3. Karakteristik Kesehatan Mental (Mental Health) .....	26
4. Aspek-Aspek Kesehatan Mental (Mental Health).....	28
5. Gangguan Kesehatan Mental ( <i>Mental Health</i> ) .....	29
D. Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Waktu dan Tempat Penelitian .....	31
B. Jenis Penelitian.....	31
C. Desain Penelitian.....	31
D. Definisi Operasional.....	33
E. Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
1. Populasi Penelitian.....	35
2. Sampel Penelitian .....	35
F. Metode Pengumpulan Data .....	36
1. Observasi .....	36
2. Angket (Kuisisioner) .....	37
3. Dokumentasi .....	40
G. Pengujian Instrumen Penelitian .....	41
1. Uji Validitas .....	41
2. Uji Reliabilitas .....	44
H. Teknik Analisis Data .....	46
1. Uji Normalitas .....	46
2. Uji Hipotesis.....	46
3. Uji N-Gain Score .....	47
I. Rancangan Sistematika.....	48

<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>49</b>
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	49
B. Pengujian Prasyarat Analisis.....	53
C. Pengujian Hipotesis.....	56
D. Pembahasan.....	60
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>69</b>
A. Kesimpulan.....	69
B. Saran.....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel III. 1 Desain Penelitian.....	33
Tabel III. 2 Populasi Penelitian.....	35
Tabel III. 3 Sampel Penelitian.....	36
Tabel III. 4 Kategori Skor Jawaban Angket.....	38
Tabel III. 5 Kategori <i>Mental Health</i> Siswa.....	39
Tabel III. 6 Kisi-Kisi Angket <i>Mental Health</i> Sebelum Validasi.....	40
Tabel III. 7 Hasil Uji Validitas.....	42
Tabel III. 8 Kisi-Kisi Angket <i>Mental Health</i> Setelah Uji Validasi.....	44
Tabel III. 9 Hasil Uji Realibilitas.....	45
Tabel III. 10 Interpretasi Indeks Gain.....	47
Tabel III. 11 Kategori Efektivitas N-Gain.....	47
Tabel IV. 1 Skor <i>Pretest</i> Masing-Masing <i>Mental Health</i> Siswa Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	49
Tabel IV. 2 Distribusi Frekuensi Variabel <i>Mental Health</i> Siswa Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol ( <i>Pretest</i> ).....	51
Tabel IV. 3 Skor <i>Posttest</i> <i>Mental Health</i> Siswa Pada Kelompok Eksperimen Dan Kontrol.....	51
Tabel IV. 4 Distribusi Frekuensi Variabel <i>Mental Health</i> Siswa Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol ( <i>Posttest</i> ).....	53
Tabel IV. 5 Deskriptif Data.....	54
Tabel IV. 6 Uji Normalitas.....	55
Tabel IV. 7 Uji Homogenitas.....	55
Tabel IV. 8 <i>Independent Samples Test</i> .....	56
Tabel IV. 9 <i>Group Statistics</i> .....	57
Tabel IV. 10 Uji N-Gain <i>Score</i> .....	58
Tabel IV. 11 Uji N-Gain <i>Persen</i> .....	59

## DAFTAR DIAGRAM

Gambar III.1 Desain Penelitian .....	33
Gambar Diagram IV. 1 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen .....	50
Gambar Diagram IV. 2 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelas Kontrol.....	52

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1.....	75
2. Lampiran 2.....	76
3. Lampiran 3.....	77
4. Lampiran 4.....	78
5. Angket Uji Coba .....	82
6. Angket Penelitian ( <i>Mental Health</i> ).....	86
7. RPL Pertemuan 1 .....	90
8. RPL Pertemuan 2 .....	96
9. RPL Pertemuan 3.....	102
10. Dokumentasi .....	109
11. Daftar Riwayat Hidup.....	110
12. Hasil Uji Validitas Angket (Uji Coba).....	111
13. Hasil Uji N-Gain <i>Score</i> .....	114
14. Tabulasi Data Hasil Angket .....	115
15. Tabulasi Data Kelas Eksperimen .....	117
16. Tabulasi Data Kelas Kontrol.....	118
17. Tabulasi Data Indikator Kelas Eksperimen .....	119
18. Tabulasi Data Indikator Kelas Kontrol .....	125