

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK  
MUHASABAH DALAM MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-  
BEING* PESERTA DIDIK MA AN-NAJAH PAYA BENUA**



**SKRIPSI**

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

**Oleh:**

**Sulistri**

**2215009**

**Fakultas Tarbiyah**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**

**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK**

**BANGKA BELITUNG**

**TAHUN 2026**



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

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) Kode Pos: 33173

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI  
Nomor : B-102/BKPI/5.5/PP.00.9/05/2026**

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 : Sulistri  
NIM : 2215009  
Program : Strata 1  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Peserta Didik MA An-Najah Paya Benua

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

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 4 Mei 2026  
Ka.Program Studi BKPI



Dr. Nikmarijal, M.Pd  
NIP. 198611282018011001

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sulistri

Nim : 2215009

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "Efektivitas Layanan Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Peserta Didik MA An-Najah Paya Benua". Ini adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 11 Maret 2026

Yang menyatakan

  
Sulistri

NIM. 2215009



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBIYAH  
Jln.Mentok KM. 13, Desa Petaling Kec. Mendo Barat Kab. Bangka  
Provinsi Kep. Bangka Belitung 33173

---

### NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi  
Sulistri

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 dibawah ini:

|          |   |
|----------|---|
| Nama     | : Sulistri  |
| NIM      | : 2215009   |
| Fakultas | : Tarbiyah  |
| Prodi    | : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  |
| Judul    | : Efektivitas Layanan Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah dalam Meningkatkan <i>Psychological Well-Being</i> Peserta Didik MA An-Najah Paya Benua |

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

*Wassalamu'alaikum Wr, Wb.*

Pembimbing I,

(Komariah, S.Psi., M.Pd)  
NIP. 199105212020122066

Bangka, 13 April 2026

Pembimbing II

(Saiful Anwar, M.Pd. I)  
NIP. 198012032023211006



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 BANGKA 33173  
E-mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id) Website: [www.iainsasbabel.ac.id](http://www.iainsasbabel.ac.id)

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi  
Sulistri

Kepada Yth,  
Dekan Fakultas Tarbiyah  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
di Bangka

**Assalamu'alaikum wr. wb.**

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan memenuhi hasil perbaikan baik dari segi isi ini, bahasa, serta teknik penulisan. Maka, kami selaku Konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

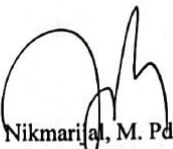
Nama : Sulistri  
NIM : 2115009  
Fakultas : Tarbiyah  
Judul : Efektivitas Layanan Konseling Islam Dengan Teknik Muhasabah Dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Peserta Didik MA AN-Najah Paya Benua.

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**

Konsultan I

  
Dr. Nikmarjal, M. Pd  
NIP. 198611282018011001

Bangka, 04 Juni 2026  
Konsultan II

  
Atik Rahmaniya, M. Pd  
NIP. 198512182020122007



**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH**  
 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)  
 BANGKA 33173

**PENGESAHAN**

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung Nomor: 120.B9/FT/PP.00.9/06/2026  
 Skripsi dengan judul: Efektivitas Layanan Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Peserta Didik MA An-Najah Paya Benua

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Sulistri  
 NIM : 2215009  
 Fakultas : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

telah dimunaqasyahkan pada hari: Rabu, tanggal 20 Mei 2026 dengan nilai A (90.00), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

**DEWAN SIDANG MUNAQASYAH**

Pembimbing I, Pembimbing II,

Komaridah, S.Psi, M.Pd. Saiful Anwar, M.Pd.I.  
 NIP. 19910521 202012 2 026 NIPPPK. 19801203 202321 1 006

Penguji I, Penguji II,

Dr. Nikmarrijal, M.Pd. Atik Rahmanyar, M.Pd.  
 NIP. 19801128 201801 1 001 NIP. 1985121820 2012 2 007

Ketua Panitia

Dwi Haryanti, M.Pd.I  
 NIP. 19900519 201503 2 009



Bangka, 12 Juni 2026

Dekan Fakultas Tarbiyah,

Dr. Subri, S.Pd.I, M.S.I  
 NIP. 19740302 200604 1 001

## **HALAMAN MOTTO**

Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi Allah berjanji bahwa: “La yukallifullahu nafsan illa wus’aha”

(Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya)

**(QS. Al-Baqarah: 286)**

“Aku telah membahayakan nyawa ibuku untuk lahir ke dunia, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya, dan aku membuat ayahku bekerja setiap hari hingga Lelah, jadi aku pastikan lelahnya tidak sia-sia”.

**(Penulis)**

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulisan skripsi dengan judul "Efektivitas Layanan Konseling Islam Dengan Teknik Muhasabah Dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Peserta Didik MA An-Najah Paya Benua". Skripsi ini, selain wujud tanggung jawab akademik penulis, juga tanggung jawab moral dan balasan atas do'a tulus orang-orang terkasih yang selalu menyayangi, mencintai, dan mendukung penulis. Dengan segala kerendahan hati, cinta dan kasih sayang, karya sederhana ini penulis persembahkan untuk:

Almamater terbaik, kampus hijau IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang telah menjadi tempat penulis menimba ilmu pengetahuan dan pengalaman serta menemukan keluarga baru yang kebersamaan proses pendewasaan.

Skripsi ini penulis persembahkan untuk keluarga tercinta. Bapakku (Saprudin), Ibuku (Rosilawati), Kakakku (Ahmad Irfan Nawawi) dan Adikku (Muhammad Habibullah) selalu menyematkan do'a dengan tulus di setiap sujudnya kepada sang Ilahi untuk kelancaran hidup dan kesuksesanku. Terimakasih telah menjadi orang tua yang mendukung, dan pengorbanan atas segalanya yang telah diusahakan sampai aku berada di titik ini, skripsi ini saya persembahkan untuk Ayah dan Ibu walaupun tidak sebanding dengan apa yang telah Ayah Ibu korbakan untuk impian anak-anaknya, terimalah persembahan kecil dari anak kedua satu-satunya perempuanmu ini.

Semoga Ayah Ibu sehat selalu Aamiin Yaallah.,

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK MUHASABAH DALAM MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PESERTA DIDIK MA AN-NAJAH PAYA BENUA

Sulistri

2215009

Fakultas Tarbiyah

Institut Agama Islam Negeri

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

#### Abstrak

Penelitian ini diambil berdasarkan temuan terhadap peserta didik dengan kriteria seperti rendahnya *psychological well-being* peserta didik menjadi salah satu permasalahan yang dapat memengaruhi perkembangan pribadi, sosial, dan akademik. Kondisi ini ditandai dengan kurangnya penerimaan diri, hubungan sosial yang kurang baik, serta tidak adanya tujuan hidup yang jelas. Oleh sebab itu, peneliti bekerja sama dengan guru BK untuk membantu peserta didik meningkatkan kesejahteraan psikologis. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling Islam dengan teknik muhasabah dalam meningkatkan *psychological well-being* peserta didik di MA An-Najah Paya Benua.

Keterkaitan dengan tujuan tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen melalui desain *one group pretest-posttest*. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah layanan konseling kelompok dengan teknik muhasabah. Sampel penelitian berjumlah 10 peserta didik yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan tingkat *psychological well-being* rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan angket skala Likert, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji *paired sample t-test* dan uji *N-Gain*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada *psychological well-being* peserta didik setelah diberikan layanan konseling Islam dengan teknik muhasabah. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji hipotesis menggunakan *paired sample t-test* yang menunjukkan nilai signifikansi  $< 0,05$ , sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Selain itu, hasil uji *N-Gain* menunjukkan kategori peningkatan berada pada tingkat sedang hingga tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling Islam dengan teknik muhasabah efektif dalam meningkatkan *psychological well-being* peserta didik.

**Kata Kunci:** konseling Islam, teknik muhasabah, *psychological well-being*, konseling kelompok, peserta didik.

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Alhamdulillah, segala puji segala allah subhana wata'ala atas rahmat dan hidayah-Nya shalawat serta salam kepada nabi besar muhammad Shalallah alaihi wassalam beserta para sahabat yang telah memperjuangkan islam, sehingga kita bisa merasakan indahnya iman. Skripsi ini berjudul "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Muhasabah Dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Peserta Didik MA An-Najah Paya Benua". Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Janawi, M.Ag., selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Ibu Dr. Hj. Soleha, M.A., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
3. Bapak Dr. Nikmarijal, M. Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
4. Ibu Komariah, S. Psi., M. Pd., selaku penasehat akademik, sekaligus pembimbing I, yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta memberikan waktu untuk proses penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Saiful Anwar, M. Pd., selaku pembimbing II, atas kesediannya dalam memberikan bimbingan dan sarannya.
6. Bapak dan ibu dosen program studi bimbingan dan konseling pendidikan islam yang telah banyak memberi pengetahuan dan pengalaman kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan dengan baik.
7. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
8. Kepala sekolah, seluruh guru, para staf pegawai MA An-Najah Paya Benua, yang telah berkenan mengarahkan dan memberi kemudahan serta membantu dalam penelitian. Sekaligus kepada peserta didik MA An-Najah Paya Benua yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian saya.

9. kedua orang tua tercinta Bapak Saprudin dan Ibu Rosilawati, atas segala do'a, dukungan, dan pengorbanan yang telah diberikan, cinta dan kasih sayang, serta motivasi yang tak pernah putus. Beliau memang tidak sempat merasakan Pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu memberikan yang terbaik, tak kenal Lelah mendo'akan, memberikan perhatian dan dukungan sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjananya. Maka dari itu Gelar Sarjana ini penulis persembahkan untuk kalian.
10. Kepada kakak saya Ahmad Irfan Nawawi, S.Pd selalu memberikan support dan semangat ketika saya terbaring di Rumah Sakit dan dalam mengerjakan skripsi ini menjadi tempat bercerita suka maupun duka. Kepada adik saya Muhammad Habibullah, terimakasih atas do'a dan segala dukungan yang diberikan.
11. Teruntuk teman seperjuangan, terimakasih sudah mau berjalan beriringan bersamaku, memberikan dukungan berjuang bersama-sama dalam perkuliahan dari awal sampai akhir banyak hal telah kita lewati baik suka maupun duka.
12. Teruntuk diri sendiri, terimakasih sudah bertahan sejauh ini, berjalan seejauh ini. Setiap malam yang dihabiskan dalam kelelahan, setiap pagi yang disambut dengan keraguan namun tetap dijalani, setiap ketakutan yang berhasil dilawan dengan keberanian. Kepada raga yang terus melangkah, meski keadaan Lelah dalam diri sering kali tak terlihat. Tetapi “mengajarkan saya bahwa rapuh tidak sama dengan lemah. “Tetap kokoh dengan cara saya sendiri”. **Sulistri** hebat, kuat, dan tetap semangat semoga sehat, panjang umur dan selalu membanggakan. Dan mempunyai keinginan untuk menghajikan orangtua Aamiin.

Semoga Allah SWT membalas kebaikan semuanya, dengan bantuan dan amal kebaikan yang diberikan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini mendapatkan imbalan pahala dan ridho dari allah SWT. penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat bagi yang membacanya. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL.....   | i    |
| HALAMAN PERNYATAAN .....   | ii   |
| NOTA DINAS PEMBIMBING .....  | iii  |
| HALAMAN MOTTO .....  | iv   |
| HALAMAN PERSEMBAHAN .....  | v    |
| ABSTRAK .....  | vi   |
| KATA PENGANTAR .....   | vii  |
| DAFTAR ISI.....  | ix   |
| DAFTAR TABEL.....  | xi   |
| DAFTAR GAMBAR .....  | xii  |
| DAFTAR LAMPIRAN.....   | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN .....  | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah.....   | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....   | 9    |
| C. Tujuan Penelitian .....   | 10   |
| D. Kegunaan Penelitian.....  | 11   |
| E. Telaah Pustaka .....  | 12   |
| F. Sistematika Pembahasan .....  | 17   |
| <br>   |      |
| BAB II LANDASAN TEORI .....  | 19   |
| A. <i>Psychological Well-Being</i> .....   | 19   |
| 1. Pengertian <i>Psychological Well-Being</i> .....  | 19   |
| 2. Aspek-aspek <i>Psychological Well-Being</i> .....   | 20   |
| 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i> .....   | 24   |
| B. Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah .....   | 28   |
| 1. Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah .....   | 28   |
| 2. Hubungan Antara Konseling Islam dan <i>Psychological Well-Being</i> ..  | 36   |
| 3. Relevansi Teknik Muhasabah terhadap <i>Psychological Well-Being</i> ..  | 37   |
| 4. Teori <i>Psychological Well-Being</i> dan Teori Muhasabah .....   | 40   |
| C. Efektivitas Layanan Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah dalam<br>Meningkatkan <i>Psychological Well-Being</i> Peserta Didik ..... | 41   |
| D. Hipotesis .....   | 42   |
| <br>   |      |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....   | 45   |
| A. Jenis Penelitian .....  | 45   |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....   | 46   |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian .....  | 47   |
| 1. Populasi .....  | 48   |
| 2. Sampel .....  | 48   |

|  |    |
|--|----|
| D. Variabel Penelitian .....   | 48 |
| E. Teknik Pengumpulan Data .....   | 50 |
| 1. Observasi .....   | 50 |
| 2. Angket .....  | 51 |
| 3. Dokumentasi .....   | 51 |
| F. Instrumen Penelitian .....  | 52 |
| 1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian .....  | 52 |
| G. Validitas dan Reabilitas .....  | 54 |
| 1. Validitas .....   | 54 |
| 2. Reabilitas .....  | 56 |
| H. Teknik Analisis Data .....  | 57 |
| 1. Uji Normalitas Data .....   | 57 |
| 2. Uji Hipotesis .....   | 58 |
| 3. Uji <i>N-Gain Score</i> .....   | 59 |
| <br>   |    |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....  | 61 |
| A. Hasil Penelitian .....  | 61 |
| 1. Deskripsi Data <i>Pretest</i> .....   | 63 |
| 2. Deskripsi Data <i>Posttest</i> .....  | 71 |
| 3. Hasil Uji Prasyarat Analisis .....  | 72 |
| 4. Perbandingan <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> dan <i>N-Gain Score</i> ..... | 75 |
| B. Pembahasan Penelitian .....   | 77 |
| <br>   |    |
| BAB IV PENUTUP .....   | 85 |
| A. Kesimpulan .....  | 85 |
| B. Saran.....  | 86 |
| <br>   |    |
| DAFTAR PUSTAKA .....   | 87 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN.....   | 87 |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 3.1 Rancangan Penelitian One Group Pretest-Posttest Design (O1 X O2)        | 46 |
| Tabel 3.2 Pola Penskoran Pengumpulan Data.....                                    | 52 |
| Tabel 3.3 Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....                             | 53 |
| Tabel 3.4 Rumus Kolerasi <i>Product Moment</i> .....                              | 54 |
| Tabel 3.5 Instrumen Besarnya Korelasi .....                                       | 54 |
| Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas <i>Psychological Well-Being</i> Peserta Didik ..... | 55 |
| Tabel 3.7 Rumus <i>Alpha Cronbach's</i> .....                                     | 56 |
| Tabel 3.8 Kriteria Reabilitas Tes .....   | 56 |
| Tabel 3.9 Uji Reabilitas <i>Physicology Well-Being</i> .....                      | 57 |
| Tabel 3.10 Kriteria Penilaian N-Gain.....   | 60 |
| Tabel 4.1 Kategori Tafsiran Efektivitas N-Gain Score .....                        | 60 |
| Tabel 4.2 Rumus Kategorisasi Data .....   | 61 |
| Tabel 4.3 Keterangan Data .....   | 62 |
| Tabel 4.4 Kategorisasi Data .....   | 62 |
| Tabel 4.5 Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen .....                          | 63 |
| Tabel 4.6 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen <i>Physicology</i> .....      | 71 |
| Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas.....   | 72 |
| Tabel 4.8 <i>Paired Sample T-Tes Statistic</i> .....                              | 73 |
| Tabel 4.9 <i>Paired Sample T-Tes</i> .....  | 73 |
| Tabel 4.10 Nilai N-Gain Kelompok Eksperimen.....                                  | 75 |

## DAFTAR GAMBAR

|                  |    |
|------------------|----|
| Gambar 3.1 ..... | 49 |
|------------------|----|

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |     |
|--|-----|
| Lampiran 1. Rancangan Pelaksanaan Layanan (RPL) BK ..... | 92  |
| Lampiran 2. Angket Penelitian.....                       | 99  |
| Lampiran 3. Angket Hasil Jawaban Peserta Didik.....      | 104 |
| Lampiran 4. Tabulasi Data <i>Pretest</i> .....           | 109 |
| Lampiran 5. Tabulasi Data <i>Posttest</i> .....          | 109 |
| Lampiran 6. SK Pembimbing .....                          | 110 |
| Lampiran 7. Surat Izin Penelitian.....                   | 116 |
| Lampiran 8. Surat Balasan Penelitian .....               | 117 |
| Lampiran 9. Kartu Pembimbing Skripsi .....               | 118 |
| Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian.....                 | 122 |
| Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup.....                   | 123 |