

## Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jalan Udayana Nomor 11, Singaraja 81116  
Telepon (0362) 31372 Laman [www.fip.undiksha.ac.id](http://www.fip.undiksha.ac.id)

Nomor : 1161/UN48.10.1/LT/2021

Singaraja, 4 Juni 2021

Hal : Ijin Penelitian

Yth. Kepala SMP Negeri 1 Singaraja

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, mohon agar mahasiswa kami dapat diterima dan diberikan keterangan guna pelaksanaan penelitian dan pengumpulan data di instansi Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut:

Nama : NI Wayan Suari  
NIM : 1711011016  
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan  
Program Studi : Bimbingan Konseling

Demikian surat ini disampaikan atas kesediaan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

An. Dekan  
Wakil Dekan I,  
  
Dr. T Made Tegeh, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 197108152001121001

## Lampiran 2. Surat Keterangan Sudah Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN BULELENG  
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAAHRAGA  
SMP NEGERI 1 SINGARAJA**



Jl. Gajah Mada No. 109 Telp. (0362) 22441 Fax. (0362) 25790  
Webatte: <http://www.smpn1singaraja.sch.id> E-mail: [smpn1\\_singaraja@yahoo.co.id](mailto:smpn1_singaraja@yahoo.co.id)

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 183/423.4/SMPN1SGR/VIII/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dra. Ni Putu Karnadhi, M.Si.  
NIP : 19620502 199512 2 002  
Pangkat/Golongan : Pembina Utama Muda, IV/c  
Jabatan : Kepala SMP Negeri 1 Singaraja.

Menerangkan bahwa :

Nama : Ni Wayan Suari  
Program Studi : Bimbingan Konseling  
NIM : 1711011019  
Perguruan Tinggi : Universitas Pendidikan Ganesha

Memang benar mahasiswa tersebut di atas telah melakukan Penelitian/Pengambilan Data untuk menyelesaikan Tugas Akhir / Skripsi yang berjudul "Pengembangan Panduan Konseling Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis Berbasis Website untuk Meminimalisasi Tingkat Kecemasan dalam Belajar pada Siswa SMP Negeri 1 Singaraja " Pada Tanggal 6 Juni 2021 – 13 Juli 2021.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 18 Agustus 2021  
Kepala SMP Negeri 1 Singaraja,  
  
Dra. Ni Putu Karnadhi, M.Si.  
NIP. 19620502 199512 2 002



### Lampiran 3. Hasil Uji Validasi/Pakar Panduan

| No                                     | PERNYATAAN  | SKOR |   |   |   |          |
|--|---|------|---|---|---|----------|
|  |   | 1    | 2 | 3 | 4 | Komentar |
| <b>Acceptability (Keberterimaan)</b>   |   |      |   |   |   |          |
| 1                                      | Struktur panduan disajikan sistematis   |      |   |   | √ |          |
| 2                                      | Petunjuk setiap bagian panduan dapat dipahami   |      |   |   | √ |          |
| 3                                      | Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dipahami   |      |   |   | √ |          |
| 4                                      | Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dilaksanakan   |      |   |   | √ |          |
| 5                                      | Setiap kata dan kalimat yang disajikan dalam panduan dan sistem mudah dipahami  |      |   |   | √ |          |
| <b>Accessibility (Kemudahan Akses)</b> |   |      |   |   |   |          |
| 6                                      | Sistem konseling dapat diakses dengan mudah   |      |   |   | √ |          |
| 7                                      | Setiap bagian dari sistem konseling dapat diakses dengan mudah  |      |   |   | √ |          |
| 8                                      | Setiap gambar dan tabel yang disajikan dalam panduan dapat dibaca dengan baik   |      |   |   | √ |          |
| 9                                      | Angket, tes dan forum diskusi dapat diakses dengan mudah  |      |   |   | √ |          |
| <b>Feasibility (Kelayakan)</b>         |   |      |   |   |   |          |
| 10                                     | Prosedur konseling sesuai dengan subyek sasaran yang ditentukan   |      |   |   | √ |          |
| 11                                     | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan memberikan pengetahuan baru yang bermanfaat kepada subjek (konseli)               |      |   |   | √ |          |
| 12                                     | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan bermanfaat mengembangkan afeksi yang lebih nyaman (positif) pada subjek (konseli) |      |   |   | √ |          |
| 13                                     | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan mengembangkan tingkah laku baru yang lebih produktif bagi subjek (konseli)        |      |   |   | √ |          |
| 14                                     | Secara keseluruhan panduan dan sistem konseling bermanfaat untuk membantu   |      |   |   | √ |          |

A  
G

A  
G

|   |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| subjek sasaran mengembangkan suatu potensi psikologis atau mengatasi permasalahan psikologis tertentu |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|


**Identitas Pakar Penilai I**

Nama Lengkap dan Gelar : Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons

Bidang Keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : Universitas Pendidikan Ganesha

Tanda Tangan



| No                                     | PERNYATAAN  | SKOR |   |   |   |          |
|--|---|------|---|---|---|----------|
|  |   | 1    | 2 | 3 | 4 | Komentar |
| <b>Acceptability (Keberterimaan)</b>   |   |      |   |   |   |          |
| 1                                      | Struktur panduan disajikan sistematis   |      |   |   | √ | relevan  |
| 2                                      | Petunjuk setiap bagian panduan dapat dipahami   |      |   |   | √ | relevan  |
| 3                                      | Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dipahami   |      |   |   | √ | relevan  |
| 4                                      | Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dilaksanakan   |      |   |   | √ | relevan  |
| 5                                      | Setiap kata dan kalimat yang disajikan dalam panduan dan sistem mudah dipahami  |      |   |   | √ | relevan  |
| <b>Accessibility (Kemudahan Akses)</b> |   |      |   |   |   |          |
| 6                                      | Sistem konseling dapat diakses dengan mudah   |      |   |   | √ | relevan  |
| 7                                      | Setiap bagian dari sistem konseling dapat diakses dengan mudah  |      |   |   | √ | relevan  |
| 8                                      | Setiap gambar dan tabel yang disajikan dalam panduan dapat dibaca dengan baik   |      |   |   | √ | relevan  |
| 9                                      | Angket, tes dan forum diskusi dapat diakses dengan mudah  |      |   |   | √ | relevan  |
| <b>Feasibility (Kelayakan)</b>         |   |      |   |   |   |          |
| 10                                     | Prosedur konseling sesuai dengan subyek sasaran yang ditentukan   |      |   |   | √ | relevan  |
| 11                                     | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan memberikan pengetahuan baru yang bermanfaat kepada subjek (konseli) |      |   |   | √ | relevan  |
| 12                                     | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan bermanfaat mengembangkan  |      |   |   | √ | relevan  |

|    |   |  |  |  |   |                |
|----|---|--|--|--|---|----------------|
|    | afeksi yang lebih nyaman (positif) pada subjek (konseli)  |  |  |  |   |                |
| 13 | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan mengembangkan tingkah laku baru yang lebih produktif bagi subjek (konseli)  |  |  |  | √ | <b>Relevan</b> |
| 14 | Secara keseluruhan panduan dan sistem konseling bermanfaat untuk membantu subjek sasaran mengembangkan suatu potensi psikologis atau mengatasi permasalahan psikologis tertentu |  |  |  | √ | <b>Relevan</b> |

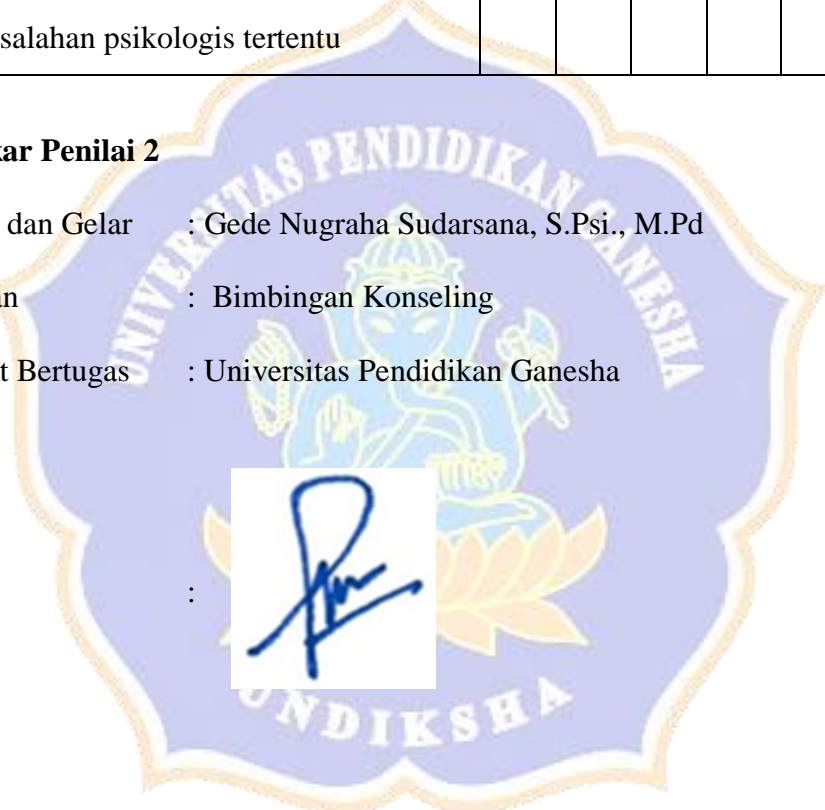
### Identitas Pakar Penilai 2

Nama Lengkap dan Gelar : Gede Nugraha Sudarsana, S.Psi., M.Pd

Bidang Keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : Universitas Pendidikan Ganesha

Tanda Tangan :

| No                                     | PERNYATAAN  | SKOR |   |   |   |          |
|--|---|------|---|---|---|----------|
|  |   | 1    | 2 | 3 | 4 | Komentar |
| <b>Acceptability (Keberterimaan)</b>   |   |      |   |   |   |          |
| 1                                      | Struktur panduan disajikan sistematis   |      |   |   | √ |          |
| 2                                      | Petunjuk setiap bagian panduan dapat dipahami   |      |   |   | √ |          |
| 3                                      | Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dipahami   |      |   |   | √ |          |
| 4                                      | Teknik dan prosedur yang disajikan dalam panduan dapat dilaksanakan   |      |   |   | √ |          |
| 5                                      | Setiap kata dan kalimat yang disajikan dalam panduan dan sistem mudah dipahami  |      |   |   | √ |          |
| <b>Accessibility (Kemudahan Akses)</b> |   |      |   |   |   |          |
| 6                                      | Sistem konseling dapat diakses dengan mudah   |      |   |   | √ |          |
| 7                                      | Setiap bagian dari sistem konseling dapat diakses dengan mudah  |      |   |   | √ |          |
| 8                                      | Setiap gambar dan tabel yang disajikan dalam panduan dapat dibaca dengan baik   |      |   |   | √ |          |
| 9                                      | Angket, tes dan forum diskusi dapat diakses dengan mudah  |      |   |   | √ |          |
| <b>Feasibility (Kelayakan)</b>         |   |      |   |   |   |          |
| 10                                     | Prosedur konseling sesuai dengan subyek sasaran yang ditentukan   |      |   |   | √ |          |
| 11                                     | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan memberikan pengetahuan baru yang bermanfaat kepada subjek (konseli) |      |   |   | √ |          |

|    |   |  |  |  |   |  |
|----|---|--|--|--|---|--|
| 12 | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan bermanfaat mengembangkan afeksi yang lebih nyaman (positif) pada subjek (konseli)   |  |  |  | √ |  |
| 13 | Prosedur, teknik, metode konseling yang disajikan mengembangkan tingkah laku baru yang lebih produktif bagi subjek (konseli)  |  |  |  | √ |  |
| 14 | Secara keseluruhan panduan dan sistem konseling bermanfaat untuk membantu subjek sasaran mengembangkan suatu potensi psikologis atau mengatasi permasalahan psikologis tertentu |  |  |  | √ |  |

**Identitas Pakar Penilai 3**

Nama Lengkap dan Gelar : Drs. I Wayan Gebloh

Bidang Keahlian : Bimbingan Konseling

Instansi Tempat Bertugas : SMP Negeri 1 Singaraja

Tanda Tangan :






#### Lampiran 4. Rekap Hasil Uji Validasi Pakar

| Item | Skor    |         |         |
|------|---------|---------|---------|
|      | Pakar 1 | Pakar 2 | Pakar 3 |
| 1    | 4       | 4       | 4       |
| 2    | 4       | 4       | 4       |
| 3    | 4       | 4       | 4       |
| 4    | 4       | 4       | 4       |
| 5    | 4       | 4       | 4       |
| 6    | 4       | 4       | 4       |
| 7    | 4       | 4       | 4       |
| 8    | 4       | 4       | 4       |
| 9    | 4       | 4       | 4       |
| 10   | 4       | 4       | 4       |
| 11   | 4       | 4       | 4       |
| 12   | 4       | 4       | 4       |
| 13   | 4       | 4       | 4       |
| 14   | 4       | 4       | 4       |

| Item   | Ne | CVR  | CVI  |
|--------|----|------|------|
| 1      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 2      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 3      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 4      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 5      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 6      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 7      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 8      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 9      | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 10     | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 11     | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 12     | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 13     | 3  | 1.00 | 0.07 |
| 14     | 3  | 1.00 | 0.07 |
| Jumlah |    |      | 1    |

CVR semua item = 1  
CVI = 1

## Lampiran 5. Kuesioner Tingkat Kecemasan dalam Belajar

Petunjuk

Dalam instrumen ini terdapat 40 butir pernyataan yang kesemuanya merupakan gambaran keadaan diri kita masing-masing. Sebelum menjawab dan menentukan pilihan pada masing-masing pernyataan tersebut, anda perlu mengetahui beberapa hal berikut ini:

Bubuhkanlah tanda silang( √ ) di kolom lembar jawaban yang telah disediakan. Adapun pilihan yang dapat anda sampaikan adalah sebagai berikut:

- SL** : **Selalu**, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan
- S** : **Sering**, apabila sering melakukan sesuai pernyataan
- KK** : **Kadang-kadang**, apabila kadang-kadang melakukan sesuai pernyataan
- J** : **Jarang**, apabila jarang melakukan sesuai pernyataan
- TP** : **Tidak Pernah**, apabila tidak pernah melakukan sesuai pernyataan

Instrumen ini tidak mempunyai hubungan sama sekali dengan kegiatan akademik anda, sehingga apapun jawaban yang akan anda berikan tidak akan mempengaruhi prestasi belajar anda. Maka jawablah sesuai dengan kata hati anda sendiri. Jangan sampai ada pernyataan yang terlewat dan silahkan mengisi formulir.

| No | Pernyataan  | Alternatif Jawaban |   |    |   |    |
|----|---|--------------------|---|----|---|----|
|    |   | SL                 | S | KK | J | TP |
| 1  | Saya merasa tenang ketika guru menjelaskan materi pelajaran di kelas. |                    |   |    |   |    |
| 2  | Saya merasa gelisah ketika saya belum mengerjakan tugas sekolah.      |                    |   |    |   |    |
| 3  | Saya merasa tidak nyaman ketika belajar dengan banyak orang.          |                    |   |    |   |    |

|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 4  | Ketika pembelajaran sudah akan dimulai, Saya menghindari hal-hal yang dapat mengganggu belajar saya. |  |  |  |  |  |
| 5  | Saya tidak bisa berkonsentrasi saat mengerjakan tugas sekolah yang terlalu sulit.                    |  |  |  |  |  |
| 6  | Saya mampu mengatasi rasa gugup ketika mengerjakan soal di depan kelas.                              |  |  |  |  |  |
| 7  | Saya merasa tegang ketika di tunjuk oleh guru, untuk menjawab pertanyaan.                            |  |  |  |  |  |
| 8  | Saya mampu berkonsentrasi dengan tenang ketika pembelajaran di kelas akan di mulai.                  |  |  |  |  |  |
| 9  | Saya merasa khawatir ketika tidak mendapat jawaban dari teman pada saat mengerjakan soal latihan.    |  |  |  |  |  |
| 10 | Saya tidak dapat berpikir dengan tenang ketika pembelajaran sedang berlangsung.                      |  |  |  |  |  |
| 11 | Saya merasa percaya diri ketika disuruh ke depan untuk mengerjakan soal latihan.                     |  |  |  |  |  |
| 12 | Saya mampu menjawab soal-soal latihan tanpa melihat jawaban teman saya.                              |  |  |  |  |  |
| 13 | Saya sangat takut ketika guru yang mengawas ulangan sangat teliti.                                   |  |  |  |  |  |
| 14 | Saya mampu berkonsentrasi ketika menyelesaikan soal-soal ulangan                                     |  |  |  |  |  |
| 15 | Konsentrasi menjadi terganggu saat saya merasa bahwa tugas yang saya buat salah.                     |  |  |  |  |  |
| 16 | Saya kurang mampu memahami materi pelajaran ketika konsentrasi saya terganggu.                       |  |  |  |  |  |
| 17 | Saya merasa percaya diri dengan jawaban soal latihan yang saya buat.                                 |  |  |  |  |  |
| 18 | Saya merasa kesulitan ketika mengerjakan soal ulangan.   |  |  |  |  |  |

|    |   |  |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|--|
| 19 | Saya mampu memahami pelajaran dengan baik ketika belajar bersama teman-teman di kelas.  |  |  |  |  |  |
| 20 | Saya merasa kurang percaya diri ketika menjawab soal latihan yang diberikan oleh guru.  |  |  |  |  |  |
| 21 | Saya memahami tugas-tugas sekolah yang diberikan oleh guru.                             |  |  |  |  |  |
| 22 | Saya mampu mengerjakan tugas sekolah tanpa bantuan teman.                               |  |  |  |  |  |
| 23 | Saya keluar keringat dingin ketika tampil di depan kelas.                               |  |  |  |  |  |
| 24 | Saya merasa senang ketika ditunjuk untuk menjawab pertanyaan oleh guru.                 |  |  |  |  |  |
| 25 | Saya merasa yakin untuk mengerjakan soal di papan tulis.                                |  |  |  |  |  |
| 26 | Saya merasa tenang ketika ulangan berlangsung.  |  |  |  |  |  |
| 27 | Saya merasa takut, karena tidak bisa mengingat materi-materi yang dijelaskan oleh guru. |  |  |  |  |  |
| 28 | Saya merasa bersemangat ketika pembelajaran di kelas segera dimulai.                    |  |  |  |  |  |
| 29 | Saya merasa cemas karena belum mengerjakan tugas sekolah.                               |  |  |  |  |  |
| 30 | Saya mampu mengerjakan tugas tanpa melihat tugas teman saya.                            |  |  |  |  |  |
| 31 | Saya merasa nyaman belajar dengan mata pelajaran yang saya sukai.                       |  |  |  |  |  |
| 32 | Saya mampu mengatasi rasa takut saya ketika diberikan pertanyaan oleh guru.             |  |  |  |  |  |
| 33 | Saya merasa tegang ketika guru menjelaskan pelajaran di depan kelas.                    |  |  |  |  |  |
| 34 | Saya mampu berkonsentrasi ketika mengerjakan tugas sekolah.                             |  |  |  |  |  |

|    |  |  |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 35 | Saya tidak bisa fokus dalam berpikir, ketika belajar di kelas.       |  |  |  |  |  |
| 36 | Saya senang mengikuti semua mata pelajaran yang dijelskan oleh guru. |  |  |  |  |  |
| 37 | Saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki dalam belajar.          |  |  |  |  |  |
| 38 | Saya merasa gelisah jika terlalu lama di dalam kelas.                |  |  |  |  |  |
| 39 | Saya merasa gugup ketika guru memberitahukan bahwa akan ada ulangan. |  |  |  |  |  |
| 40 | Saya merasa takut ketika diberikan tugas yang sulit oleh guru.       |  |  |  |  |  |





Lampiran 6. Tabulasi Data *Pre-test*

| NO<br>BUT<br>IR | RESONDEN |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----------------|----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|                 | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 1               | 4        | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 5 | 4  | 4  | 4  | 1  | 3  | 4  | 3  | 4  | 5  | 3  | 1  | 3  | 4  | 2  | 2  | 4  | 5  | 3  | 2  | 4  | 4  |
| 2               | 3        | 5 | 5 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1  | 2  | 2  | 1  | 3  | 1  | 3  | 2  | 2  | 2  | 5  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |
| 3               | 3        | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 1 | 4  | 2  | 3  | 1  | 3  | 2  | 2  | 2  | 4  | 1  | 5  | 3  | 4  | 1  | 2  | 2  | 5  | 3  | 2  | 3  | 4  |
| 4               | 3        | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 5 | 4  | 2  | 1  | 1  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 4  | 5  | 3  | 1  | 5  | 4  | 3  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  |
| 5               | 3        | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3  | 2  | 3  | 5  | 3  | 1  | 4  | 3  | 4  | 1  | 5  | 3  | 4  | 5  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 2  |
| 6               | 3        | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2  | 2  | 2  | 1  | 3  | 5  | 4  | 2  | 4  | 4  | 1  | 3  | 3  | 1  | 2  | 2  | 4  | 3  | 2  | 4  | 3  |
| 7               | 3        | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2  | 4  | 4  | 1  | 3  | 3  | 2  | 2  | 4  | 1  | 5  | 3  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2  | 4  | 3  |
| 8               | 3        | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3  | 3  | 4  | 1  | 3  | 3  | 2  | 3  | 5  | 2  | 1  | 3  | 4  | 1  | 3  | 3  | 4  | 3  | 2  | 5  | 3  |
| 9               | 4        | 1 | 5 | 3 | 5 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4  | 4  | 4  | 3  | 3  | 5  | 4  | 2  | 5  | 2  | 5  | 3  | 5  | 4  | 4  | 2  | 5  | 5  | 4  | 4  | 3  |
| 10              | 3        | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 4  | 2  | 5  | 3  | 4  | 2  | 3  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3  |
| 11              | 3        | 1 | 5 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 2  | 4  | 4  | 1  | 3  | 5  | 2  | 2  | 5  | 1  | 1  | 3  | 4  | 2  | 3  | 2  | 4  | 3  | 2  | 5  | 3  |
| 12              | 3        | 2 | 1 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3  | 3  | 4  | 4  | 3  | 5  | 3  | 3  | 5  | 1  | 1  | 3  | 4  | 3  | 5  | 3  | 4  | 5  | 4  | 3  | 3  |
| 13              | 4        | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 3  | 3  | 2  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4  | 1  | 5  | 3  | 3  | 5  | 1  | 3  | 5  | 3  | 5  | 2  | 2  |
| 14              | 3        | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3  | 3  | 4  | 1  | 3  | 3  | 2  | 3  | 5  | 2  | 2  | 3  | 4  | 2  | 4  | 3  | 5  | 3  | 2  | 4  | 4  |
| 15              | 3        | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2  | 3  | 3  | 1  | 3  | 1  | 2  | 2  | 4  | 1  | 4  | 3  | 3  | 1  | 4  | 2  | 5  | 3  | 2  | 2  | 3  |
| 16              | 2        | 4 | 1 | 1 | 1 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2  | 3  | 2  | 1  | 3  | 1  | 3  | 1  | 2  | 1  | 4  | 3  | 3  | 1  | 2  | 1  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  |
| 17              | 3        | 5 | 5 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 5 | 3  | 3  | 2  | 5  | 3  | 4  | 3  | 3  | 1  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 1  | 3  | 4  | 3  | 2  |
| 18              | 3        | 1 | 5 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4  | 3  | 3  | 1  | 3  | 3  | 2  | 3  | 4  | 2  | 4  | 3  | 5  | 5  | 4  | 3  | 5  | 3  | 2  | 3  | 4  |
| 19              | 3        | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3  | 3  | 4  | 5  | 3  | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 1  | 3  | 3  | 4  | 5  | 2  | 4  | 4  |
| 20              | 3        | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3  | 3  | 4  | 2  | 3  | 2  | 2  | 2  | 5  | 2  | 3  | 3  | 4  | 3  | 4  | 2  | 4  | 3  | 2  | 2  | 3  |
| 21              | 3        | 2 | 5 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4  | 3  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 2  | 3  | 3  | 5  | 5  | 2  | 4  | 3  |
| 22              | 4        | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3  | 3  | 4  | 1  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 1  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 5  | 3  | 4  | 2  | 4  |
| 23              | 3        | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 1 | 4 | 5 | 2  | 3  | 2  | 1  | 3  | 1  | 5  | 4  | 1  | 4  | 2  | 3  | 4  | 4  | 3  | 4  | 1  | 3  | 2  | 5  | 2  |
| 24              | 3        | 1 | 4 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3  | 4  | 1  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 3  | 4  | 1  | 4  | 3  | 2  | 4  | 3  |

|      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 25   | 3 | 1 | 5 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 |
| 26   | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 5 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| 27   | 3 | 2 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 |
| 28   | 3 | 5 | 5 | 5 | 3 | 2 | 4 | 3 | 5 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 5 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 |
| 29   | 3 | 2 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 |
| 30   | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 5 | 3 | 3 | 2 | 5 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 |
| 31   | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 5 | 2 | 3 | 1 | 5 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 5 | 5 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| 32   | 3 | 4 | 5 | 5 | 3 | 2 | 4 | 4 | 5 | 2 | 3 | 2 | 5 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| 33   | 4 | 2 | 1 | 2 | 5 | 5 | 5 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 5 | 1 | 3 | 5 | 2 | 4 | 4 |
| 34   | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 |
| 35   | 3 | 2 | 3 | 2 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 5 | 4 | 2 | 2 | 4 |
| 36   | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 5 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 |
| 37   | 3 | 4 | 5 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 5 | 3 | 3 | 2 | 5 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 5 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 |
| 38   | 3 | 2 | 5 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 5 | 3 | 4 | 5 | 3 | 1 | 3 | 3 | 5 | 1 | 5 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 5 | 4 | 2 | 5 | 4 |
| 39   | 3 | 2 | 5 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 4 | 2 | 5 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 4 | 2 | 5 | 3 | 2 | 3 | 3 |
| 40   | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 5 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 5 | 3 | 2 | 3 | 3 |
| Tota | 1 | 1 | 1 |   | 1 | 1 | 1 | 1 |   | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |   | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 1    | 2 | 0 | 1 | 9 | 1 | 3 | 1 | 1 | 9 | 2 | 1 | 2 | 0 | 2 | 1 | 1 | 0 | 4 | 9 | 3 | 2 | 3 | 0 | 2 | 0 | 4 | 3 | 0 | 2 | 2 |
|      | 3 | 1 | 7 | 8 | 1 | 2 | 6 | 1 | 4 | 0 | 9 | 4 | 0 | 1 | 3 | 8 | 7 | 2 | 6 | 0 | 0 | 1 | 8 | 5 | 7 | 3 | 1 | 3 | 8 | 2 |





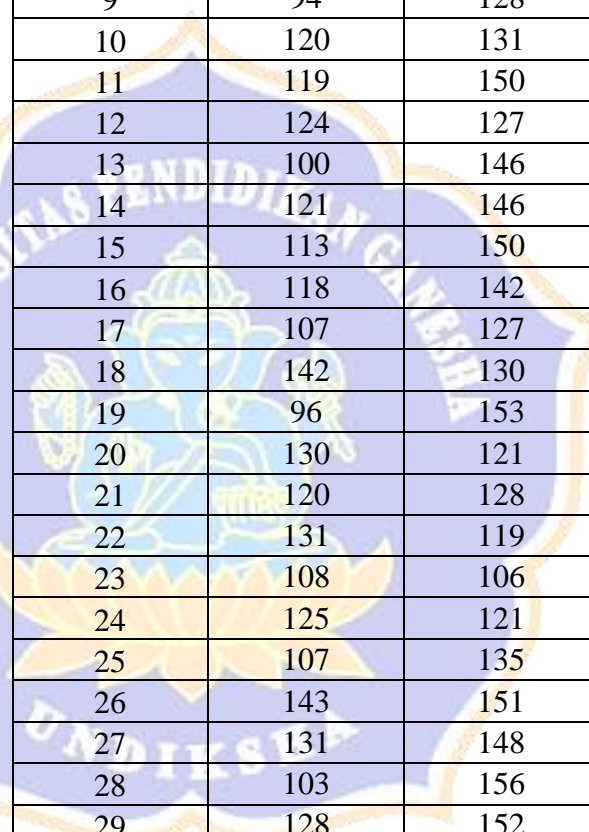
Lampiran 7. Tabulasi Data *Pre-test*

| NO<br>BU<br>TIR | RESONDEN |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----------------|----------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|                 | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 1               | 4        | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 2               | 2        | 5 | 2 | 5 | 5 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2  | 5  | 3  | 1  | 1  | 5  | 5  | 2  | 2  | 5  | 2  | 2  | 1  | 2  | 2  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 3               | 5        | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 3  | 5  | 3  | 3  | 3  | 2  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 4               | 2        | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1  | 1  | 3  | 1  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 5  | 1  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| 5               | 4        | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3  | 5  | 4  | 3  | 3  | 4  | 5  | 3  | 3  | 5  | 3  | 2  | 2  | 2  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 6               | 4        | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3  | 5  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 1  | 3  | 4  | 1  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 7               | 5        | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2  | 5  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 3  | 3  | 3  | 1  | 2  | 3  | 5  | 5  | 5  | 1  | 5  |
| 8               | 5        | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 9               | 5        | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 5  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 3  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 10              | 5        | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4  | 5  | 3  | 5  | 4  | 1  | 4  | 3  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 2  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 11              | 5        | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4  | 5  | 3  | 5  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 1  | 2  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 12              | 5        | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 13              | 4        | 1 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 14              | 4        | 1 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 4 | 5  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 15              | 3        | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2  | 4  | 3  | 3  | 5  | 5  | 4  | 2  | 3  | 4  | 3  | 2  | 2  | 1  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 16              | 3        | 5 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3  | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 4  | 2  | 2  | 1  | 3  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 17              | 2        | 5 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2  | 1  | 2  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| 18              | 4        | 1 | 4 | 5 | 5 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3  | 4  | 3  | 5  | 4  | 5  | 4  | 3  | 3  | 5  | 4  | 4  | 3  | 2  | 3  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 19              | 5        | 1 | 2 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 4  | 2  | 4  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 20              | 5        | 1 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3  | 4  | 3  | 5  | 5  | 5  | 5  | 3  | 4  | 5  | 4  | 3  | 3  | 2  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 21              | 5        | 1 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 5  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 22              | 4        | 5 | 3 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4  | 5  | 4  | 5  | 4  | 5  | 5  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |
| 23              | 2        | 5 | 5 | 1 | 1 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2  | 1  | 3  | 1  | 2  | 1  | 1  | 3  | 2  | 2  | 2  | 1  | 4  | 5  | 2  | 2  | 1  | 1  | 1  | 1  | 1  |
| 24              | 4        | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4  | 5  | 3  | 4  | 4  | 5  | 3  | 4  | 4  | 5  | 4  | 4  | 3  | 1  | 3  | 3  | 5  | 5  | 5  | 5  | 5  |

|      |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 25   | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 26   | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 27   | 4 | 5 | 5 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 5 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 28   | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 29   | 3 | 5 | 5 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 5 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 30   | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 31   | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 32   | 1 | 1 | 5 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 5 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 33   | 4 | 1 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 2 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 5 | 1 | 5 | 5 | 5 |
| 34   | 5 | 1 | 1 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 35   | 5 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 1 | 5 | 3 | 2 | 4 | 4 | 5 | 1 | 5 | 5 | 5 |
| 36   | 5 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 2 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 37   | 1 | 1 | 5 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 38   | 4 | 1 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 5 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 39   | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 40   | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 4 | 2 | 4 | 5 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| Tota | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| l    | 4 | 2 | 6 | 5 | 5 | 4 | 3 | 0 | 2 | 3 | 5 | 2 | 4 | 4 | 5 | 4 | 2 | 3 | 5 | 2 | 2 | 1 | 0 | 2 | 3 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 |
|      | 6 | 0 | 6 | 1 | 0 | 2 | 2 | 6 | 8 | 1 | 0 | 7 | 6 | 6 | 0 | 2 | 7 | 0 | 3 | 1 | 8 | 9 | 6 | 1 | 5 | 1 | 8 | 6 | 2 | 6 |



**Lampiran 8. Hasil Rekapitulasi Data *Pre-test* dan *Post-test***



| NO | Pretest | Posttest |
|----|---------|----------|
| 1  | 123     | 146      |
| 2  | 101     | 120      |
| 3  | 117     | 166      |
| 4  | 98      | 151      |
| 5  | 111     | 150      |
| 6  | 132     | 142      |
| 7  | 116     | 132      |
| 8  | 111     | 106      |
| 9  | 94      | 128      |
| 10 | 120     | 131      |
| 11 | 119     | 150      |
| 12 | 124     | 127      |
| 13 | 100     | 146      |
| 14 | 121     | 146      |
| 15 | 113     | 150      |
| 16 | 118     | 142      |
| 17 | 107     | 127      |
| 18 | 142     | 130      |
| 19 | 96      | 153      |
| 20 | 130     | 121      |
| 21 | 120     | 128      |
| 22 | 131     | 119      |
| 23 | 108     | 106      |
| 24 | 125     | 121      |
| 25 | 107     | 135      |
| 26 | 143     | 151      |
| 27 | 131     | 148      |
| 28 | 103     | 156      |
| 29 | 128     | 152      |
| 30 | 122     | 156      |

### Lampiran 9. Hasil Uji Efektivitas dengan Program SPSS

Case Processing Summary

|          | Cases |         |         |         |       |         |
|----------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
|          | Valid |         | Missing |         | Total |         |
|          | N     | Percent | N       | Percent | N     | Percent |
| Pretest  | 30    | 100.0%  | 0       | .0%     | 30    | 100.0%  |
| Posttest | 30    | 100.0%  | 0       | .0%     | 30    | 100.0%  |



**Descriptives**

|   |   | Statistic   | Std. Error |         |
|---|---|-------------|------------|---------|
| Pretest                                 | Mean                                    | 1.1703E2    | 2.36424    |         |
|   | 95% Confidence Interval for Lower Bound | 1.1220E2    |            |         |
|   | Mean                                    | Upper Bound | 1.2187E2   |         |
|   | 5% Trimmed Mean                         | 1.1685E2    |            |         |
|   | Median                                  | 1.1850E2    |            |         |
|   | Variance                                | 167.689     |            |         |
|   | Std. Deviation                          | 1.29495E1   |            |         |
|   | Minimum                                 | 94.00       |            |         |
|   | Maximum                                 | 143.00      |            |         |
|   | Range                                   | 49.00       |            |         |
|   | Interquartile Range                     | 18.75       |            |         |
|   | Skewness                                | .054        | .427       |         |
|   | Kurtosis                                | -.549       | .833       |         |
|   | Posttest                                | Mean        | 1.3787E2   | 2.80752 |
| 95% Confidence Interval for Lower Bound |   | 1.3212E2    |            |         |
| Mean                                    |   | Upper Bound | 1.4361E2   |         |
| 5% Trimmed Mean                         |   | 1.3826E2    |            |         |
| Median                                  |   | 1.4200E2    |            |         |
| Variance                                |   | 236.464     |            |         |
| Std. Deviation                          |   | 1.53774E1   |            |         |
| Minimum                                 |   | 106.00      |            |         |
| Maximum                                 |   | 166.00      |            |         |
| Range                                   |   | 60.00       |            |         |
| Interquartile Range                     |   | 23.25       |            |         |
| Skewness                                |   | -.397       | .427       |         |
| Kurtosis                                |   | -.613       | .833       |         |

### Tests of Normality

|          | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |       | Shapiro-Wilk |    |      |
|----------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|
|          | Statistic                       | df | Sig.  | Statistic    | df | Sig. |
| Pretest  | .068                            | 30 | .200* | .977         | 30 | .738 |
| Posttest | .168                            | 30 | .030  | .946         | 30 | .133 |

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

### One-Sample Statistics

|          | N  | Mean     | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|----------|----|----------|----------------|-----------------|
| Posttest | 30 | 1.3787E2 | 15.37740       | 2.80752         |

### One-Sample Test

|          | Test Value = 130 |    |                 |                 |   |         |
|----------|------------------|----|-----------------|-----------------|---|---------|
|          | t                | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |         |
|          |                  |    |                 |                 | Lower                                     | Upper   |
| Posttest | 2.802            | 29 | .009            | 7.86667         | 2.1247                                    | 13.6087 |

## Lampiran 10. Kartu Bimbingan

KARTU BIMBINGAN MAHASISWA



OLEH :

Ni Wayan Suai  
1711011019

DOSEN PEMBIMBING I : Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M. Pd., Kons  
DOSEN PEMBIMBING II : Gede Nugraha Sudarsana, S. Psi, M.Pd



UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI BIMBINGAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING  
SINGARAJA





2021

Activ  
Go to!

| PEMBIMBING I |            |                          |  |     | PEMBIMBING II |           |                          |  |     |
|--------------|------------|--------------------------|--|-----|---------------|-----------|--------------------------|--|-----|
| No           | Tanggal    | Materi Bimbingan         | Komentar Pembimbing  | Ttd | No            | Tanggal   | Materi Bimbingan         | Komentar Pembimbing  | Ttd |
| 1            | 21-12-2020 | Perumusan Judul Proposal | Judul yang sudah diajukan, direvisi menja di pengembangan model konseling berbasis <i>website</i> .  |     | 1             | 4-1-2021  | Perumusan Judul Proposal | Cermati kembali terkait redaksi judul mengenai penempatan buku panduan atau model konseling agar tepat dengan (kata-kata) <i>website</i> dalam judul.  |     |
| 2            | 5-1-2021   | Judul Proposal           | Revisi Teknik konseling yang tepat digunakan untuk pengembangan konseling behaviorial berbasis <i>website</i> .  |     | 2             | 31-3-2021 | Draf Proposal            | Perbaiki di kata-kata "pengembangan" disesuaikan menjadi efektivitas dengan alasan karena di proposal untuk model dan alat ukur itu didapatkan dari yang sudah ada dan tidak ada dirubah.          |     |
| 3            | 8-2-2021   | Draf Proposal            | 1. Pembahasan variabel dalam latar belakang masih kurang dan cantumkan pengertian BK bersumber dari Permendikbud 111<br>2. Perbaiki identifikasi masalah<br>3. Perbaiki di Bab 2, terkait penempatan seharusnya yang pertama itu tentang |     | 3             | 20-4-2021 | Draf Proposal            | Lengkapi di Bab 3 terkait penjelasan di bagian kisi-kisi kuesioner yang dibuat dan isi catatan bahwa akan dilakukan uji judges kedepannya agar mengetahui butir pernyataan yang relevan mau tidak. |     |

Activ  
Go to!

|   |           |               |   |  |   |          |         |  |   |
|---|-----------|---------------|---|--|---|----------|---------|--|---|
|   |           |               | kecemasan, behavioral teknik DS baru tentang bimbingan konseling berbasis <i>website</i><br>4. Langkah-langkah dalam bab 3 yang belum sesuai dan menyarankan penggunaan instrument yang sebelumnya sudah ada.   |  | 4 | 8-7-2021 | Skripsi | 1. Silakan lanjutkan untuk uji validasi panduan<br>2. Lanjutkan untuk melakukan pengambilan data |  |
| 4 | 29-3-2021 | Draf proposal | 1. Perbaiki di bagian tujuan penelitian<br>2. Lengkapi Bab 3 di bagian prosedur pengembangan, tentukan jumlah ahli pakar dan subjek yang akan dijadikan untuk uji coba produk<br>3. Lengkapi di bagian analisis data, tambahkan untuk uji efektivitasnya. |  | 5 | 8-7-2021 | Skripsi | 1. Silakan lanjutkan untuk uji validasi panduan<br>2. Lanjutkan untuk melakukan pengambilan data |  |

|   |           |                               |   |  |   |           |                             |  |   |
|---|-----------|-------------------------------|---|--|---|-----------|-----------------------------|--|---|
| 5 | 4-4-2021  | Draf Proposal                 | Lanjut ke Seminar Proposal dan lengkapi prosedur daftar seminar   |  | 6 | 20-6-2021 | Pengembangan Produk Panduan | 1. Jelaskan kembali untuk langkah-langkah mengikuti konseling online pada panduan<br>2. Siapkan konten-konten untuk mengisi web yang digunakan |    |
| 6 | 20-6-2021 | Pengembangan Produk (Panduan) | 1. Siapkan panduan dan lengkapi dengan langkah-langkah konseling online.<br>2. Mengisi <i>schoolgy</i> dengan konten-konten yang berkaitan dengan Panduan |  | 7 | 21-6-2021 | Schoolgy dan Panduan        | Lengkapi panduan dengan langkah-langkah mengakses <i>schoolgy</i> bagi siswa   |  |
|   |           |                               |   |  | 8 | 12-7-2021 | Skripsi Bab 4 dan 5         | Lengkapi kembali untuk prosedur pengembangan yang digunakan  |  |
|   |           |                               |   |  | 9 | 20-7-2021 | Skripsi                     | Lanjut daftar sidang skripsi dan lengkapi prosedur pendaftaran   |  |




|   |           |                        |   |  |
|---|-----------|------------------------|---|--|
| 7 | 21-6-2021 | Schoology dan Panduan  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lengkapi lagi konten schoology</li> <li>2. Lengkapi panduan dengan langkah-langkah mengakses schoology</li> <li>3. Buat video tutorial teknik yang digunakan</li> </ol> |  |
| 8 | 11-7-2021 | Pembahasan untuk bab 4 | Tambahkan uji kelayakan panduan untuk diberikan ke siswa untuk mengetahui kelayakan produk yang dibuat  |  |

Activa

|    |           |               |  |  |
|----|-----------|---------------|--|--|
| 9  | 18-7-2021 | Skripsi Bab 4 | Silakan perbaiki tata penulisannya lagi dan tambahkan grafik rata untuk di uji efektivitas |  |
| 10 | 20-7-2021 | Skripsi       | Lanjut ke sidang skripsi dan lengkapi prosedur pendaftaran                                 |  |

## Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan Penelitian



▼ Course Options

- Materials
- Updates
- Gradebook
- Grade Setup
- Badges
- Attendance
- Members

Access Code

98TF-SVPM-H2ZPG

[Reset](#)

### Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis: SMP (suari01)

Universitas Pendidikan Ganesha

Add Materials ▼
Options ▼

---

All Materials ▼

- Pengantar Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis ⚙️
- Pertemuan Tatap Maya 1 ⚙️
- Link Google Form Test Awal ⚙️
- Test Awal Tingkat Kecemasan dalam Belajar ⚙️
- Pemaknaan Hasil Tes Awal Tingkat Kecemasan dalam Belajar ⚙️
- Halo Adik-adik yang berbahagia :)  
Semoga selalu dalam keadaan sehat ya!  
Nah, bagaimana nih perasaan Adik-adik setelah mengisi Tes Awal Tingkat Kecemasan dalam Belajar ? pasti deg-degan dengan...
- Pertemuan Tatap Maya 2 ⚙️
- Latihan Teknik Desensitisasi Sistematis ⚙️
- Video Tutorial Kons Teknik DS 7 MB ⚙️

📧 Notifications

- Updates
- Gradebook
- Grade Setup
- Badges
- Attendance
- Members

Access Code

98TF-SVPM-H2ZPG

[Reset](#)

- Putu Okan Andika Candra ⚙️
- Gung Ani ⚙️
- Putu Dimas Arya Dharmayasa ⚙️
- Ni Putu Ayu Anggreni ⚙️
- Nalya Chelsea Berliana Putri ⚙️
- Clayvio Chrystie ⚙️
- Julia Diana ⚙️
- angela dningrat ⚙️
- IGA Divani ⚙️
- Kadek Riana Dwi Suwartami ⚙️
- Adinda Gede sugiasa ⚙️
- Anak Agung Ratih Hardi Maheswari ⚙️

Access Code

98TF-SVPM-H2ZPG [Reset](#)

Require approval

Parent Access Codes

- Updates
- Gradebook
- Grade Setup
- Badges
- Attendance
- Members

Access Code

98TF-SVPM-H2ZPG

[Reset](#)

### Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis: SMP (suari01)

Universitas Pendidikan Ganesha

Add Materials ▼
Options ▼

---

All Materials ▼

- Pengantar Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis ⚙️
- Pertemuan Tatap Maya 1 ⚙️
- Link Google Form Test Awal ⚙️
- Test Awal Tingkat Kecemasan dalam Belajar ⚙️
- Pemaknaan Hasil Tes Awal Tingkat Kecemasan dalam Belajar ⚙️
- Halo Adik-adik yang berbahagia :)  
Semoga selalu dalam keadaan sehat ya!  
Nah, bagaimana nih perasaan Adik-adik setelah mengisi Tes Awal Tingkat Kecemasan dalam Belajar ? pasti deg-degan dengan...
- Pertemuan Tatap Maya 2 ⚙️
- Latihan Teknik Desensitisasi Sistematis ⚙️
- Video Tutorial Kons Teknik DS 7 MB ⚙️

📧 Notifications

- Updates
- Gradebook
- Grade Setup
- Badges
- Attendance
- Members

Access Code

98TF-SVPM-H2ZPG

[Reset](#)

- Putu Okan Andika Candra ⚙️
- Gung Ani ⚙️
- Putu Dimas Arya Dharmayasa ⚙️
- Ni Putu Ayu Anggreni ⚙️
- Nalya Chelsea Berliana Putri ⚙️
- Clayvio Chrystie ⚙️
- Julia Diana ⚙️
- angela dningrat ⚙️
- IGA Divani ⚙️
- Kadek Riana Dwi Suwartami ⚙️
- Adinda Gede sugiasa ⚙️
- Anak Agung Ratih Hardi Maheswari ⚙️

Access Code

98TF-SVPM-H2ZPG [Reset](#)

Require approval

Parent Access Codes

Activate Windows  
Go to Settings to activate W

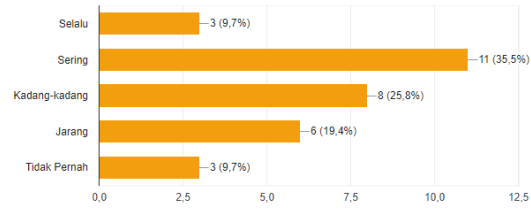
Activate Windows  
Go to Settings to activate W



Pertanyaan Jawaban 31

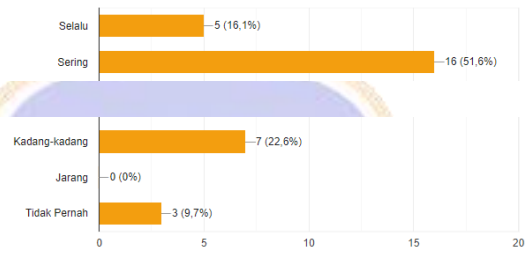
1. Saya merasa tenang ketika guru menjelaskan materi pelajaran di kelas.

31 jawaban



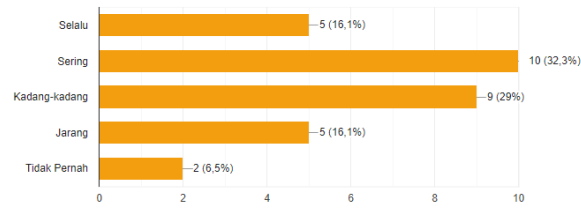
2. Saya merasa gelisah ketika saya belum mengerjakan tugas sekolah.

31 jawaban



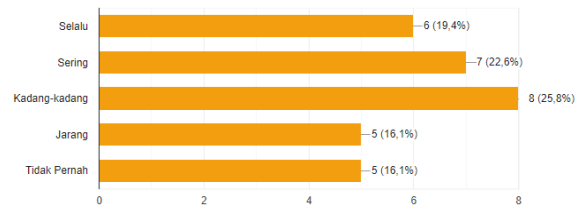
3. Saya merasa tidak nyaman ketika belajar dengan banyak orang.

31 jawaban



4. Ketika pembelajaran sudah akan dimulai, Saya menghindari hal-hal yang dapat mengganggu belajar saya.

31 jawaban

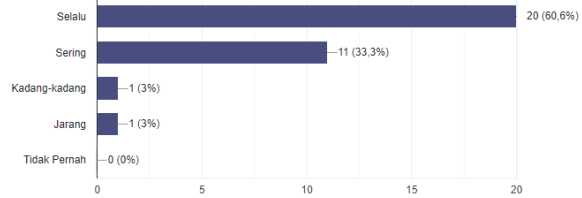


Activate Windows  
Go to Settings to activate Windows.

Activate Windows  
Go to Settings to activate Windows.

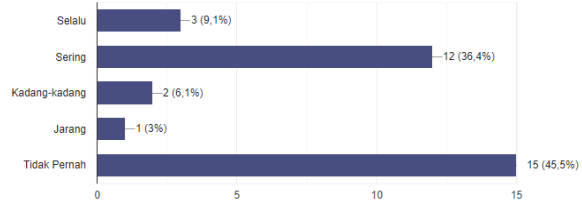
1. Saya merasa tenang ketika guru menjelaskan materi pelajaran di kelas.

33 jawaban



2. Saya merasa gelisah ketika saya belum mengerjakan tugas sekolah.

33 jawaban



01 SHORT ANSWER/ESSAY

2. Perubahan yang dirasakan setelah mengikuti proses konseling!

Adanya perubahan perilaku kearah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.

10 / 10000 Word Limit

/1

Add Feedback

02 SHORT ANSWER/ESSAY

1. Usahan yang dilakukan setelah mengikuti proses konseling!

Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadahi.

7 / 10000 Word Limit

/1

Add Feedback

Activate Windows  
Go to Settings to activate Windows



01 SHORT ANSWER/ESSAY

4. Tuliskan saran-saran Anda terhadap upaya perbaikan pelaksanaan proses konseling behavioral teknik desensitisasi sistematis ini di masa yang akan datang !

Saran saya untuk masa yang akan datang semoga orang-orang bisa lebih banyak lagi untuk mengikuti konseling behavioral teknik desensitisasi ini dan melakukannya dalam menghadapi suatu permasalahan

27 / 10000 Word Limit

— /1

[Add Feedback](#)



2. Bagaimana keberhasilan Anda dalam melatih dan menggunakan teknik desensitisasi sistematis yang telah diaplikasikan dalam proses konseling ini ?

Bisa dikatakan berhasil karena teknik desensitisasi sistematis ini sangat gampang untuk dicoba dan bisa dilakukan dimana saja

17 / 10000 Word Limit

— /1

[Add Feedback](#)

03 SHORT ANSWER/ESSAY

1. Bagaimana perasaan Anda selama mengikuti proses konseling behavioral teknik desensitisasi sistematis dari awal pertemuan hingga akhir pertemuan ?

Perasaan yang awalnya cemas menjadi lebih relax

7 / 10000 Word Limit

— /1

[Add Feedback](#)

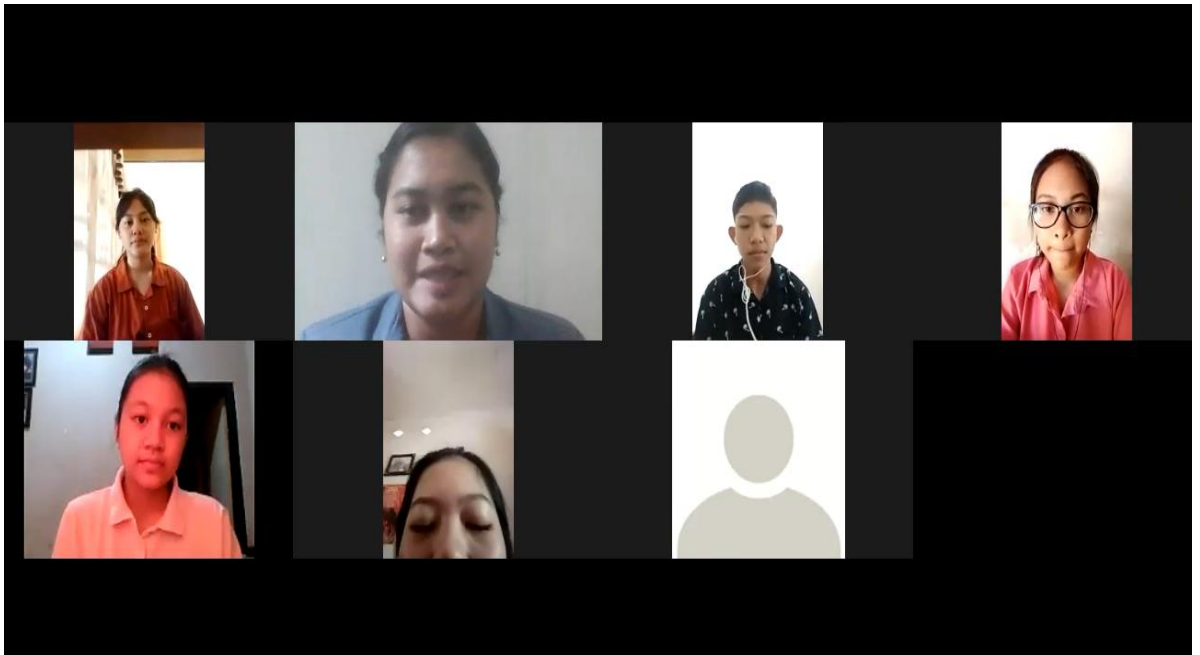
3. Bagaimanakah kesan dan pesan Anda setelah mengikuti proses konseling ini ?

Kesan: saya sangat senang mengikuti proses konseling ini karena banyak sekali ilmu baru yang saya dapatkan begitu juga teman baru

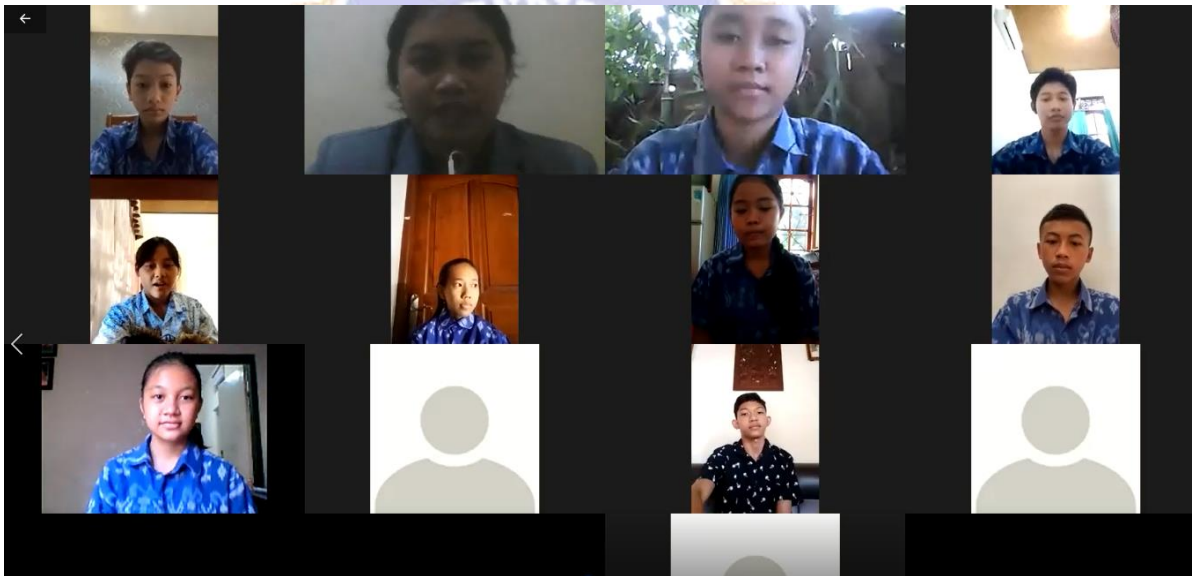
Pesan: semoga teman teman yang merasa cemas terhadap masalah yang diterima, kalian bisa mengikuti konseling agar kalian bisa lebih relax

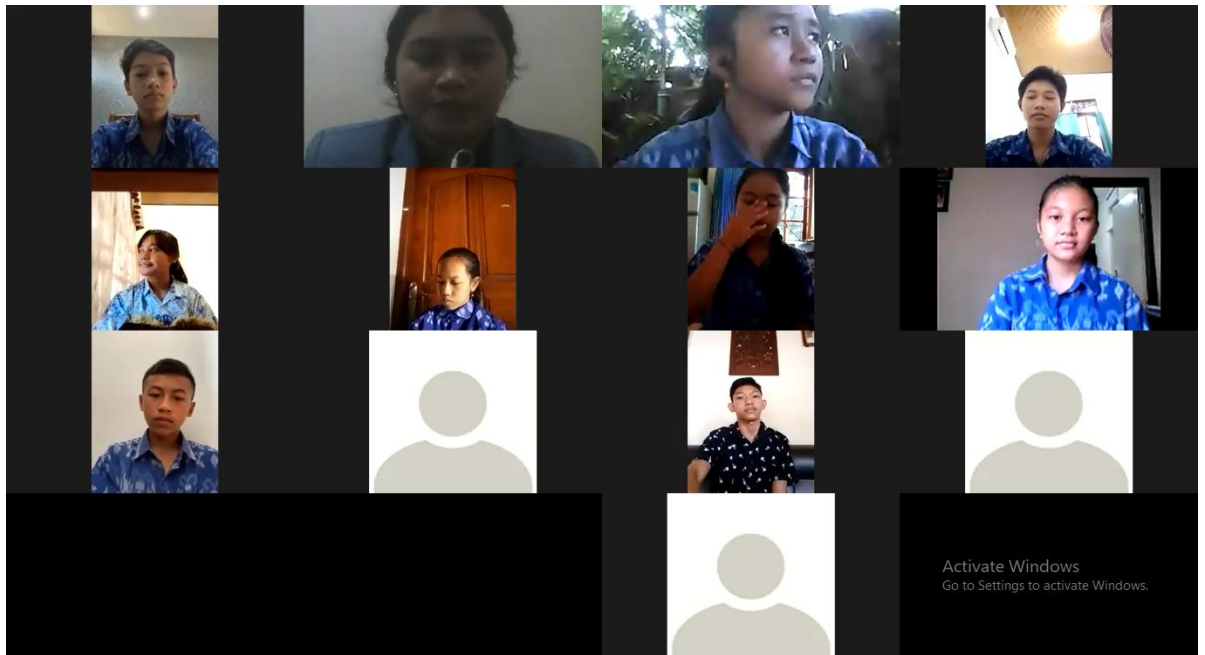
39 / 10000 Word Limit

— /1  
Add Feedback



A screenshot of a Schoology course page. The browser tabs at the top include 'Learning Management System', 'Konseling Behavioral Teknik', '(1) WhatsApp', 'Post Attendee - Zoom', and 'Drive Saya - Google Drive'. The URL is 'https://app.schoology.com/course/5094339289/materials'. The page title is 'Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis: SMP (suari01)' by Universitas Pendidikan Ganesha. The main content area lists materials: 'Pengantar Konseling Behavioral Teknik Desensitisasi Sistematis', 'Pertemuan Tatap Maya 1', 'Link Google Form Test Awal', 'Test Awal Tingkat Kecemasan dalam Belajar', 'Pemaknaan Hasil Tes Awal Tingkat Kecemasan dalam Belajar', and 'Pertemuan Tatap Maya 2'. A 'Reminders' section is partially visible on the right. A Zoom meeting overlay is present on the right side of the page, showing a grid of participants similar to the one in the image above. An 'Access Code' box shows '98TF-SVPM-H2ZPG'. A Windows watermark 'Activate Windows' is visible at the bottom right.





Nama: Kadek Nandhi Natha Losmana  
Kelas: IX A6

"Kecemasan dalam Belajar"

kecemasan yang saya hadapi saat pembelajaran dimulai yaitu pada saat presentasi, saat berdiri di depan memulai presentasi yang dilihat oleh teman-teman dan guru mata pelajaran membuat saya tidak bisa berkonsentrasi penuh dan pada akhirnya saya lupa apa yang saya pelajari dan hapalkan kemarin. Hal itu membuat saya cemas, cemas terhadap nilai yang kecil serta cemas dengan masa depan yang tidak sesuai ekspektasi.