

Lampiran 1. Surat Pengantar Penelitian



FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI, DAN KESEHATAN UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

Jl. Adi Sucipto No. 154, Jajar, Solo 57144
Tel. (0271) 743493, 743494, Fax. (0271) 742047
email: Fstik@usahidsolo.ac.id, website: www.usahidsolo.ac.id

Nomor : 601/FSTK/D/Usahid-Ska/X/2025
Lampiran :
Perihal : Permohonan Studi Pendahuluan

Kepada Yth.
Bapak/Ibu Pimpinan SMA N 1 GONDANG
JL. WISMA PEQJA, GONDANG, KEC. GONDANG
KABUPATEN SRAGEN, JAWA TENGAH 57254

Dengan hormat,

Salam sejahtera kami sampaikan semoga kita selalu dalam lindungan-Nya. Aamiin. Bersama surat ini kami Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta bermaksud untuk mengajukan Permohonan Studi Pendahuluan dari penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa :

Nama	: DEVA ANIFIA
Nomor Induk Mahasiswa	: 2022121055
Program Studi	: Keperawatan
Waktu Penelitian	: 09 Oktober 2025 s/d 09 Oktober 2025
Judul Skripsi	: PENGARUH SELF-LOVE BERBASIS COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA DI SMA N 1 GONDANG

Demikian atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami mengucapkan terima kasih.

Surakarta, 7 Oktober 2025
Mengetahui,
Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan



Apt. Ahwan, S.Farm., M.Sc.
NIDN. 0626088401



Tembusan :
- Arsip Fakultas.

Lampiran 2. Surat Balasan Pengantar Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN
**SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
GONDANG**

Jalan Wisma Praja Nomor 35 Gondang, Sragen Kode Pos 57254 Telepon 0271-887113
Laman : <http://sman1gondang.sch.id> Pos-el smango.sragen@gmail.com

No : 400.3.8/3839.1/2025
Lamp : -
Hal : Balasan Permohonan Studi Pendahuluan

Kepada :
Yth. Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta
Di Tempat

Dengan hormat,

Menindaklanjuti surat dari Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta Nomor: 601/FSTK/Usahid-Ska/IX/2025 tanggal 7 Oktober 2025 perihal Permohonan Studi Pendahuluan, dengan ini kami memberikan izin kepada mahasiswa:

Nama : Deva Aniffia
NIM : 2022121055
Program Studi : Keperawatan

untuk melaksanakan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Gondang pada tanggal 9 Oktober 2025 dengan judul:

"Pengaruh Self-Love Berbasis Cognitive Behavior Therapy terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMAN 1 Gondang."

Dalam pelaksanaan kegiatan tersebut, yang bersangkutan wajib mematuhi tata tertib dan ketentuan yang berlaku di SMA Negeri 1 Gondang serta menjaga etika penelitian dan kerahasiaan data yang diperoleh.

Demikian surat persetujuan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami sampaikan terima kasih.

Gondang, 10 Oktober 2025



Dra. Reti Marga Sulistyawati, M.Pd
Pembina Utama Muda
NIP. 19670121 199203 2 007

Lampiran 3. Lembar Surat *Ethical Clearance Letter* (EC)

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ IZIN ETIK PENELITIAN Nomor Registrasi: KEPK/UMP/275/II/2026 Judul Penelitian : PENGARUH <i>SELF LOVE</i> BERBASIS <i>COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY</i> TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA KELAS X SMA N 1 GONDANG Dokumen Penerimaan : 1. Study Protocol 2. Informasi Subyek 3. Informed Consent Peneliti Utama : DEVA ANIFIA Pembimbing/Supervisor : 1. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns. MKM 2. Ns. Etty Eriyanti, S.Kep., M.Kep Tanggal Penerimaan : 19 Februari 2026 Lokasi Penelitian : SMA N 1 GONDANG Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto (KEPK-UMP) telah memeriksa rancangan penelitian terkait berdasarkan prinsip-prinsip <i>ethical research</i>, oleh karena itu dapat diakui kebenarannya. Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto (KEPK-UMP) berhak melakukan monitoring terhadap aktifitas penelitian kapan saja diperlukan. Keputusan investigasi: ☒ Final Complete Ketua  Assoc. Prof. Dr. Ns. Umi Solikhah NIDN. 0622087401 	Kampus Ahmad Dahlan Jl. K.H. Ahmad Dahlan PO. Box 202 Purwokerto 53182 Telp. 0281- 636751, 630463 Fax. 0281- 637239 Kampus Soepardjo Roestam Jl. Teljen Soepardjo Roestam PO. Box 229 Purwokerto 53181 Telp. 0281- 6844252, 6844253 Fax. 0281- 6844253
---	---	--

www.ump.ac.id

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian



**FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI, DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

Jl. Adi Sucipto No. 154, Jajar, Solo 57144
Tel. (0271) 743493, 743494, Fax. (0271) 742047
email: Fstk@usahidsolo.ac.id, website: www.usahidsolo.ac.id

Nomor : 155/FSTK/D/Usahid-Ska/III/2026
Lampiran :
Perihal : Permohonan Pengantar Penelitian

Kepada Yth.

Bapak/Ibu Pimpinan SMA N 1 Gondang

**Jl. Wisma Praja No. 35, Gondang, Kec. Gondang,
Kab. Sragen, Jawa Tengah.**

Dengan Hormat,

Kami dari Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan, Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta, dengan ini mengajukan permohonan izin penelitian untuk mahasiswa kami yang bernama:

Nama : Deva Anifia
NIM : 2022121055
Program Studi : Keperawatan
Waktu Penelitian : 27/04/2026 s/d 30/05/2026
Judul Penelitian : Pengaruh Self Love Berbasis Cognitive Behavior Therapy Terhadap Kesehatan Mental Remaja Kelas X SMA N 1 Gondang

Mahasiswa tersebut di atas bermaksud untuk melaksanakan penelitian sebagai bagian dari tugas akhir/skripsi/kegiatan alternatif lain pengganti skripsi dalam rangka menyelesaikan studi di Universitas Sahid Surakarta. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa kami akan mengikuti prosedur dan peraturan yang berlaku di instansi/perusahaan Bapak/Ibu serta menjaga kerahasiaan data yang diperoleh sesuai dengan etika penelitian.

Kami sangat berharap Bapak/Ibu dapat memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami untuk melaksanakan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami sampaikan terima kasih.

Demikian atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami mengucapkan terima kasih.

Surakarta, 23 April 2026
Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan



Apt. Ahwan, S.Farm., M.Sc.
NIDN. 0626088401



Tembusan :
- Asip Fakultas.

Lampiran 5. Surat Balasan Izin Penelitian

**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH**
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
GONDANG
Jalan Wisma Praja Nomor 35 Gondang, Sragen Kode Pos 57254 Telepon 0271-887113
Laman <https://smn1gondang.sch.id> Pos-el smango.sragen@gmail.com

No : 400.3.8/223.1/2026
Lamp : -
Hal : Balasan Permohonan Izin Penelitian

Kepada :
Yth. Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta
Di Tempat

Dengan hormat,

Menindaklanjuti surat dari Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta Nomor: 155/FSTK/DA/Usahid-Ska/III/2026 tanggal 23 April 2026 perihal Permohonan Pengantar Penelitian, dengan ini kami menyatakan bahwa SMA Negeri 1 Gondang memberikan izin kepada:

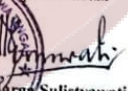
Nama : Deva Anifia
NIM : 2022121055
Program Studi : Keperawatan

untuk melaksanakan penelitian di SMA Negeri 1 Gondang pada tanggal 27 April 2026 sampai dengan 30 Mei 2026 dengan judul penelitian:

"Pengaruh Self Love Berbasis Cognitive Behavior Therapy terhadap Kesehatan Mental Remaja Kelas X SMA N 1 Gondang."

Kami berharap selama pelaksanaan penelitian, yang bersangkutan dapat mematuhi tata tertib dan ketentuan yang berlaku di SMA Negeri 1 Gondang serta menjaga etika penelitian dan kerahasiaan data yang diperoleh.

Demikian surat persetujuan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerja sama yang baik, kami sampaikan terima kasih.

Gondang, 24 April 2026
Kepala Sekolah

Dra. Beti Marga Sulistyawati, M.Pd
Kepala Sekolah Muda
D. Sp. Pa. 19670121 199203 2 007

Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 GONDANG
Jalan Wisma Praja Nomor 35, Gondang, Kabupaten Sragen, Jawa Tengah Kode Pos 57254,
Telepon 0271-887113, Faksimile 0271-887113, laman www.sman1gondang.sch.id,
Email: humas@sman1gondang.sch.id



SURAT KETERANGAN

Nomor: 400.3.8/409/2026

Yang Bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Teguh Prayitno, S.Pd., M.Pd.
NIP : 19700511 200008 1 002
Pangkat/Gol : Pembina Utama Muda/IV/c
Jabatan : Plt. Kepala SMAN 1 Gondang

Menerangkan dengan sesungguhnya, bahwa :

Nama : Deva Anifia
NIM : 2022121055
Program Studi : Keperawatan
Judul penelitian : Pengaruh Self-Love Berbasis Cognitive Behavior Therapy terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA N 1 Gondang.

Telah melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Gondang mulai tanggal 27 April 2026 sampai dengan 30 Mei 2026.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sragen, 20 Juli 2026

Plt. Kepala Sekolah



Teguh Prayitno, S.Pd., M.Pd.
Pembina Utama Muda
NIP. 19700511 200008 1 002

Lampiran 7. Surat Persetujuan *Expert Judgment*



SURAT PERSETUJUAN *EXPERT JUDGMENT*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Indriyati, S.Kep., Ns. M.Psi

NIP : 0624108702

I. Petunjuk

1. Mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menilai materi modul yang berjudul : *Aku Berharga: Panduan Self Love* untuk Remaja.
2. Bapak/Ibu dapat memberikan penilaian dengan cara tanda centang (✓) pada kolom yang disediakan.
3. Mohon memberikan saran umum pada tempat yang telah disediakan.
4. Keterangan skala penilaian
SB = Sangat Baik
B = Baik
K = Kurang
SK = Sangat Kurang
5. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar evaluasi ini.

II. Table Penilaian

No.	Indicator	Pernyataan	Skor Penilaian			
			SB	B	K	SK
1.	Kesesuaian materi dengan judul buku	Kelengkapan materi		✓		
		Keluasan materi		✓		
		Kedalaman materi		✓		
		Kesesuaian materi dengan konsep <i>self love</i> berbasis CBT	✓			
2.	Keakuratan materi	Keakuratan konsep dan definisi	✓			
		Keakuratan teori CBT yang digunakan		✓		
		Keakuratan contoh dan Latihan yang diberikan		✓		
3.	Kemutakhiran materi	Kesesuaian materi dengan perkembangan ilmu terkini	✓			
		Kemutakhiran referensi yang digunakan	✓			
4.	Bahasa	Bahasa mudah dipahami remaja	✓			
		Kalimat yang digunakan efektif dan komunikatif	✓			
		Istilah CBT dijelaskan dengan jelas		✓		
5.	Penyajian materi	Urutan penyajian materi sistematis dan logis	✓			

		Kejelasan tujuan setian bagian materi				
--	--	--	--	--	--	--

SARAN UMUM :

Disarankan untuk menambahkan lembar refleksi,
jurnal harian agar dapat melihat perkembangan
best love yang telah dilakukan

III. Penilaian Terhadap Instrument

- ☐ Sangat Valid
☒ Valid
☐ Tidak Valid
☐ Sangat Tidak Valid

Surakarta, 17 Juni 2026.

Indriyati, S.Kep., Ns. M.Psi

NIP. 0624108702

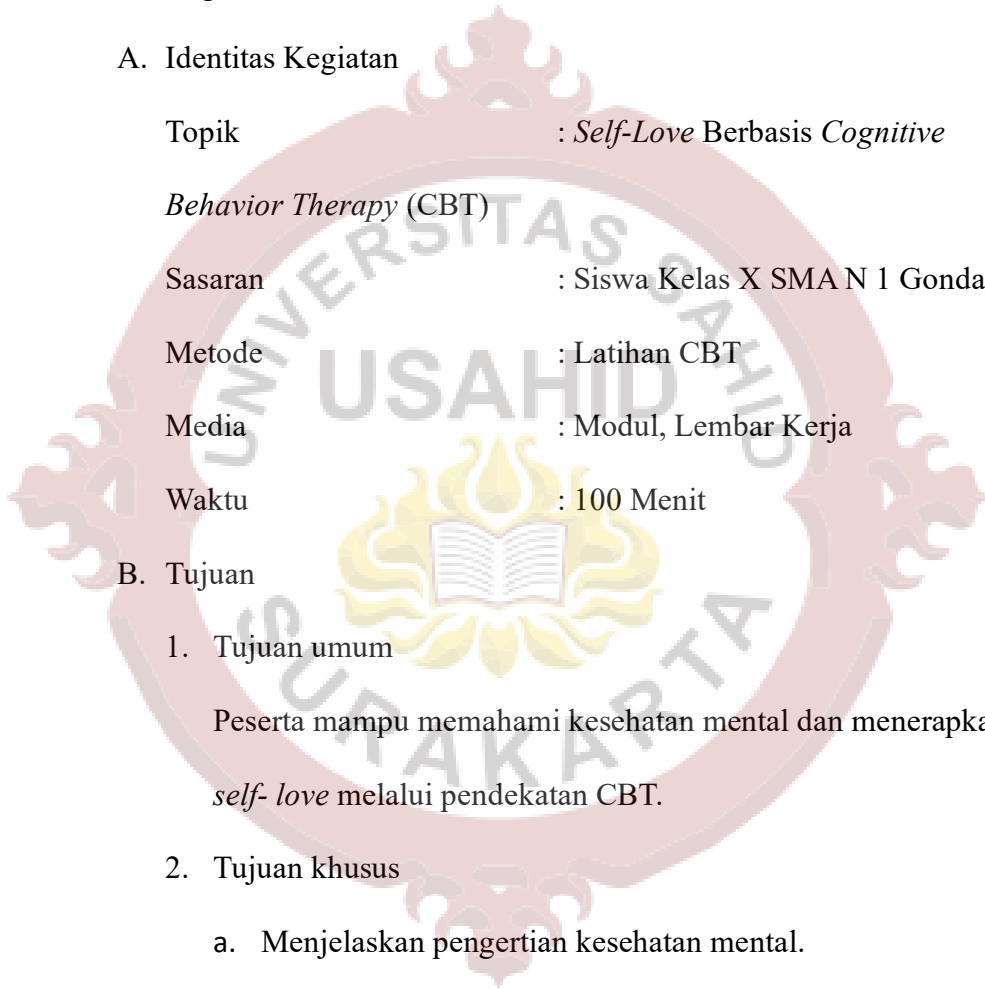
[illegible][illegible][illegible]

Lampiran 9. SAP

SATUAN ACARA PENYULUHAN *SELF-LOVE* BERBASIS *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY*

I. Kelompok Intervensi

A. Identitas Kegiatan



Topik	: <i>Self-Love</i> Berbasis <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT)
Sasaran	: Siswa Kelas X SMAN 1 Gondang
Metode	: Latihan CBT
Media	: Modul, Lembar Kerja
Waktu	: 100 Menit

B. Tujuan

1. Tujuan umum

Peserta mampu memahami kesehatan mental dan menerapkan *self-love* melalui pendekatan CBT.

2. Tujuan khusus

- a. Menjelaskan pengertian kesehatan mental.
- b. Menjelaskan pengertian *self-love*.
- c. Mengidentifikasi pikiran negatif.
- d. Mengubah pikiran negatif menjadi pikiran positif.
- e. Membuat afirmasi positif.

C. Materi

1. Konsep *self-love* pada Remaja

2. *Self-love* Berbasis CBT
3. Mengenali Pikiran Negatif
4. Menentang Pikiran Negatif
5. *Self-Compassion*
6. *Behavioral Activation*
7. *Core Belief*
8. *Journaling self-love*
9. Afirmasi Realistis
10. Evaluasi Mingguan *self-love*
11. Manfaat *self-love* terhadap Kesehatan Mental Remaja

D. Metode

Latihan CBT

E. Media

Modul dan bolpoint

F. Langkah Kegiatan

Tahap	Kegiatan Fasilitator	Kegiatan Peserta	Waktu
Pembukaan	Salam, perkenalan, kontrak waktu, menjelaskan tujuan kegiatan	Menyimak	10 menit
<i>Pretest</i>	Membagikan kuesioner MHI-38	Mengisi kuesioner	15 menit
Penyampaian Materi	Menjelaskan kesehatan mental dan <i>self love</i>	Mendengarkan	15 menit

Identifikasi Pikiran Negatif	Membimbing peserta mengenali pikiran negatif	Menuliskan pikiran negatif	15 menit
Restrukturisasi Kognitif	Membimbing perubahan pikiran negatif menjadi realistis	Latihan CBT	20 menit
Latihan <i>Self Love</i>	Membimbing membuat daftar kelebihan dan afirmasi positif	Menulis afirmasi positif	15 menit
Evaluasi	Tanya jawab materi	Menjawab pertanyaan	5 menit
Penutup	Kesimpulan dan salam	Mendengarkan	5 menit

G. Evaluasi

1. Evaluasi struktur

- a. Peserta hadir sesuai jumlah.
- b. Media tersedia dan berfungsi.

2. Evaluasi proses

- a. Peserta aktif mengikuti kegiatan.
- b. Peserta mengikuti latihan CBT.

3. Evaluasi hasil

- a. Peserta mampu membuat afirmasi positif.
- b. Terdapat peningkatan skor kesehatan mental pada posttest.

II. Kelompok Kontrol

A. Identitas

Topik : Pengukuran Kesehatan Mental Remaja

Metode : Pengisian Kuesioner

Media : Kuesioner MHI-38

Waktu : 30 Menit

B. Tujuan

1. Mengukur kesehatan mental sebelum penelitian.
2. Mengukur kesehatan mental sesudah penelitian.
3. Membandingkan hasil dengan kelompok intervensi.

C. Langkah Kegiatan

Tahap	Kegiatan Peneliti	Kegiatan Responden	Waktu
Pembukaan	Menjelaskan tujuan penelitian	Mendengarkan	5 menit
<i>Pretest</i>	Membagikan MHI-38	Mengisi kuesioner	15 menit
Masa Penelitian	Tidak ada perlakuan/intervensi	Aktivitas sekolah seperti biasa	1 hari
<i>Posttest</i>	Membagikan kembali MHI-38	Mengisi kuesioner	15 menit
Penutup	Ucapan terima kasih	Mendengarkan	5 menit

Lampiran 10. Lembar Penjelasan (*Information for consent*)



LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Information for Consent

Information for Consent ini diperuntukkan bagi calon responden yang saya undang untuk berpartisipasi dalam penelitian saya:

Peneliti : Deva Anifia

Alamat Instansi : Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta
Jl. Adisucipto 154 Solo 57144, Indonesia

Information for Consent atau lembar penjelasan ini berisi tentang penjelasan jalannya penelitian. Adapun penjelasan tentang jalannya penelitian diuraikan sebagai berikut:

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Perubahan tersebut sering kali disertai dengan tekanan akademik, tuntutan sosial, serta proses pencarian identitas diri yang dapat memengaruhi kesehatan mental remaja. Kurangnya kemampuan menerima diri dan mengelola pikiran negatif dapat meningkatkan risiko terjadinya stres, kecemasan, serta gangguan kesehatan mental lainnya.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesehatan mental remaja adalah *self-love* berbasis cognitive behavior therapy (CBT). Pendekatan ini menekankan pada pengembangan penerimaan diri, pengelolaan pikiran negatif, serta pembentukan perilaku adaptif. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh penerapan *self-love* berbasis CBT terhadap kesehatan mental remaja kelas X di SMA Negeri 1 Gondang.

B. Tujuan

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *self-love* berbasis *cognitive behavior therapy* (CBT) terhadap kesehatan mental remaja kelas X di SMA Negeri 1 Gondang.

C. Jenis Intervensi

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen* (*pretest-posttest* dengan kelompok kontrol). Penelitian dilakukan dengan mengukur kondisi kesehatan mental responden sebelum dan sesudah diberikan *self-love* berbasis CBT.

D. Pemilihan Responden

Intervensi yang diberikan berupa program *self-love* berbasis *cognitive behavior therapy* (CBT) yang dilaksanakan secara terstruktur dalam beberapa sesi. Intervensi mencakup edukasi kesehatan mental, pengenalan hubungan pikiran-perasaan-perilaku, latihan mengidentifikasi pikiran negatif, serta latihan membangun *self-love*.

E. Kerugian

Penelitian ini tidak menimbulkan risiko fisik maupun medis. Ketidaknyamanan yang mungkin timbul berupa rasa lelah atau bosan selama mengikuti intervensi dan pengisian kuesioner. Responden berhak menghentikan keikutsertaan kapan saja tanpa sanksi.

F. Keuntungan

Responden memperoleh keuntungan materi berupa makanan ringan dan modul *self-love* diharapkan mendapatkan manfaat berupa peningkatan pemahaman tentang *self-love* berbasis CBT, kemampuan mengelola pikiran dan emosi, serta peningkatan kesehatan mental.

G. Kerahasiaan

Identitas dan data responden dijamin kerahasiaannya. Nama responden tidak dicantumkan dalam kuesioner maupun laporan

penelitian. Data hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan pengembangan ilmu pengetahuan.

H. Pembiayaan

Seluruh biaya yang berkaitan dengan pelaksanaan penelitian ditanggung sepenuhnya oleh peneliti. Responden tidak dikenakan biaya apa pun.

I. Kompensasi

Tidak ada kompensasi atau imbalan dalam bentuk uang maupun barang yang diberikan kepada responden atas partisipasinya dalam penelitian ini.

J. Informasi Tambahan

Apabila responden memerlukan informasi lebih lanjut terkait penelitian ini, responden dapat menghubungi peneliti melalui Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Saya telah diundang untuk partisipasi dalam penelitian ini memahami penjelasan jalannya penelitian tersebut.

Surakarta, 25 Mei 2026

Responden

.....

Lampiran 11. Lembar Persetujuan Menjadi Responden



LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN *Informed consent*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang di lakukan oleh:

Nama : Deva Anifia

NIM : 2022121055

Alamat : Tunjung Semi Rt 07/ Rw 02, Bedoro,
Sambungmacan, Sragen

No Kontak : 08812985274

Judul Penelitian : “Pengaruh *Self-Love* Berbasis *Cognitive Behavior Therapy* Terhadap Kesehatan Mental Remaja Kelas X SMA N 1 Gondang”.

Saya akan bersedia sengan sukarela menjadi responden penelitian dan bersedia untuk dilakukan pengukuran dan pemeriksaan serta diberikan intervensi sesuai penjelasan untuk kepentingan penelitian. Dengan ketentuan identitas dirahasiakan dan hasil penelitian digunakan untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 23 Mei 2026

Yang menyatakan

.....

Lampiran 12. Kuesioner *Mental Health Inventory-38*

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Umur :

Kelas :

Jenis Kelamin :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah pertanyaan ini dengan teliti!
2. Anda dimohon untuk memberikan jawaban sesuai dengan keadaan anda dengan memberikan tanda centang (√) pada salah satu kriteria untuk setiap pertanyaan yang menurut anda paling tepat.
3. Keterangan jawaban:
 - 1 : Sangat Tidak Setuju
 - 2 : Tidak Setuju
 - 3 : Kurang Setuju
 - 4 : Cukup Setuju
 - 5 : Setuju
 - 6 : Sangat Setuju

Kuesioner *Mental Health Inventory* (MHI-38)

No	Pernyataan	1	2	3	4	5	6
1.	Saya merasa bahagia, puas, atau senang dengan kehidupan pribadi saya						
2.	Saya merasa kesepian						
3.	Saya merasa takut atau gelisah ketika dihadapkan pada situasi yang tidak terduga						

No	Pernyataan	1	2	3	4	5	6
4.	Saya merasa masa depan saya terlihat penuh harapan dan menjanjikan bagi hidup saya						
5.	Kehidupan saya dipenuhi oleh hal-hal menarik						
6.	Saya merasa tenang dan terbebas dari perasaan tertekan						
7.	Saya menikmati hal-hal yang sedang saya lakukan						
8.	Saya menyadari jika saya kehilangan kendali untuk bertindak, berbicara, berpikir, merasakan, atau mengingat						
9.	Saya merasa sangat sedih dan tertekan						
10.	Saya merasa dicintai dan dibutuhkan						
11.	Saya merasa cemas						
12.	Saya berharap memiliki hal yang menarik atau menyenangkan saat bangun dipagi hari						
13.	Saya merasa tegang atau penuh emosi						
14.	Saya mampu mengendalikan perilaku, pikiran, emosi atau perasaan saya dengan penuh kesadaran						
15.	Tangan saya pernah gemetar ketika sedang melakukan sesuatu						
16.	Saya merasa bahwa tidak ada sesuatu yang saya inginkan						
17.	Saya merasa tenang dan damai						
18.	Saya merasa bahwa emosi saya stabil						
19.	Saya merasa murung dan sedih						
20.	Saya merasa ingin menangis						
21.	Saya merasa lebih baik apabila saya meninggal						
22.	Saya dapat merasa santai dengan mudah						
23.	Saya dapat merasa bahwa hubungan cinta saya penuh dengan perasaan mencintai dan dicintai						
24.	Saya merasa bahwa sesuatu yang terjadi tidak sesuai dengan keinginan saya						
25.	Saya merasa terganggu oleh rasa gelisah atau kebingungan						
26.	Saya merasa bahwa hidup Adalah pengalaman yang amat menarik dan menyenangkan						
27.	Saya merasa sangat sedih sehingga tidak ada yang menghibur saya						
28.	Saya berpikir untuk mengakhiri hidup saya						
29.	Saya merasa gelisah, tidak tenang, atau tidak sabar						
30.	Saya menjadi murung tau merenung karena suatu hal						
31.	Saya merasa gembira dan bersenang hati						
32.	Saya mengalami kebingungan, marah, atau gugup						
33.	Saya merasa khawatir						

No	Pernyataan	1	2	3	4	5	6
34.	Saya bahagia						
35.	Saya mencoba untuk menenangkan diri						
36.	Saya merasa kurang bersemangat						
37.	Saya merasa segar dan bugar ketika bangun tidur						
38.	Saya berada dalam keadaan tegang, stress, atau tertekan						

Kisi- kisi Kusioner MHI-38

Dimensi	Indikator	Nomor Item	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
<i>Psychological Well-being</i>	d. Adanya memberikan pengaruh positif	4, 5, 6, 7, 10, 12, 17, 22, 26, 31, 34, 37	11
	e. Memiliki keterikatan emosi dengan orang lain	10, 23	2
	f. Merasa puas dalam hidup	1	1
		<i>Unfavorable</i>	
<i>Psychological Distress</i>	d. Mengalami kecemasan	3, 11, 13, 15, 25, 29, 32, 33, 35	9
	e. Mengalami depresi	2, 9, 19, 30, 36, 38	6
	f. Kehilangan kontrol perilaku atau emosi	8, 14, 16, 18, 20, 21, 24, 27, 28	9
		Total	38



ikan intervensi

ENELITIAN SELF-LOVE BERBASIS COGNITIF BEHAVIOR THERAPY PADA KELOMPOK

PERNYATAAN

9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

ikan intervensi

ENELITIAN SELF-LOVE BERBASIS COGNITIF BEHAVIOR THERAPY PADA KELOM

No	Inisial	Kelas	Umur	Jenis Kelamin	PERNYATAAN																																						Total	Kategori	
					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	31	32	33	34	35	36	37	38			
1	SK	X E	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	55	Kurang baik		
2	KH	X E	16 Tahun	Perempuan	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	3	1	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	61	Kurang baik	
3	SAL	X E	15 Tahun	Laki-Laki	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	58	Kurang baik
4	MSY	X E	16 Tahun	Perempuan	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	2	3	1	1	1	1	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	60	Kurang baik
5	AFN	X E	16 Tahun	Perempuan	3	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	3	1	3	1	2	2	1	1	2	2	61	Kurang baik	
6	ANN	X E	15 Tahun	Laki-Laki	2	1	1	3	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	1	1	3	1	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	72	Kurang baik	
7	AGE	X E	16 Tahun	Perempuan	2	2	3	3	2	3	1	3	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	4	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	76	Kurang baik	
8	MI	X E	16 Tahun	Perempuan	1	2	3	1	1	3	2	3	1	2	1	2	1	1	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	1	3	1	2	2	1	3	69	Kurang baik
9	AL	X F	16 Tahun	Perempuan	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2	2	2	3	3	1	2	2	2	1	3	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	3	69	Kurang baik	
10	BA	X F	16 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	72	Kurang baik	
11	DW	X F	16 Tahun	Perempuan	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	4	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	3	70	Kurang baik
12	AD	X F	16 Tahun	Perempuan	2	3	3	1	2	2	1	2	2	1	3	2	2	1	1	1	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	1	3	1	1	2	2	2	69	Kurang baik	
13	DA	X F	16 Tahun	Perempuan	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	72	Kurang baik
14	AZ	X F	16 Tahun	Laki-Laki	3	1	2	2	1	3	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	65	Kurang baik	
15	CA	X F	15 Tahun	Perempuan	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	3	1	2	1	2	1	1	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	61	Kurang baik	
16	RA	X F	16 Tahun	Perempuan	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	2	3	1	2	2	2	1	2	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	59	Kurang baik	
17	RAK	X G	15 Tahun	Laki-Laki	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	3	3	1	1	1	1	3	2	1	2	1	59	Kurang baik
18	MUH	X G	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	64	Kurang baik	
19	NE	X G	15 Tahun	Perempuan	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	3	3	3	1	1	2	1	2	2	1	2	68	Kurang baik	
20	KUH	X G	16 Tahun	Laki-Laki	3	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1	1	3	1	2	2	2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	63	Kurang baik	
21	FAU	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	1	2	2	2	3	4	2	1	1	1	1	1	3	3	3	2	2	2	1	1	1	2	1	69	Kurang baik	
22	HA	X G	16 Tahun	Perempuan	1	1	2	1	1	3	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	3	3	1	2	1	6	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	64	Kurang baik	
23	DEV	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	62	Kurang baik	
24	AZZ	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	3	4	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	68	Kurang baik	
25	HAN	X H	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	57	Kurang baik	
26	EC	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	69	Kurang baik
27	CA	X H	17 Tahun	Laki-Laki	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	4	1	2	2	1	1	1	3	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	71	Kurang baik	
28	IND	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	3	3	1	2	3	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	72	Kurang baik
29	SEL	X H	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	66	Kurang baik
30	WIL	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	2	65	Kurang baik	
31	SHI	X H	17 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	65	Kurang baik		
32	ALV	X H	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	3	1	1	2	1	2	3	1	1	2	3	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	3	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	64	Kurang baik	
33	NAB	X I	16 Tahun	Laki-Laki	3	3	3	2	1	1	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	68	Kurang baik		
34	FRI	X I	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	64	Kurang baik		
35	ARD	X I	15 Tahun	Laki-Laki	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	59	Kurang baik	
36	BI	X I	16 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	5	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	72	Kurang baik		
37	BAG	X I	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	3	3	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	69	Kurang baik		
38	IKH	X I	17 Tahun	Perempuan	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	4	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	63	Kurang baik		
39	DAN	X I	16 Tahun	Perempuan	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	Kurang baik		

intervensi

N SELF-LOVE BERBASIS COGNITIF BEHAVIOR THERAPY PADA KEL

PERNYATAAN

No	Inisial	Kelas	Umur	Jenis Kelamin	PERNYATAAN																																						Total	Kategori		
					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	31	32	33	34	35	36	37	38				
1	RAF	X E	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	56	Kurang baik		
2	MEY	X E	16 Tahun	Perempuan	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	3	1	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	63	Kurang baik	
3	BE	X E	15 Tahun	Laki-Laki	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	58	Kurang baik	
4	SH	X E	16 Tahun	Perempuan	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	2	3	2	2	3	1	1	1	1	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	60	Kurang baik	
5	CA	X E	16 Tahun	Perempuan	3	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	3	1	3	1	2	2	1	1	1	2	2	61	Kurang baik		
6	AF	X E	15 Tahun	Laki-Laki	2	1	1	3	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	1	1	3	1	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	72	Kurang baik	
7	ADL	X E	16 Tahun	Perempuan	2	2	3	3	2	3	1	3	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	4	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	76	Kurang baik		
8	SD	X E	16 Tahun	Perempuan	1	2	3	1	1	1	3	2	3	1	2	1	2	1	1	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	1	3	1	2	2	2	3	70	Kurang baik	
9	LLR	X F	16 Tahun	Perempuan	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	1	2	2	2	1	1	3	1	2	1	2	2	1	2	2	2	3	70	Kurang baik		
10	GIS	X F	16 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	71	Kurang baik
11	BSN	X F	16 Tahun	Perempuan	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	68	Kurang baik
12	KSK	X F	16 Tahun	Perempuan	2	3	3	1	2	2	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	1	3	1	1	1	2	2	2	69	Kurang baik	
13	LAF	X F	16 Tahun	Perempuan	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	1	72	Kurang baik	
14	RZ	X F	16 Tahun	Laki-Laki	3	1	2	2	1	3	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	65	Kurang baik	
15	MAQ	X F	15 Tahun	Perempuan	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	59	Kurang baik	
16	SSL	X F	16 Tahun	Perempuan	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	2	3	1	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	59	Kurang baik	
17	AKA	X G	15 Tahun	Laki-Laki	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	3	1	1	1	3	2	1	2	2	1	59	Kurang baik
18	ICM	X G	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	1	1	1	1	2	2	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	63	Kurang baik	
19	LNA	X G	15 Tahun	Perempuan	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	1	2	1	2	1	2	3	3	3	1	1	2	1	2	2	1	2	68	Kurang baik	
20	TFM	X G	16 Tahun	Laki-Laki	3	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1	1	3	1	2	2	2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	1	63	Kurang baik	
21	RPA	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	4	2	1	1	1	1	1	2	3	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	68	Kurang baik
22	NFP	X G	16 Tahun	Perempuan	1	1	2	1	1	3	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	1	6	2	1	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	64	Kurang baik		
23	MNA	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	61	Kurang baik
24	PNS	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	3	4	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	67	Kurang baik	
25	YF	X H	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	3	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	56	Kurang baik	
26	RAG	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	68	Kurang baik	
27	ABM	X H	17 Tahun	Laki-Laki	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	4	1	2	2	1	1	1	3	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	71	Kurang baik		
28	IAH	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	3	3	1	2	3	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	2	1	1	2	72	Kurang baik	
29	FRY	X H	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	66	Kurang baik
30	DLH	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	2	65	Kurang baik	
31	YPH	X H	17 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	65	Kurang baik		
32	MAS	X H	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	3	1	1	2	1	2	3	1	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	64	Kurang baik	
33	RM	X I	16 Tahun	Laki-Laki	3	3	3	2	1	1	2	2	2	3	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	68	Kurang baik	
34	MKP	X I	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	64	Kurang baik		
35	HRM	X I	15 Tahun	Laki-Laki	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	59	Kurang baik		
36	RWN	X I	16 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	5	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	72	Kurang baik		
37	IN	X I	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	68	Kurang baik		
38	CD	X I	17 Tahun	Perempuan	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	4	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	63	Kurang baik		
39	WS	X I	16 Tahun	Perempuan	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	Kurang baik		

PERNYATAAN

PERNYATAAN

12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

No	Inisial	Kelas	Umur	Jenis Kelamin	PERNYATAAN																																						Total	Kategori	
					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	31	32	33	34	35	36	37	38			
1	SK	X E	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	55	Kurang baik	
2	KH	X E	16 Tahun	Perempuan	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	3	2	2	1	1	1	2	1	3	1	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	61	Kurang baik	
3	SAL	X E	15 Tahun	Laki-Laki	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	58	Kurang baik
4	MSY	X E	16 Tahun	Perempuan	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	2	3	2	2	3	1	1	1	1	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	60	Kurang baik	
5	AFN	X E	16 Tahun	Perempuan	3	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	3	1	3	1	2	2	1	1	1	2	2	61	Kurang baik		
6	ANN	X E	15 Tahun	Laki-Laki	2	1	1	3	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	3	1	1	3	1	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	72	Kurang baik		
7	AGE	X E	16 Tahun	Perempuan	2	2	3	3	2	3	1	3	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	4	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	76	Kurang baik		
8	MI	X E	16 Tahun	Perempuan	1	2	3	1	1	3	2	3	1	2	1	2	1	1	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	1	1	3	1	2	2	1	3	69	Kurang baik		
9	AL	X F	16 Tahun	Perempuan	2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	1	2	2	2	1	1	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	3	69	Kurang baik		
10	BA	X F	16 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	72	Kurang baik		
11	DW	X F	16 Tahun	Perempuan	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	4	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	3	70	Kurang baik		
12	AD	X F	16 Tahun	Perempuan	2	3	3	1	2	2	1	2	2	1	3	2	1	1	1	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	1	2	1	3	1	1	2	2	2	69	Kurang baik		
13	DA	X F	16 Tahun	Perempuan	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	72	Kurang baik		
14	AZ	X F	16 Tahun	Laki-Laki	3	1	2	2	1	3	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	3	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	1	65	Kurang baik		
15	CA	X F	15 Tahun	Perempuan	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	3	1	2	1	2	1	1	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	61	Kurang baik		
16	RA	X F	16 Tahun	Perempuan	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	2	3	1	2	2	2	1	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	1	59	Kurang baik			
17	RAK	X G	15 Tahun	Laki-Laki	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	3	3	1	1	1	3	2	1	2	2	1	59	Kurang baik		
18	MUH	X G	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	64	Kurang baik		
19	NE	X G	15 Tahun	Perempuan	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	3	3	3	1	1	2	1	2	2	1	2	68	Kurang baik		
20	KUH	X G	16 Tahun	Laki-Laki	3	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	3	1	2	2	2	2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	63	Kurang baik		
21	FAU	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	3	4	2	1	1	1	1	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	1	69	Kurang baik			
22	HA	X G	16 Tahun	Perempuan	1	1	2	1	1	3	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	1	6	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	64	Kurang baik		
23	DEV	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	2	1	1	2	1	62	Kurang baik			
24	AZZ	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	3	4	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	68	Kurang baik		
25	HAN	X H	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	3	1	1	2	1	1	2	3	3	1	1	1	2	1	1	1	2	57	Kurang baik			
26	EC	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	69	Kurang baik		
27	CA	X H	17 Tahun	Laki-Laki	2	2	1	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	4	1	2	2	1	1	3	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	71	Kurang baik			
28	IND	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	3	3	1	2	3	1	3	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	2	2	1	2	1	1	1	2	72	Kurang baik			
29	SEL	X H	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	2	2	1	3	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	3	66	Kurang baik	
30	WIL	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	2	65	Kurang baik		
31	SHI	X H	17 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	1	65	Kurang baik				
32	ALV	X H	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	3	1	1	2	1	2	3	1	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	71	Kurang baik		
33	NAB	X I	16 Tahun	Laki-Laki	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	68	Kurang baik		
34	FRI	X I	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	64	Kurang baik			
35	ARD	X I	15 Tahun	Laki-Laki	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	59	Kurang baik			
36	BI	X I	16 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	1	2	2	5	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	72	Kurang baik			
37	BAG	X I	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	3	3	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	69	Kurang baik			
38	IKH	X I	17 Tahun	Perempuan	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	4	2	1	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	63	Kurang baik			
39	DAN	X I	16 Tahun	Perempuan	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	Kurang baik			

AN SELF-LOVE BERBASIS COGNITIF BEHAVIOR THERAPY PADA KELOMPOK

PERNYATAAN

No	Inisial	Kelas	Umur	Jenis Kelamin	PERNYATAAN																																						Total	Kategori		
					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	31	32	33	34	35	36	37	38				
1	SK	X E	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	55	Kurang baik			
2	KH	X E	16 Tahun	Perempuan	1	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	3	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	61	Kurang baik		
3	SAL	X E	15 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	58	Kurang baik
4	MSY	X E	16 Tahun	Perempuan	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	60	Kurang baik		
5	AFN	X E	16 Tahun	Perempuan	3	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	3	1	3	1	2	2	1	1	1	2	2	61	Kurang baik			
6	ANN	X E	15 Tahun	Laki-Laki	2	1	1	3	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	1	3	1	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	72	Kurang baik		
7	AGE	X E	16 Tahun	Perempuan	2	2	3	3	2	3	1	3	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	4	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	76	Kurang baik		
8	MI	X E	16 Tahun	Perempuan	1	2	3	1	1	3	2	3	1	2	1	2	1	1	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	1	1	3	1	2	2	1	3	69	Kurang baik		
9	AL	X F	16 Tahun	Perempuan	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	1	2	2	2	1	1	3	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	3	69	Kurang baik	
10	BA	X F	16 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	72	Kurang baik	
11	DW	X F	16 Tahun	Perempuan	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	4	2	1	1	2	2	1	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	3	70	Kurang baik
12	AD	X F	16 Tahun	Perempuan	2	3	3	1	2	2	1	2	2	1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	1	3	1	1	2	2	2	69	Kurang baik	
13	DA	X F	16 Tahun	Perempuan	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	72	Kurang baik		
14	AZ	X F	16 Tahun	Laki-Laki	3	1	2	2	1	3	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	3	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	2	1	65	Kurang baik	
15	CA	X F	15 Tahun	Perempuan	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	3	1	2	1	2	1	1	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	61	Kurang baik	
16	RA	X F	16 Tahun	Perempuan	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	2	3	1	2	2	2	1	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	59	Kurang baik	
17	RAK	X G	15 Tahun	Laki-Laki	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	4	2	3	3	1	1	1	3	2	1	2	2	1	59	Kurang baik	
18	MUH	X G	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	2	1	1	1	2	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	2	2	1	2	1	1	1	2	64	Kurang baik	
19	NE	X G	15 Tahun	Perempuan	2	3	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	3	3	3	1	1	2	1	2	2	1	2	68	Kurang baik		
20	KUH	X G	16 Tahun	Laki-Laki	3	2	1	1	1	2	1	1	2	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1	1	3	1	2	2	2	2	1	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	63	Kurang baik		
21	FAU	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	4	2	1	1	1	1	1	1	3	3	3	2	2	2	1	1	1	2	1	69	Kurang baik		
22	HA	X G	16 Tahun	Perempuan	1	1	2	1	1	3	2	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	1	6	2	1	3	3	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	64	Kurang baik	
23	DEV	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	62	Kurang baik	
24	AZZ	X G	16 Tahun	Perempuan	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	3	2	2	1	3	3	4	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	68	Kurang baik		
25	HAN	X H	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	3	1	2	3	1	1	2	1	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	2	2	57	Kurang baik		
26	EC	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	2	2	2	1	2	2	1	3	2	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	69	Kurang baik		
27	CA	X H	17 Tahun	Laki-Laki	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	4	1	2	2	1	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	71	Kurang baik		
28	IND	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	3	3	1	2	3	1	3	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	72	Kurang baik		
29	SEL	X H	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	2	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	66	Kurang baik
30	WIL	X H	16 Tahun	Laki-Laki	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	1	1	2	2	1	1	2	2	65	Kurang baik		
31	SHI	X H	17 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	65	Kurang baik		
32	ALV	X H	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	3	1	1	2	1	2	3	1	1	2	2	2	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	3	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	64	Kurang baik	
33	NAB	X I	16 Tahun	Laki-Laki	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	68	Kurang baik
34	FRI	X I	16 Tahun	Laki-Laki	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	64	Kurang baik		
35	ARD	X I	15 Tahun	Laki-Laki	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	59	Kurang baik	
36	BI	X I	16 Tahun	Laki-Laki	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	5	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	72	Kurang baik		
37	BAG	X I	16 Tahun	Laki-Laki	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	3	3	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	69	Kurang baik	
38	IKH	X I	17 Tahun	Perempuan	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	4	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	63	Kurang baik			
39	DAN	X I	16 Tahun	Perempuan	2	2	2	1	2	1	1	1	2	3	2	2	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	Kurang baik		

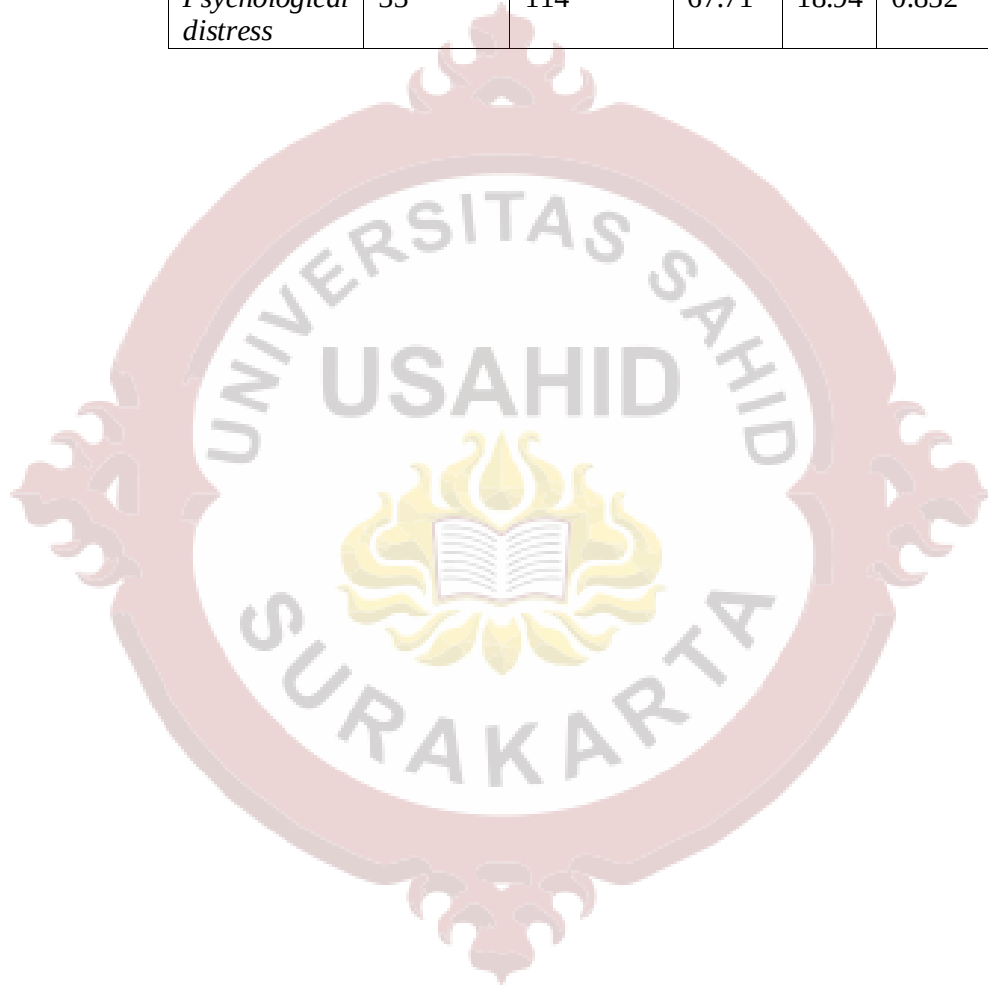
Lampiran 14. Hasil Validitas dan Reliabilitas

A. Hasil validitas kuesioner MHI-38

<i>Factor</i>	<i>Item</i>	<i>Standardized factor loading</i>	<i>p</i>
<i>Psychological well-being</i>	1	0,483	< 0,001
	4	0,430	< 0,001
	5	0,708	< 0,001
	6	0,528	< 0,001
	7	0,670	< 0,001
	10	0,539	< 0,001
	12	0,336	< 0,001
	17	0,753	< 0,001
	22	0,534	< 0,001
	23	0,606	< 0,001
	26	0,749	< 0,001
	31	0,764	< 0,001
	34	0,739	< 0,001
	37	0,674	< 0,001
<i>Psychological distress</i>	2	0,734	< 0,001
	3	0,681	< 0,001
	8	0,686	< 0,001
	9	0,795	< 0,001
	11	0,621	< 0,001
	13	0,720	< 0,001
	14	0,733	< 0,001
	15	0,548	< 0,001
	16	0,677	< 0,001
	18	0,746	< 0,001
	19	0,817	< 0,001
	20	0,750	< 0,001
	21	0,735	< 0,001
	24	0,535	< 0,001
	25	0,700	< 0,001
	27	0,760	< 0,001
	28	0,704	< 0,001
	29	0,780	< 0,001
	30	0,791	< 0,001
	32	0,798	< 0,001
	33	0,744	< 0,001
	35	0,796	< 0,001
	36	0,776	< 0,001
	38	0,799	< 0,001

B. Hasil reliabilitas kuesioner MHI-38

	Minimum	Maksimum	M	SD	Cronbach's Alpha (α)
MHI-38	57	176	114.25	19.91	0,892
<i>Psychological well-being</i>	20	67	46.54	9.36	0,894
<i>Psychological distress</i>	33	114	67.71	18.94	0.852



Lampiran 15. Koding Hasil Penelitian

A. Kelompok intervensi

No	Responden	Kelas	Usia	Jenis Kelamin	Kategori kesehatan mental sebelum diberikan intervensi	Kategori kesehatan mental sesudah diberikan intervensi
1	SK	1	1	2	1	1
2	KH	1	1	2	1	1
3	SAL	1	2	2	1	1
4	MSY	1	2	2	1	1
5	AFN	1	2	2	1	1
6	ANN	1	2	2	1	2
7	AGE	1	2	2	1	1
8	MI	1	2	2	1	1
9	AL	2	2	1	1	1
10	BA	2	2	1	1	1
11	DW	2	1	2	1	1
12	AD	2	2	1	1	1
13	DA	2	2	1	1	1
14	AZ	2	2	2	1	2
15	CA	2	2	2	1	1
16	RA	2	1	1	1	1
17	RAK	3	1	1	1	1
18	MUH	3	1	1	1	1
19	NE	3	1	2	1	1
20	KUH	3	2	1	1	1
21	FAU	3	2	1	1	1
22	HA	3	2	1	1	1
23	DEV	3	1	1	1	1
24	AZZ	3	1	2	1	1
25	HAN	4	2	2	1	1
26	EC	4	1	2	1	1
27	CA	4	2	1	1	1
28	IND	4	2	2	1	1
29	SEL	4	2	2	1	1

No	Responden	Kelas	Usia	Jenis Kelamin	Kategori kesehatan mental sebelum diberikan intervensi	Kategori kesehatan mental sesudah diberikan intervensi
30	WIL	4	3	1	1	1
31	SHI	4	1	2	1	1
32	ALV	4	1	1	1	1
33	NAB	9	2	1	1	1
34	FRI	9	3	2	1	1
35	ARD	9	2	1	1	2
36	BI	9	2	1	1	2
37	BAG	9	3	1	1	1
38	IKH	9	2	1	1	1
39	DAN	9	2	1	1	2

B. Kelompok kontrol

No.	Responden	Kelas	Usia	Jenis Kelamin	Kategori Kesehatan mental sebelum diberikan intervensi	Kategori Kesehatan sesudah diberikan intervensi
1	RAF	5	5	2	1	1
2	RAF	5	5	2	2	1
3	MEY	5	5	1	1	1
4	BE	5	5	2	2	1
5	SH	5	5	2	2	1
6	CA	5	5	1	1	1
7	AF	5	5	2	2	1
8	ADL	5	5	2	2	1
9	SD	6	6	2	2	1
10	LLR	6	6	2	1	1
11	GIS	6	6	2	2	1
12	BSN	6	6	2	2	1
13	KSK	6	6	2	2	1
14	LAF	6	6	2	1	1
15	RZ	6	6	1	2	1
16	MAQ	6	6	2	2	1
17	SSL	7	7	1	1	1
18	AKA	7	7	2	1	1
19	ICM	7	7	1	2	1
20	LNA	7	7	2	1	1
21	TFM	7	7	2	2	1

No.	Responden	Kelas	Usia	Jenis Kelamin	Kategori Kesehatan mental sebelum diberikan intervensi	Kategori Kesehatan sesudah diberikan intervensi
22	RPA	7	7	2	2	1
23	NFP	7	7	2	2	1
24	MNA	7	7	2	2	1
25	PNS	8	8	2	1	1
26	YF	8	8	2	1	1
27	RAG	8	8	3	1	1
28	ABM	8	8	2	1	1
29	IAH	8	8	2	1	1
30	FRY	8	8	2	1	1
31	DLH	8	8	3	1	1
32	YPH	8	8	2	1	1
33	MAS	10	10	2	1	1
34	RM	10	10	2	1	1
35	MKP	10	10	1	1	1
36	HRM	10	10	2	1	1
37	RWN	10	10	2	1	1
38	IN	10	10	3	2	1
39	CD	10	10	2	2	1

Kode kelas : X A diberi kode 1
X B diberi kode 2
X C diberi kode 3
X D diberi kode 4
X E diberi kode 5
X F diberi kode 6
X G diberi kode 7
X H diberi kode 8
X I diberi kode 9
X J diberi kode 10

Kode usia : 15 Tahun diberi kode 1
16 Tahun diberi kode 2
17 Tahun diberi kode 3

Kode jenis kelamin : Laki-Laki = 1
Perempuan = 2

Kode skor	Skor 38-114 (kurang baik) diberi kode 1
kesehatan mental	Skor 115-164 (baik) diberi kode 2
	Skor 165-228 (sangat baik) diberi kode 3



Lampiran 16. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Jenis kelamin responden

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.161	1	76	.690

ANOVA

Jenis kelamin responden

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	.013	1	.013	.050	.823
Within Groups	19.436	76	.256		
Total	19.449	77			

Test of Homogeneity of Variances

Usia responden

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
5.418	1	76	.023

ANOVA

Usia responden

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	.462	1	.462	1.617	.207
Within Groups	21.692	76	.285		
Total	22.154	77			

Test of Homogeneity of Variances

Kelas responden

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
4.234	1	76	.043

ANOVA

Kelas responden

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	233.654	1	233.654	45.182	.000
Within Groups	393.026	76	5.171		
Total	626.679	77			

Test of Homogeneity of Variances

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Kesehatan mental remasa sebelum diberikan intervensi self love berbasis CBT	.024	1	76	.877
Kesehatan mental remasa setelah diberikan intervensi self love berbasis CBT	16.495	1	76	.000

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kesehatan mental remasa sebelum diberikan intervensi self love berbasis CBT	Between Groups	3.705	1	3.705	.137	.712
	Within Groups	2048.513	76	26.954		
	Total	2052.218	77			
Kesehatan mental remasa setelah diberikan intervensi self love berbasis CBT	Between Groups	5824.051	1	5824.051	43.710	.000
	Within Groups	10126.564	76	133.244		
	Total	15950.615	77			

Lampiran 17. Uji Normalitas Data

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kesehatan mental remaja kelompok intervensi sebelum diberikan self-love berbasis CBT	.119	39	.181	.964	39	.244
Kesehatan mental remaja kelompok intervensi setelah diberikan self-love berbasis CBT	.191	39	.001	.836	39	.000
Kesehatan mental remaja kelompok kontrol sebelum diberikan self-love berbasis CBT	.126	39	.119	.967	39	.293
Kesehatan mental remaja kelompok kontrol setelah diberikan self-love berbasis CBT	.138	39	.058	.966	39	.286

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 18. Analisis Univariat

		Kelas_Intervensi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kelas X A	8	20.5	20.5	20.5
	Kelas X B	8	20.5	20.5	41.0
	Kelas X C	8	20.5	20.5	61.5
	Kelas X D	8	20.5	20.5	82.1
	Kelas X I	7	17.9	17.9	100.0
Total		39	100.0	100.0	

		Usia_Intervensi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15 Tahun	12	30.8	30.8	30.8
	16 Tahun	24	61.5	61.5	92.3
	17 Tahun	3	7.7	7.7	100.0
	Total	39	100.0	100.0	

		JK_Intervensi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	20	51.3	51.3	51.3
	Perempuan	19	48.7	48.7	100.0
	Total	39	100.0	100.0	

		Kelas_Kontrol			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kelas X E	8	20.5	20.5	20.5
	Kelas X F	8	20.5	20.5	41.0
	Kelas X G	8	20.5	20.5	61.5
	Kelas X H	8	20.5	20.5	82.1
	Kelas X J	7	17.9	17.9	100.0
	Total	39	100.0	100.0	

		Usia_Kontrol			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15 Tahun	6	15.4	15.4	15.4
	16 Tahun	30	76.9	76.9	92.3
	17 Tahun	3	7.7	7.7	100.0
	Total	39	100.0	100.0	

		JK_Kontrol			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	21	53.8	53.8	53.8
	Perempuan	18	46.2	46.2	100.0
	Total	39	100.0	100.0	

		pretest_intervensi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Baik	39	100.0	100.0	100.0

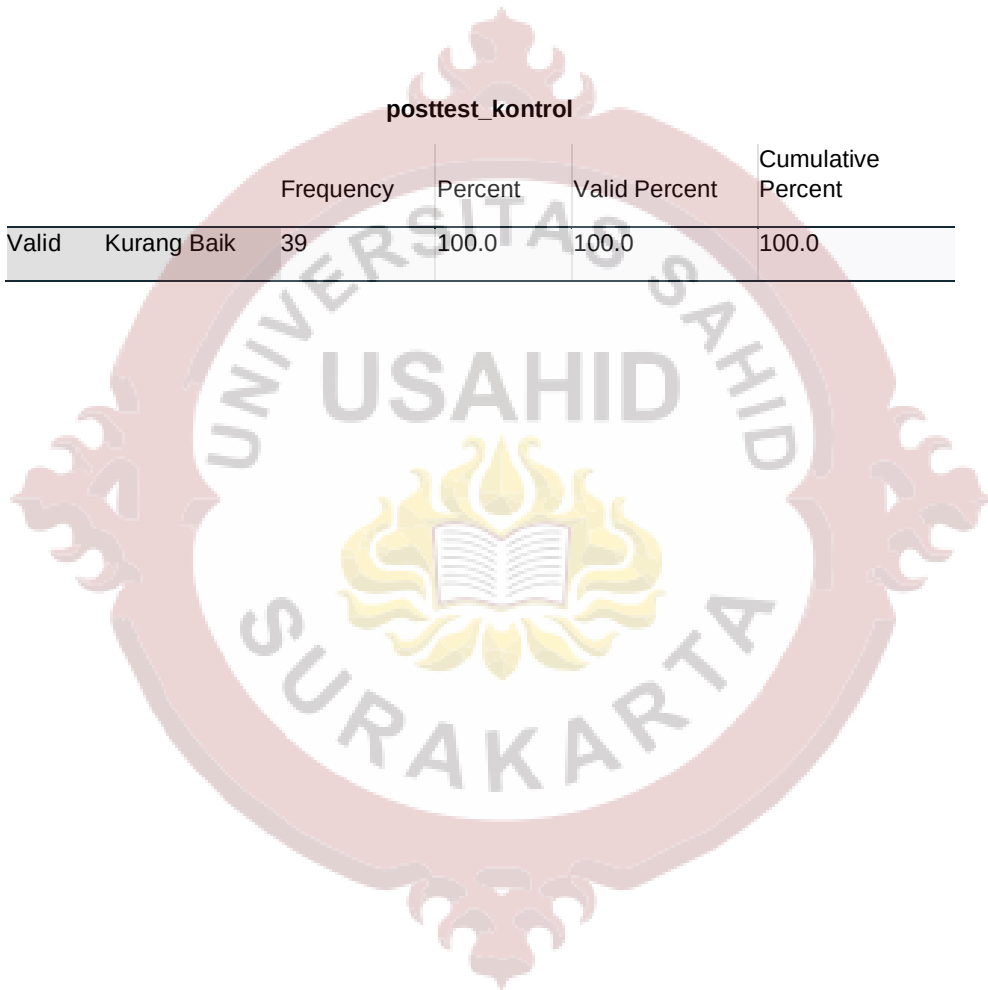
		posttest_intervensi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Baik	34	87.2	87.2	87.2
	Baik	5	12.8	12.8	100.0
	Total	39	100.0	100.0	

pretest_kontrol

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Baik	39	100.0	100.0	100.0

posttest_kontrol

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang Baik	39	100.0	100.0	100.0



Lampiran 19. Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Wilcoxon Signed Ranks Test

Test Statistics ^a		
	Kesehatan mental remaja kelompok intervensi setelah diberikan self-love berbasis CBT - Kesehatan mental remaja kelompok intervensi sebelum diberikan self-love berbasis CBT	Kesehatan mental remaja kelompok kontrol setelah diberikan self-love berbasis CBT - Kesehatan mental remaja kelompok kontrol sebelum diberikan self-love berbasis CBT
Z	-5.444 ^b	-1.431 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.152

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 20. Hasil uji *Mann-Whitney Test*

Mann-Whitney Test

		Ranks		
	Kelompok penelitian	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kesehatan mental remaja setelah diberikan intervensi self love berbasis CBT	Kelompok Intervensi	39	56.06	2186.50
	Kelompok Kontrol	39	22.94	894.50
	Total	78		

Test Statistics ^a	
	Kesehatan mental remaja setelah diberikan intervensi self love berbasis CBT
Mann-Whitney U	114.500
Wilcoxon W	894.500
Z	-6.462
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Kelompok penelitian

Lampiran 21. Dokumentasi Penelitian

