



Lampiran 1 *Blueprint* Alat Ukur Penelitian

Blueprint Sebelum Ujicoba

No	Variabel	Aspek	Indikator	Aitem	Fav	Unfav
1	Tingkat stres	Biologis	a. Mengalami gangguan tidur	1. Saya mengalami kesulitan tidur 3. Saya merasa tidur saya lebih pulas 21. Saya merasa sering mengalami mimpi buruk	1, 21	3
			b. Mengalami sakit kepala	4. Saya merasa kepala saya lebih ringan 10. Saya mengalami sakit kepala 25. Saya merasa tidak ada beban yang berat di kepala saya 33. Saya merasa kepala saya terbebani 39. Saya merasa kepala saya sering berdenyut	10, 33, 39	4, 25
			c. Mengalami perubahan metabolisme tubuh	2. Saya merasa kurang nafsu makan 5. Saya merasa mual 8. Saya merasa nafsu makan saya meningkat 22. Saya merasa berkeringat lebih banyak daripada biasanya 36. Saya merasa dapat berkegiatan lebih aktif	2, 5, 22	8, 36
			d. Mengalami gugup dan cemas saat melakukan suatu hal	11. Saya merasa gugup dan cemas saat melakukan sesuatu 24. Saya merasa percaya diri ketika melakukan sesuatu 32. Saya merasa bibir saya mudah kering	11, 32	24
			e. Mengalami peningkatan pernafasan dan fungsi jantung	6. Saya tidak merasakan sesak saat bernafas 7. Saya merasa detak jantung saya berdegup lebih cepat dari biasanya 23. Saya merasakan sakit di dada ketika bernafas 31. Saya tidak mudah lelah	7, 23	6, 31
2		Psikologis	a. Mengalami perubahan emosi	9. Saya merasa tenang dan rileks 13. Saya mudah marah atau kesulitan untuk mengendalikan emosi 16. Saya merasa mood saya tidak stabil atau mudah berubah 30. Saya merasa suasana hati saya sedang baik	13,16	9, 30
			b. Mengalami gangguan daya ingat	12. Saya merasa mudah untuk mengingat sesuatu 17. Saya merasa mudah lupa terhadap suatu hal 26. Saya merasa linglung	17, 26	12
			c. Mengalami gangguan konsentrasi	14. Saya merasa kurang fokus 19. Saya merasa lebih fokus 28. Saya merasa dapat memperhatikan sesuatu dengan seksama 34. Saya mudah merasa bosan 35. Saya merasa kesulitan mengerjakan banyak hal secara bersamaan	14, 34, 35	19, 28
			d. Mengalami kesulitan dalam bersosialisasi	18. Saya merasa tidak dapat bekerja sama dengan baik 27. Saya merasa kesepian 29. Saya merasa bantuan orang lain berguna bagi saya 38. Saya tidak merasa kesepian	18, 27	29, 38
			e. Mengalami tekanan pada tubuh	15. Saya merasa tertekan 20. Saya merasa senang 37. Saya merasa stres 40. Saya mudah menangis dengan sendirinya	15, 37, 40	20

Lampiran 2 Validasi Item

Tabel Validasi						
Variabel	Aspek	Indikator	Sebaran Item		Validasi	
			Favorable	Unfavorable	Sesuai	Tidak Sesuai
Stres	Biologis	Mengalami gangguan tidur	1. Saya mengalami kesulitan tidur 21. Saya merasa sering mengalami mimpi buruk	3. Saya merasa tidur saya lebih pulas	1,3,21	
		Mengalami sakit kepala	10. Saya mengalami sakit kepala 33. Saya merasa kepala saya terbebani 39. Saya merasa kepala saya sering berdenyut	4. Saya merasa kepala saya lebih ringan 25. Saya merasa tidak ada beban yang berat di kepala saya	4,25,33	10,39
		Mengalami perubahan metabolisme tubuh	2. Saya merasa kurang nafsu makan 5. Saya merasa mual 22. Saya merasa berkeringat lebih banyak daripada biasanya	8. Saya merasa nafsu makan saya meningkat 36. Saya merasa dapat berkegiatan lebih aktif	2,22	5,8,36
		Mengalami gugup dan cemas saat melakukan suatu hal	11. Saya merasa gugup dan cemas saat melakukan sesuatu 32. Saya merasa bibir saya mudah kering	24. Saya merasa percaya diri ketika melakukan sesuatu		11,24,32
		Mengalami peningkatan pernafasan dan fungsi jantung	7. Saya merasa detak jantung saya berdegup lebih cepat dari biasanya 23. Saya merasakan sakit di dada ketika bernafas	6. Saya tidak merasakan sesak saat bernafas 31. Saya tidak mudah lelah	6,7,23,31	
		Mengalami perubahan emosi	13. Saya mudah marah atau kesulitan untuk mengendalikan emosi 16. Saya merasa mood saya tidak stabil atau mudah berubah	9. Saya merasa tenang dan rileks 30. Saya merasa suasana hati saya sedang baik	13	9,16,30
		Mengalami gangguan daya ingat	17. Saya merasa mudah lupa terhadap suatu hal 26. Saya merasa linglung	12. Saya merasa mudah untuk mengingat sesuatu	12,17	26
		Mengalami gangguan konsentrasi	14. Saya merasa kurang fokus 34. Saya mudah merasa bosan 35. Saya merasa kesulitan mengerjakan banyak hal secara bersamaan	19. Saya merasa lebih fokus 28. Saya merasa dapat memperhatikan sesuatu dengan seksama	14,19,34	28
		Mengalami kesulitan dalam bersosialisasi	18. Saya merasa tidak dapat bekerja sama dengan baik 27. Saya merasa	29. Saya merasa bantuan orang lain berguna bagi saya 38. Saya tidak merasa	18,27,29,38	
			Mengalami tekanan pada tubuh	15. Saya merasa tertekan 37. Saya merasa stres 40. Saya mudah menangis dengan sendirinya	20. Saya merasa senang	37

Lampiran 3 *Blueprint* Setelah Validasi

Variabel	Aspek	Indikator	Sebaran Item	
			Favorable	Unfavorable
Stres	Biologis	Mengalami gangguan tidur	1. Saya mengalami kesulitan tidur	3. Saya merasa tidur saya lebih pulas
			21. Saya merasa sering mengalami mimpi buruk	
		Mengalami sakit kepala	10. Saya sering mengalami sakit kepala	4. Saya merasa kepala saya lebih ringan
			33. Saya merasa kepala saya terbebani 39. Saya merasa kepala saya mengalami migrain	25. Saya merasa tidak ada beban yang berat di kepala saya
		Mengalami perubahan metabolisme tubuh	2. Saya merasa kurang nafsu makan	8. Saya merasa akhir-akhir ini nafsu makan saya meningkat
			5. Saya sering merasa mual	36. Saya merasa energi saya meningkat ketika melakukan suatu hal
			22. Saya merasa berkeringat lebih banyak daripada biasanya	
		Mengalami gugup dan cemas saat melakukan suatu hal	11. Saya sering merasa gugup dan cemas saat melakukan sesuatu	24. Saya merasa percaya diri ketika melakukan suatu hal
			32. Saya merasa tertekan ketika berbicara di depan umum	
		Mengalami peningkatan pernafasan dan fungsi jantung	7. Saya merasa detak jantung saya berdegup lebih cepat dari biasanya	6. Saya tidak merasakan sesak saat bernafas
23. Saya merasakan sakit di dada ketika bernafas	31. Saya tidak mudah lelah			
	Psikologis	Mengalami perubahan emosi	13. Saya mudah marah atau kesulitan untuk mengendalikan emosi	9. Saya merasa tenang dan rileks
			16. Saya merasa "mood" saya tidak stabil atau mudah berubah	30. Saya merasa suasana hati saya sedang baik ketika melakukan suatu hal
		Mengalami gangguan daya ingat	17. Saya merasa mudah lupa terhadap suatu hal	12. Saya merasa mudah untuk mengingat sesuatu
			26. Saya merasa linglung ketika melakukan suatu hal	
		Mengalami gangguan konsentrasi	14. Saya merasa kurang fokus ketika melakukan suatu hal	19. Saya merasa lebih fokus ketika melakukan suatu hal
			34. Saya mudah merasa bosan ketika melakukan suatu hal yang monoton	28. Saya merasa dapat memperhatikan sesuatu dengan seksama
			35. Saya merasa kesulitan mengerjakan banyak hal secara bersamaan	
		Mengalami kesulitan dalam bersosialisasi	18. Saya merasa tidak dapat bekerja sama dengan baik	29. Saya merasa bantuan orang lain berguna bagi saya
			27. Saya merasa kesepian	38. Saya tidak merasa kesepian
		Mengalami tekanan pada tubuh	15. Saya merasa tertekan ketika melakukan hal yang sulit	20. Saya merasa senang jika suatu hal berjalan sesuai keinginan
37. Saya merasa stres				
40. Saya mudah menangis dengan sendirinya (overthinking)				



Lampiran 4 Surat Expert Judgement Alat Ukur**SURAT PERSETUJUAN EXPERT JUDGEMENT**


Nama : Asti Candrarasi C.P., M.Psi., Psikolog
Pekerjaan : Psikolog
Instansi : Biro Asca Elpida

Dengan ini menyatakan instrument / alat ukur Tingkat Stres dalam penelitian dengan judul "Casual Video Game Untuk Mengatasi Stres Pada Mahasiswa Pendidikan Matematika di Universitas Muhammadiyah Gresik" oleh mahasiswa S1 :

Nama : Decza Athiyah Rachmanda Ardhana
NIM : 180701032
Program Studi : Psikologi

Dapat (disetujui / disetujui dengan perbaikan) dan layak digunakan dalam penelitian.
Demikian surat persetujuan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gresik, 03 Juni 2022
Expert Judgement,


(Asti Candrarasi C.P., M.Psi., Psikolog)

Lampiran 5 Kuesioner Sebelum Uji Coba

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya mengalami kesulitan tidur				
2	Saya merasa kurang nafsu makan				
3	Saya merasa tidur saya lebih pulas				
4	Saya merasa kepala saya lebih ringan				
5	Saya sering merasa mual				
6	Saya tidak merasakan sesak saat bernafas				
7	Saya merasa detak jantung saya berdegup lebih cepat dari biasanya				
8	Saya merasa akhir-akhir ini nafsu makan saya meningkat				
9	Saya merasa tenang dan rileks				
10	Saya sering mengalami sakit kepala				
11	Saya sering merasa gugup dan cemas saat melakukan sesuatu				
12	Saya merasa mudah untuk mengingat sesuatu				
13	Saya mudah marah atau kesulitan untuk mengendalikan emosi				
14	Saya merasa kurang fokus ketika melakukan suatu hal				
15	Saya merasa tertekan ketika melakukan hal yang sulit				
16	Saya merasa "mood" saya tidak stabil atau mudah berubah				
17	Saya merasa mudah lupa terhadap suatu hal				
18	Saya merasa tidak dapat bekerja sama dengan baik				
19	Saya merasa lebih fokus ketika melakukan suatu hal				
20	Saya merasa senang jika suatu hal berjalan sesuai keinginan				
21	Saya merasa sering mengalami mimpi buruk				
22	Saya merasa berkeringat lebih banyak daripada biasanya				
23	Saya merasakan sakit di dada ketika bernafas				
24	Saya merasa percaya diri ketika melakukan suatu hal				
25	Saya merasa tidak ada beban yang berat di kepala saya				
26	Saya merasa linglung ketika melakukan suatu hal				
27	Saya merasa kesepian				
28	Saya merasa dapat memperhatikan sesuatu dengan seksama				
29	Saya merasa bantuan orang lain berguna bagi saya				
30	Saya merasa suasana hati saya sedang baik ketika melakukan suatu hal				
31	Saya tidak mudah lelah				
32	Saya merasa tertekan ketika berbicara di depan umum				
33	Saya merasa kepala saya terbebani				
34	Saya mudah merasa bosan ketika melakukan suatu hal yang monoton				
35	Saya merasa kesulitan mengerjakan banyak hal secara bersamaan				
36	Saya merasa energi saya meningkat ketika melakukan suatu hal				
37	Saya merasa stres				
38	Saya tidak merasa kesepian				
39	Saya merasa kepala saya mengalami migrain				
40	Saya mudah menangis dengan sendirinya (<i>overthinking</i>)				

Lampiran 6 *Blueprint* Setelah Uji Coba

No	Variabel	Aspek	Indikator	Aitem	Fav	Unfav
1	Tingkat stres	Biologis	a. Mengalami gangguan tidur	1. Saya mengalami kesulitan tidur* 3. Saya merasa tidur saya lebih pulas* 21. Saya merasa sering mengalami mimpi buruk	1, 21	3
			b. Mengalami sakit kepala	4. Saya merasa kepala saya lebih ringan 10. Saya mengalami sakit kepala 25. Saya merasa tidak ada beban yang berat di kepala saya 33. Saya merasa kepala saya terbebani 39. Saya merasa kepala saya sering berdenyut	10, 33, 39	4, 25
			c. Mengalami perubahan metabolisme tubuh	2. Saya merasa kurang nafsu makan* 5. Saya merasa mual 8. Saya merasa nafsu makan saya meningkat* 22. Saya merasa berkeringat lebih banyak daripada biasanya 36. Saya merasa dapat berkegiatan lebih aktif	2, 5, 22	8, 36
			d. Mengalami gugup dan cemas saat melakukan suatu hal	11. Saya merasa gugup dan cemas saat melakukan sesuatu 24. Saya merasa percaya diri ketika melakukan sesuatu 32. Saya merasa bibir saya mudah kering	11, 32	24
			e. Mengalami peningkatan pernafasan dan fungsi jantung	6. Saya tidak merasakan sesak saat bernafas* 7. Saya merasa detak jantung saya berdegup lebih cepat dari biasanya 23. Saya merasakan sakit di dada ketika bernafas 31. Saya tidak mudah lelah	7, 23	6, 31
2		Psikologis	a. Mengalami perubahan emosi	9. Saya merasa tenang dan rileks 13. Saya mudah marah atau kesulitan untuk mengendalikan emosi 16. Saya merasa mood saya tidak stabil atau mudah berubah 30. Saya merasa suasana hati saya sedang baik	13, 16	9, 30
			b. Mengalami gangguan daya ingat	12. Saya merasa mudah untuk mengingat sesuatu 17. Saya merasa mudah lupa terhadap suatu hal 26. Saya merasa linglung	17, 26	12
			c. Mengalami gangguan konsentrasi	14. Saya merasa kurang fokus 19. Saya merasa lebih fokus 28. Saya merasa dapat memperhatikan sesuatu dengan seksama 34. Saya mudah merasa bosan* 35. Saya merasa kesulitan mengerjakan banyak hal secara bersamaan	14, 34, 35	19, 28
			d. Mengalami kesulitan dalam bersosialisasi	18. Saya merasa tidak dapat bekerja sama dengan baik 27. Saya merasa kesepian 29. Saya merasa bantuan orang lain berguna bagi saya* 38. Saya tidak merasa kesepian	18, 27	29, 38
			e. Mengalami tekanan pada tubuh	15. Saya merasa tertekan 20. Saya merasa senang* 37. Saya merasa stres 40. Saya mudah menangis dengan sendirinya	15, 37, 40	20

GRESIK

Lampiran 7 Kuesioner Setelah Uji Coba

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya merasa kepala saya lebih ringan				
2	Saya sering merasa mual				
3	Saya merasa detak jantung saya berdegup lebih cepat dari biasanya				
4	Saya merasa tenang dan rileks				
5	Saya sering mengalami sakit kepala				
6	Saya sering merasa gugup dan cemas saat melakukan sesuatu				
7	Saya merasa mudah untuk mengingat sesuatu				
8	Saya mudah marah atau kesulitan untuk mengendalikan emosi				
9	Saya merasa kurang fokus ketika melakukan suatu hal				
10	Saya merasa tertekan ketika melakukan hal yang sulit				
11	Saya merasa "mood" saya tidak stabil atau mudah berubah				
12	Saya merasa mudah lupa terhadap suatu hal				
13	Saya merasa tidak dapat bekerja sama dengan baik				
14	Saya merasa lebih fokus ketika melakukan suatu hal				
15	Saya merasa sering mengalami mimpi buruk				
16	Saya merasa berkeringat lebih banyak daripada biasanya				
17	Saya merasakan sakit di dada ketika bernafas				
18	Saya merasa percaya diri ketika melakukan suatu hal				
19	Saya merasa tidak ada beban yang berat di kepala saya				
20	Saya merasa linglung ketika melakukan suatu hal				
21	Saya merasa kesepian				
22	Saya merasa dapat memperhatikan sesuatu dengan seksama				
23	Saya merasa suasana hati saya sedang baik ketika melakukan suatu hal				
24	Saya tidak mudah lelah				
25	Saya merasa tertekan ketika berbicara di depan umum				
26	Saya merasa kepala saya terbebani				
27	Saya merasa kesulitan mengerjakan banyak hal secara bersamaan				
28	Saya merasa energi saya meningkat ketika melakukan suatu hal				
29	Saya merasa stres				
30	Saya tidak merasa kesepian				
31	Saya merasa kepala saya mengalami migrain				
32	Saya mudah menangis dengan sendirinya (overthinking)				

RESPONDEN	ITEM																																								JUAL	total baru		
	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	39	40				
1	3	1	3	3	1	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	3	1	1	1	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	62	67	
2	2	2	2	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	1	2	3	2	3	4	4	3	3	1	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	24	78		
3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	1	2	2	3	4	2	4	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	3	2	4	39	65		
4	1	2	1	4	2	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2	3	1	2	2	2	3	4	3	3	3	1	2	4	2	4	3	3	2	3	3	2	3	61	67		
5	1	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	3	3	1	3	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3	1	3	2	2	1	1	36	47		
6	3	2	4	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4	4	2	2	1	2	2	3	3	4	3	2	3	2	3	1	64	65		
7	2	2	2	2	1	4	2	2	2	2	3	2	1	1	4	3	2	2	2	1	2	1	1	3	3	2	3	2	1	2	1	3	2	3	3	2	2	3	2	3	36	52		
8	3	2	4	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	3	63	38		
9	2	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	2	1	3	3	4	4	3	2	3	4	2	3	3	65	71		
10	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	2	1	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	65	59		
11	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	62	90		
12	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	2	3	2	2	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	63	74		
13	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3	65	63		
14	4	1	2	3	1	2	3	1	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	1	3	2	2	3	4	3	4	3	2	4	2	4	4	2	3	3	4	3	4	67	74		
15	1	1	3	4	1	3	4	1	2	1	4	3	4	4	4	2	3	4	2	1	1	2	2	2	4	1	1	2	2	2	4	3	3	1	4	2	4	1	2	4	69	61		
16	2	2	2	3	1	3	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	2	3	81	46	
17	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	1	2	2	2	3	4	3	4	3	1	3	4	3	4	1	4	3	4	4	3	4	20	73		
18	3	1	3	3	3	2	2	2	3	4	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	61	66		
19	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	2	2	2	3	4	3	2	4	3	3	4	68	75		
20	3	2	3	3	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	4	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	67	51		
21	3	1	3	4	3	4	3	2	3	2	4	2	2	3	3	3	2	3	2	1	1	3	1	3	4	2	3	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	4	3	1	60	60		
22	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	60	61		
23	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	66	66	
24	3	1	4	3	1	2	2	2	1	1	4	1	2	1	3	2	3	1	1	2	3	2	1	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	4	4	2	1	1	1	1	65	46		
25	3	3	3	3	1	2	1	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	3	3	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	69	48		
26	2	3	2	3	1	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	4	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	1	2	2	66	50	
27	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	60	56		
28	4	2	3	4	2	2	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	24	76		
29	2	2	2	3	3	4	3	2	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	1	2	2	1	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	75	75	
30	4	4	2	3	1	1	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	2	4	3	2	3	2	2	67	59		
Nilai r =	0,29	0,28	-0,03	0,55	0,64	-0,04	0,67	0,04	0,83	0,68	0,53	0,62	0,67	0,76	0,53	0,68	0,60	0,72	0,78	0,13	0,43	0,43	0,70	0,71	0,67	0,68	0,54	0,72	0,02	0,79	0,64	0,50	0,57	0,05	0,53	0,73	0,76	0,50	0,00	0,50	0,11			
	g	g	g	s	s	g	s	g	s	s	s	s	s	s	s	s	s	s	s	g	s	s	s	s	s	s	s	s	g	s	s	s	s	g	s	s	s	s	s	s	s	s	67	

Lampiran 8 Uji Coba Skala Likert

Lampiran 9 Reliabilitas Aitem Uji Coba (Percobaan Pertama)

Scale: ALL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.932	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	101.03	287.275	.242	.933
Item_2	101.50	287.431	.236	.933
Item_3	100.93	296.478	-.067	.935
Item_4	100.57	285.978	.529	.930
Item_5	101.70	276.286	.602	.929
Item_6	101.23	297.357	-.090	.936
Item_7	101.27	277.237	.640	.929
Item_8	101.23	294.806	-.006	.935
Item_9	100.83	272.489	.819	.927
Item_10	101.07	275.168	.656	.929
Item_11	100.80	280.648	.493	.930
Item_12	100.83	278.420	.594	.929
Item_13	100.90	275.610	.643	.929
Item_14	100.83	272.626	.737	.928
Item_15	100.57	282.530	.499	.930
Item_16	100.73	276.271	.648	.929
Item_17	100.83	279.592	.550	.930
Item_18	101.23	273.978	.690	.928
Item_19	101.23	277.495	.765	.928
Item_20	102.20	292.510	.127	.933
Item_21	101.60	283.145	.383	.931
Item_22	101.40	283.697	.388	.931
Item_23	101.87	278.947	.680	.929
Item_24	101.00	281.103	.694	.929
Item_25	100.47	277.223	.641	.929
Item_26	101.27	275.030	.654	.929
Item_27	101.17	278.351	.493	.930
Item_28	101.23	280.116	.704	.929
Item_29	101.83	295.316	-.024	.935
Item_30	101.47	278.671	.778	.928
Item_31	100.70	276.976	.607	.929
Item_32	101.00	282.345	.462	.930
Item_33	101.00	278.207	.533	.930
Item_34	100.73	294.547	.004	.935
Item_35	100.80	279.407	.488	.930
Item_36	101.13	279.982	.713	.929
Item_37	100.87	273.154	.741	.928
Item_38	101.23	280.530	.464	.931
Item_39	101.33	273.609	.787	.927
Item_40	100.67	278.644	.452	.931

Lampiran 10 Reliabilitas Aitem Uji Coba (Percobaan Kedua)

Scale: ALL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.953	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_4	81.67	271.195	.567	.952
Item_5	82.80	262.717	.589	.951
Item_7	82.37	262.792	.659	.951
Item_9	81.93	258.409	.829	.949
Item_10	82.17	261.385	.651	.951
Item_11	81.90	265.955	.517	.952
Item_12	81.93	263.582	.627	.951
Item_13	82.00	262.069	.629	.951
Item_14	81.93	257.099	.798	.949
Item_15	81.67	266.851	.567	.951
Item_16	81.83	262.557	.640	.951
Item_17	81.93	264.616	.587	.951
Item_18	82.33	259.678	.705	.950
Item_19	82.33	264.161	.736	.950
Item_21	82.70	270.493	.332	.953
Item_22	82.50	270.259	.362	.953
Item_23	82.97	266.033	.632	.951
Item_24	82.10	267.472	.672	.951
Item_25	81.57	262.392	.675	.951
Item_26	82.37	261.551	.640	.951
Item_27	82.27	264.409	.492	.952
Item_28	82.33	266.230	.697	.951
Item_30	82.57	264.530	.786	.950
Item_31	81.80	261.614	.658	.951
Item_32	82.10	268.162	.466	.952
Item_33	82.10	262.645	.588	.951
Item_35	81.90	265.059	.500	.952
Item_36	82.23	266.530	.685	.951
Item_37	81.97	258.654	.765	.950
Item_38	82.33	266.092	.478	.952
Item_39	82.43	260.047	.775	.950
Item_40	81.77	264.185	.467	.953

Lampiran 11 Kuesioner *Pretest*

KUESIONER

Nama :
 Usia :
 Semester :
 Prodi :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden (subjek penelitian). Persetujuan ini diambil dan disepakati dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Dalam pengisian kuesioner tidak ada jawaban benar dan salah, maka dari itu silahkan diisi sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dirasakan.

Kuesioner ini tidak ada tujuan untuk menjudge responden, dan akan terjamin kerahasiaannya.

Keterangan penilaian:

STS : Sangat tidak sesuai

TS : Tidak sesuai

S : Sesuai

SS : Sangat sesuai

Silahkan berikan tanda (√) pada pernyataan berdasarkan nilai diri anda.

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya merasa kepala saya lebih ringan				
2	Saya sering merasa mual				
3	Saya merasa detak jantung saya berdegup lebih cepat dari biasanya				
4	Saya merasa tenang dan rileks				
5	Saya sering mengalami sakit kepala				
6	Saya sering merasa gugup dan cemas saat melakukan sesuatu				
7	Saya merasa mudah untuk mengingat sesuatu				
8	Saya mudah marah atau kesulitan untuk mengendalikan emosi				
9	Saya merasa kurang fokus ketika melakukan suatu hal				
10	Saya merasa tertekan ketika melakukan hal yang sulit				
11	Saya merasa "mood" saya tidak stabil atau mudah berubah				
12	Saya merasa mudah lupa terhadap suatu hal				
13	Saya merasa tidak dapat bekerja sama dengan baik				
14	Saya merasa lebih fokus ketika melakukan suatu hal				
15	Saya merasa sering mengalami mimpi buruk				
16	Saya merasa berkeringat lebih banyak daripada biasanya				
17	Saya merasakan sakit di dada ketika bernafas				
18	Saya merasa percaya diri ketika melakukan suatu hal				
19	Saya merasa tidak ada beban yang berat di kepala saya				

20	Saya merasa linglung ketika melakukan suatu hal				
21	Saya merasa kesepian				
22	Saya merasa dapat memperhatikan sesuatu dengan seksama				
23	Saya merasa suasana hati saya sedang baik ketika melakukan suatu hal				
24	Saya tidak mudah lelah				
25	Saya merasa tertekan ketika berbicara di depan umum				
26	Saya merasa kepala saya terbebani				
27	Saya merasa kesulitan mengerjakan banyak hal secara bersamaan				
28	Saya merasa energi saya meningkat ketika melakukan suatu hal				
29	Saya merasa stres				
30	Saya tidak merasa kesepian				
31	Saya merasa kepala saya mengalami migrain				
32	Saya mudah menangis dengan sendirinya (overthinking)				



Keterangan		
		: Semester 6
		: Semester 2
		: Semester 4
		Item Unfavorable
		Item Favorable

Lampiran 13 Hasil Skoring Pretest

No	Nama Mahasiswa	Skor (Pretest)	Interpretasi
6	ENDANG EKA PRATIWI	75	Sedang
13	JAYA DINA MULYANI	85	Sedang
3	NOOR SHABIHA FARHANA	68	Sedang
	FERINA VETTY JAZILAH		
7	SHELLA ANGGITA	89	Tinggi
	AINUN NISWATIL ANISAH		
11	DIVA LAILA IKA DARMAYANTI	87	Sedang
12	RIZQIYATUL FITRIYAH	82	Sedang
18	LAILIYAH ALUFATUN NUFUS	76	Sedang
16	PUTRI RIZQO NISNANDANI	89	Tinggi
5	DINA SOFIANA	90	Tinggi
8	NURUL MASRUKHAH	80	Sedang
1	ROIKHATUL JANNAH	83	Sedang
	RISA AYUDIYA SARI		
19	ALIYATUR ROIKHA	58	Rendah
9	YAFI ALDI PRANOTO	75	Sedang
2	SITI AULIA RAHMAWATI	79	Sedang
	NIMATUL HIKMAH		
4	AL-IFFAH NANDA	78	Sedang
17	NIKMATURRAHMA	60	Rendah
	NUR KHOMARIAH		
15	SITI NUR HIDAYAH	85	Sedang
10	ELMA QURNIA ELOK WAHYUNI	78	Sedang
14	RIZKY SAFIKA GHOINIYAH	91	Tinggi
	SITI FATIMATUS SHOLIHA AZHARI		
44	HANIFATUS SYIFA	73	Sedang
35	IKA FEBBY SETYAWARDANI	77	Sedang
31	PUTRI DWI SARTIKA	91	Tinggi

	CHOFIFAH LAILATUN NAFISYAH		
38	DEVI KURNIAWATI	49	Rendah
43	FIRNANDA SHOFIYAH AGUSTIN	85	Sedang
49	IRMA SURYA AFRIANI	72	Sedang
34	DIFA SALSABILA FAUZIAH C.A	90	Tinggi
48	BENING TIRTA ALIR	95	Tinggi
33	ANGGA DWITA DESI LISNAWATI	78	Sedang
36	AHMAD AQIL MAHARDIKA	50	Rendah
42	DWI WULANDARI	85	Sedang
37	KINANTI KUSUMA WIDURI	78	Sedang
50	KHURININ	80	Sedang
	SONY ELVIANTO HERMAWAN		
45	DEWI SUSANTI	73	Sedang
52	ANISA FITRI NUR RAHMAH	76	Sedang
	RIZAL AFANDI		
46	ARINI DWI RAHMAWATI AL FARISI	72	Sedang
40	VINA MELINDAH	69	Sedang
	NUR HIDAYAH		
	RIFATUL MACHMUDA		
51	ADELA NUR AFIDA SALSABILA	74	Sedang
	UZER AL KHAFID		
32	LAILATUN NADHIFAH	71	Sedang
	HISBULLAH ASSUFI		
	ZAHROTUL MAIMUNA		
39	KHOLIDAH MAYA IRFANA	68	Sedang
	ZAHRA IMAMA HAMDADA		
41	FIDHA FITRIA	89	Tinggi
21	SAFFANAH ZIYAN SALSABIELA	54	Rendah
30	ENGGAR IHZATUL MAHFUDAH	77	Sedang
23	AINUN FATIKHA PUTRI	68	Sedang
20	WANDHI SISWOYO	76	Sedang
	POPPY PUTRI IS MAHARNI		
29	SYAWALIYAH AIDA SAFITRI	67	Sedang
28	MUHAMMAD FALIH HANIFIYAH	74	Sedang
27	HABIBAH AINURROHMA FIRDAUSIAH	87	Sedang
25	WINDI RETNO ASTUTI	84	Sedang
22	ZAHRA SALSABILA	82	Sedang
24	MUHAMMAD ARIF JUNAIDI	76	Sedang

Lampiran 14 Verbatim Wawancara Subjek Penelitian

Subjek 1

Dec :	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
F :	Wa'alaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
Dec :	Sebelumnya perkenalkan nama saya Decza Athiyyah Rachmanda Ardhana, saya dari mahasiswa Psikologi semester 8 dini sedang menjalankan mini wawancara untuk skripsi saya. Kemudian disini kakak tidak apa untuk memberikan informasinya secara jujur dan terbuka, disini juga insyaallah rahasianya terjaga. Jadi gapapa kalau mau ngobrol jujur-jujuran aja, gitu ya kak ya?
F :	Iya
Dec :	Sebelumnya saya juga minta izin untuk melakukan perekaman apakah boleh kak?
F :	mmm... boleh, tapi ini kan dirahasiakan identitasnya?
Dec :	Iya, dirahasiakan kok
F :	Oke
Dec :	Oke terima kasih sebelumnya karena sudah bersedia. Disini nanti isi pertanyaannya mengenai stres seperti yang kuesioner kemarin, waktu seperti mengisi kuesioner. Kebetulan kakak disini masuk ke kategorinya, makanya disini saya menjalankan mini wawancara kepada kakak, begitu
F :	Iya
Dec :	Oke, saya mulai kak ya?
F :	*menganggukkan kepala*
Dec :	Pertanyaan pertama, ketika kakak merasa stres dengan tugas yang diberikan oleh atasan, guru atau dosen. Apa kak yang dirasakan pada tubuh kakak?
F :	Mungkin ini ya lelah, pikirannya juga kadang sulit gitu buat berfikir jernih kadang itu, sulit tidur kadang itu, kadang juga pernah nggak mood makan karena kebanyakan yang harus dipikinin
Dec :	Ada lagi mungkin?
F :	Mungkin kadang pernah dalam satu hari itu nggak tidur gara-gara itu
Dec :	Ohh jadi sama sekali ndak tidur ya?
F :	Iya pernah, kadang tidur cuma 2-3 jam gitu
Dec :	Sudah atau ada lagi?
F :	Sudah
Dec :	Oke. Selanjutnya dengan adanya tugas-tugas pada pekerjaan atau kuliah, kemudian tugas-tugas atau pekerjaannya itu menumpuk. Kira-kira apa yang kakak rasakan dalam pikiran kakak?
F :	Bingung. Kadang kan tugas itu kan nggak cuma satu ya, kadang ada beberapa gitu. Bingung mau mengerjakan yang mana dulu gitu... jadi sulit buat memikirkan buat tugas apa yang mau diselesaikan dulu dan kadang deadlinenya itu kan sama-sama dekat gitu.
Dec :	Lebih ke bingung aja kak ya?
F :	Iya
Dec :	Ada lagi mungkin?
F :	Mungkin kalo ini, kalo ada kan kadang biasanya kan dalam suatu mata kuliah kan ada tugas kelompok gitu kan, nah dalam kelompok itu mungkin ada beberapa anak yang mengerjakan atau yang nggak gitu, kan kadang diri sendiri ini kayak merasa apa ya, kayak "he anak ini lho kok gamau ngerjain, padahal kan tugasnya sendiri." Tugas kelompok kan harusnya dikerjakan bersama-sama, gitu. Kadang suka kepikiran kayak gitu.
Dec :	Oke, ada lagi mungkin?
F :	Sudah

Dec :	Sudah? Oke selanjutnya. Ketika tugas atau pekerjaan yang diberikan oleh atasan atau dosen kakak itu terasa sangat sulit sekali dan kakak itu sampai nggak menemukan solusinya, kira-kira apa yang kakak alami secara emosional? Apa yang kakak rasakan secara emosional?
F :	Maksudnya secara emosional itu kayak gimana?
Dec :	Ya mungkin kayak marah atau nangis atau bagaimana mungkin?
F :	Mungkin nangis sih, soalnya ndak tau mau tanya ke siapa. Mau tanya ke temen juga ya juga nggak tau jawabannya gitu. Mungkin nangis.
Dec :	Itu aja?
F :	Iya
Dec :	Oke, selanjutnya ini yang terakhir. Apakah saat kakak merasa stres membuat kakak itu menjadi penyendiri dan menarik diri dari orang lain atau orang terdekat, bagaimana?
F :	Iya bener, kadang suka moodnya itu gampang berubah, kalau kumpul sama temen-temen itu biasanya ditanyain “kenapa kok moodmu sering berubah?” kayak gitu, lebih ke mood sih, gitu
Dec :	Itu saja?
F :	Iya
Dec :	Jadi lebih kayak mending nggak usah deket dulu gitu ya kak sama temennya?
F :	Iya daripada kena imbasnya temen-temen
Dec :	Oke. Mungkin itu saja kak untuk wawancara malam ini, terima kasih sudah bersedia untuk menjalani wawancara dengan saya untuk membantu tugas skripsi saya sekali lagi saya ucapkan terima kasih
F :	Iya kak sama-sama, semoga skripsinya lancar
Dec :	Aamiin... besok juga ditunggu kehadirannya kak ya
F :	Iya insyaallah
Dec :	Oke. Saya tutup Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
F :	Wa’alaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh

Subjek 2

Dec :	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
P :	Wa’alaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
Dec :	Jadi perkenalkan nama saya Decza Athiyah Rachmanda Ardhana, saya dari mahasiswa psikologi semester 8, disini saya berniat untuk mewawancarai mbak untuk menanya-nanyai mengenai stres. Kan kemarin juga sudah saya kasih juga kan kuesionernya ke mbak?
P :	Iya
Dec :	Nah disini saya mau menanya-nanyai perihal itu, disini mbak silahkan menjelaskan secara terbuka, jadi tidak perlu ada yang ditutup-tutupi jujur aja gapapa dan saya jamin rahasianya tidak akan tersebar kemana-mana. Jadi rahasianya ya untuk penelitian ini saja, dikeep identitasnya pasti nanti akan disamarkan
P :	Stres apa ini maksudnya?
Dec :	Stres secara umum. Ini sebelumnya saya izin untuk melakukan perekaman boleh?
P :	Oh iya boleh
Dec :	Oke, saya mulai untuk pertanyaan pertama. Ketika mbak P merasa stres dengan tugas yang diberikan oleh atasan atau dosen mbak P, apa yang P rasakan pada tubuh mbak?
P :	Istirahat sih, kalau misalnya tugas itu belum selesai tapi deadline nya sudah dekat itu aku pasti bakalan istirahat dulu sebentar
Dec :	Yang dirasakan sama tubuh?
P :	Kalau yang dirasakan sama tubuh capek sih pasti, kepalanya pusing kayak gitu, terus kayak ini sih sering mata capek itu, seperti itu
Dec :	Ada lagi?
P :	Kalau yang dirasakan sama tubuh sih biasanya sakit pinggang

Dec :	Oke selanjutnya, ketika mbak putri merasa stres, apakah akan mempengaruhi pola makan mbak putri?
P :	Iya, kayak misalnya terlalu serius ngerjakan gitu ya pasti bakal lupa. Kayak misalnya malem gitu pasti gaakan makan karena harus selesaikan tugas tadi
Dec :	Jadi karena tekanan tadi akhirnya mbak P nggak makan dulu gitu?
P :	Iya, skip dulu makannya
Dec :	Oke. Ketika mbak putri merasa stres dengan tugas dari pekerjaan atau kuliah yang menumpuk, apakah mbak putri mengalami masalah tidur?
P :	Iya pastinya mengalami masalah tidur, kan karena nggak selesai tugasnya jadinya harus segera dikerjakan, terus nanti kalau nggak selesai itu bakal bikin stres sendiri, terus ya tadi nggak bisa tidur karena kepikiran tugasnya
Dec :	Ada lagi?
P :	Sudah sih
Dec :	Oke. Dengan adanya tugas-tugas pekerjaan atau kuliah mbak P yang menumpuk, apa yang mbak rasakan di pikiran mbak P?
P :	Gimana-gimana?
Dec :	Tugas kuliah atau pekerjaan yang menumpuk nih, nah yang mbak putri rasakan di pikiran mbak putri itu apa? Yang dirasakan dalam perasaan
P :	Ini sih, merasa tertekan sih dengan tugas itu tadi, terus kan terkadang itu kan ada masalah lain selain tugas itu, jadi kadang itu kayak bikin drop, bingung.
Dec :	Oke, selanjutnya. Ketika ada tugas kuliah atau pekerjaan nih, yang diberikan oleh atasan atau dosen terasa sangat sulit dan ternyata mbak P nggak menemukan solusinya, apa yang mbak P rasakan secara emosional?
P :	Kalau nggak selesai?
Dec :	Kalau nggak menemukan solusinya
P :	Tambah marah, nggak tenang soalnya nggak selesai-selesai
Dec :	Itu aja?
P :	Iya
Dec :	Oke, mungkin ini pertanyaan terakhir. Apakah saat mbak P merasa stres membuat mbak menjadi penyendiri dan menarik diri dari orang lain atau terdekat mbak?
P :	Kalau emang lagi stres banget itu emang menyendiri, tapi kalo agak ini harus ketemu orang, ketemu orang buat ini naikin moodnya lagi. Kalau buat ngilangin sebentar itu harus menemui orang lain, ketemu temen-temen gitu
Dec :	Kalau yang stres berat gimana?
P :	Iya menyendiri, kayak ya menyendiri gitu aja gamau ketemu orang. Soalnya kalau lagi stres kan emosinya lagi nggak baik, jadi kalo ketemu orang itu takutnya orang lainnya kena emosi yang kita punya gitu
Dec :	Oke itu aja mbak, terima kasih sudah bersedia mengikuti sesi mini wawancara. Saya ucapkan terima kasih sudah membantu skripsi saya ini, Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
P :	Wa'alaikumsalam

Subjek 3

Dec :	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
D :	Wa'alaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
Dec :	Oke, perkenalkan nama saya Decza Athiyah Rachmanda Ardhana, saya dari mahasiswa Psikologi semester 8. Disini saya sedang menjalankan skripsi dan ini pada tahap mini wawancara, kemarin kan mbak D sudah mengisi form kuesioner tentang stres yang sudah saya bagikan tempo hari?
D :	Iya

Dec :	Nah disini saya akan menanya nanyai perihal itu. Disini mbak D silahkan berkata sejujurnya tidak ada yang ditutup-tutupi karena akan saya jamin rahasianya, akan saya keep untuk penelitian ini saja, jadi tidak akan disebarakan kemana-mana, jadi tenang santai aja gitu ya?
D :	Iya
Dec :	Sebelumnya saya sambil rekam boleh?
D :	Boleh
Dec :	Kita langsung saja mulai wawancaranya ke pertanyaan pertama. Ketika mbak D merasa stres dengan tugas yang diberikan oleh atasan atau dosen, apa yang mbak D rasakan pada tubuh mbak D?
D :	Ini mungkin, kepala nyut-nyutan
Dec :	Migrain?
D :	He'em iya kadang sampe migrain, kadang ini yang tengah-tengah ini nyut-nyut gitu, pusing. Jadi lebih habis langsung kerjain banyak gitu istirahat sebentar gitu... kadang ya sampe nyut-nyut sampe konsumsi anu... obat pereda nyeri
Dec :	Ada lagi?
D :	Sudah
Dec :	Oke, selanjutnya ketika mbak D merasa stres, apakah akan mempengaruhi pola makan?
D :	Iya, kayaknya stres kalau saya itu makin banyak makan, kayak pelariannya itu ke makan. Jadi kayak mau makan apapun itu
Dec :	Sudah? Ada lagi?
D :	sudah
Dec :	Oke selanjutnya. Ketika mbak D merasa stres dengan tugas pekerjaan atau kuliah yang menumpuk, apakah mbak D mengalami masalah tidur?
D :	Iya sih, kadang malem itu sampe nggak bisa tidur. Kadang itu bener-bener pagi, pernah 1 hari itu ndak tidur
Dec :	Ada lagi?
D :	Yaa akhir-akhir ini juga jarang tidur awal sih, kadang tengah malem gitu jam 1 jam 2 baru tidur
Dec :	Ada lagi?
D :	Sudah
Dec :	Oke, selanjutnya. Dengan adanya tugas-tugas pada pekerjaan atau kuliah yang menumpuk, apa yang mbak D rasakan dalam pikiran mbak?
D :	Pikirannya kacau aja sih, kacau. Kayak kalau misalnya ada tugas numpuk terus dipikir-pikir terus kayak makin... apa ya susah jelasinnya
Dec :	Overthinking gitu?
D :	Nah iya, kadang itu misal ada apa gitu dipikir. Jadi kayak malem gitu nangis tapi nggak tau alasannya apa. Kayak bener-bener berat aja gitu
Dec :	Oke selanjutnya. Ketika tugas dari pekerjaan atau kuliah ini yang diberikan oleh atasan atau dosen terasa terlalu sulit dan mbak D nggak bisa nemu solusinya, nah apa yang mbak rasakan secara emosional?
D :	Kecewa sih pada diri sendiri kayak kenapa sih gak bisa. Tapi kalau nggak bisa ya mungkin minta bantu temen, minta tolong sih kayak ini gimana-gimana? Ini caranya gimana? Jadi sebisa mungkin bisa
Dec :	Oke ini pertanyaan terakhir. Apakah ketika mbak D merasa stres membuat mbak D ini menjadi penyendiri dan menarik diri dari orang lain atau orang terdekat mbak D?
D :	Terkadang, kayak pernah kondisi stres banget itu kalau diajak ngomong itu nggak bisa. Bukan nggak bisa, kayak gak mood, kalau diajak ngomong nggak nyambung, kadang ngelamun, konsentrasinya mungkin yang agak kurang
Dec :	Tapi menarik diri mungkin?

D :	Nggak sih, aku lebih ke pelampiasannya malem-malem tadi. Jadi kayak keluar gini masih bisa, seneng-seneng, tapi kalo malem gitu baru
Dec :	Oke segitu aja mbak D, terima kasih sudah bersedia untuk menjadi narasumber dari penelitian skripsi saya, untuk salah-salahnya saya mohon maaf. Saya tutup Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
D :	Wa'alaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh

Lampiran 15 Prologue Casual Video Game Flower



Lampiran 16 Validasi *Casual Video Game Flower* dari *Expert Judgement*

VALIDASI EXPERT JUDGEMENT

Setelah memeriksa instrumen atau *game* dari penelitian yang berjudul "*Casual Video Game* untuk Menurunkan Stres pada Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik" yang disusun oleh :

Nama : Decza Athiyah Rachmanda Ardhana
NIM : 180701032
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi

Dengan ini saya:

Nama : Asti Candrasasi Catur Putri, M.Psi., Psikolog
Pekerjaan : Praktisi Psikolog

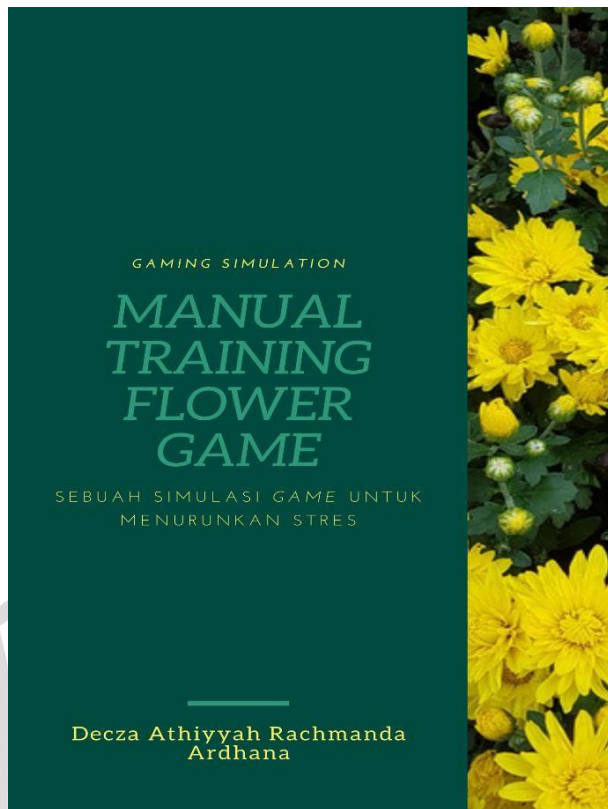
Menyatakan bahwa instrumen atau *game* dalam penelitian tersebut valid bahwasannya dapat digunakan untuk menurunkan stres

Gresik, 18 Juni 2022
Validator



Asti Candrasasi Catur Putri, M.Psi., Psikolog

Lampiran 17 *Manual Training*



PANDUAN BERMAIN *FLOWER*

1. *Flower*

Flower adalah sebuah permainan video yang dikembangkan oleh *Thatgamecompany* didesain oleh Jenova Chen dan Nicholas Clark dan diperkenalkan pada tahun 2007 di Tokyo Game Show. *Flower* dirilis pada bulan Februari 2009 untuk PlayStation 3 lewat *PlayStation Network*. Versinya untuk *PlayStation 4* dan *PlayStation Vita* dikembangkan oleh *Bluepoint Games* dan dirilis pada bulan November 2013. *Flower* dirancang sebagai sebuah "penerus spiritual" dari *Flow*, karya Chen dan *Thatgamecompany* sebelumnya. Dalam *Flower*, pemain mengendalikan angin, meniup mahkota bunga melalui udara. Terbang di dekat bunga-bunga dapat menyebabkan mahkota bunga pemain diiringi oleh mahkota bunga lainnya. Mendekati bunga-bunga juga dapat mengakibatkan hal lain di dalam dunia permainan, seperti memberikan warna ke lahan yang sebelumnya mati dead atau menggerakkan kincir

angin. Permainan ini tidak menampilkan teks atau diskusi. Tuturan dalam permainan dinarasikan utamanya dengan penggambaran visual dan isyarat emosional.

Flower ditujukan utamanya untuk membangkitkan emosi positif dari pemain ketimbang menjadi permainan yang menantang dan "menyenangkan". Hal ini dibawa oleh Chen yang merasa bahwa tujuan utama dari produk-produk hiburan seperti permainan video yaitu perasaan yang ditimbulkannya kepada pengguna serta bahwa jangkauan emosional dari kebanyakan permainan sangat terbatas. Tim pengembang menilai usaha mereka sebagai penciptaan suatu karya seni, menghapus unsur dan mekanika permainan yang kurang dapat menimbulkan respon yang diinginkan terhadap pemain. Lagu dalam permainan, disusun oleh Vincent Diamante, secara dinamis merespon terhadap apa-apa yang dilakukan pemain dalam permainan dan berkorelasi dengan isyarat-isyarat emosional di dalam permainan.

2. Inti Permainan

Flower terbagi menjadi 6 *level* utama dan 1 *level* pentup. Setiap *level* menampilkan sebuah bunga di sebuah pot di suatu teras jendela apartemen kota. Setelah memilih pilihan salah satunya, pemain dibawa ke dalam "mimpi" dari bunga tersebut. Setelah masuk ke dalam *level*, pemain mengendalikan angin yang meniup satu mahkota bunga melalui udara lebih kurangnya. Perubahan pada kemiringan dan pondongan mahkota bunga diputuskan dengan mengubah keadaan controller (mouse) Laptop atau PC. Menekan klik kiri pada mouse akan menimbulkan angin bertiup semakin kencang yang membuat mahkota bunga terbang semakin cepat. Kamera dalam permainan umumnya mengikuti di balik mahkota bunga, namun terkadang pula bangkit untuk menunjukkan *objective* (misi) atau pengaruh dari langkah yang dilakukan pemain.

Himpunan dan barisan bunga-bunga ada di setiap *level*. Mendekatinya dengan mahkota bunga pemain menyebabkan bunga-bunga tersebut bermekaran dan mahkota bunga baru mengikuti pemain. Ketika pemain mendekati bunga/kumpulan bunga tertentu, perubahan terjadi di dalam dunia permainan, yang dapat berupa membuka area baru, menghidupkan padang rumput yang mati menjadi hijau, atau mengaktifkan kincir angin. Perubahan ini umumnya memproduksi bunga-bunga yang tumbuh untuk berinteraksi dengan pemain. Terbang melalui setiap bunga-bunga akan menghasilkan suara lonceng-lonceng yang berharmonisasi dengan lagu dalam permainan. Lagu itu

sendiri secara dinamis bertukar seiring perubahan-perubahan terjadi di dalam dunia permainan. Semakin banyak mahkota bunga yang mengikuti pemian, semakin cepat mahkota bunga tersebut terbang. Tidak dimungkinkan untuk pemain untuk kalah dalam suatu level. Flower tidak menampilkan musuh, hit point, atau ketentuan yang tidak boleh dilampaui waktu tertentu.

3. *Tutorial*

3.1. *Controller*

Cara untuk memainkan game *Flower* adalah dengan menggerakkan mouse ke kanan maupun kiri untuk menggerakkan mahkota bunga dan mengelilingi area untuk mendapatkan mahkota bunga lainnya seperti pada gambar berikut.



Agar dapat melaju dengan cepat, maka gunakan klik kiri pada mouse atau yang diberikan tanda lingkaran merah seperti pada gambar berikut.



3.2. Prologue



Pada awal *game menu* diperlihatkan 6 vas bunga yang di dalamnya terdapat bunga-bunga yang berbeda dan 1 bingkai foto. Vas dengan bunga kuning adalah *chapter 1*, vas dengan bunga merah adalah *chapter 2*, vas dengan bunga pink adalah *chapter 3*, vas dengan bunga biru adalah *chapter 4*, vas dengan bunga ungu adalah *chapter 5*, vas dengan bunga nila adalah *chapter 6*, dan bingkai foto merupakan *credit scene*.

3.3. Chapter 1



Pada awal permainan pemain disuguhkan setangkai bunga yang belum mekar, silahkan klik kiri satu kali agar bunga menjadi mekar dan pemain mendapatkan 1 mahkota bunga yang lepas



Kemudian pemain diperlihatkan bunga-bunga lainnya namun dengan lingkaran yang menyala, disini pemain disuruh untuk mendapatkan mahkota bunga lainnya dengan menyentuhkan mahkota bunga yang dikendalikan ke mahkota bunga yang menyala seperti pada gambar di atas, sehingga mahkota bunga yang ditabrakkan akan terbuka.



Terkadang pemain akan diperlihatkan angin yang berhembus seperti yang ada pada gambar di atas, angin berhembus tersebut dapat diartikan sebagai tempat

selanjutnya yang harus dituju untuk mendapatkan mahkota bunga lainnya yang masih belum didapatkan.



Selanjutnya pemain diperlihatkan tempat yang rumputnya gersang, disini pemain memiliki tujuan yaitu menghijaukan area gersang tersebut dengan mendapatkan mahkota bunga-bunga lainnya agar pemain dapat menuju ke area selanjutnya.



Sampai pemain diperlihatkan oleh angin yang berputar-putar dengan membawa kelopak bunga berwarna pink yang menunjukkan bahwa *game* sudah akan mencapai garis *finish*

3.4. Chapter 2



Pada awal permainan sama seperti sebelumnya, diperlihatkan satu tangkai bunga yang belum terbuka mahkotanya, di sini pemain mengklik satu kali agar mahkota terbunga dan membawa satu kelopak bunga yang terlepas.



Sama seperti chapter sebelumnya juga, pemain disuruh untuk mendapatkan kelopak-kelopak bunga lainnya. namun disini diperlihatkan bahwa terdapat dinding yang tertutup. Cara untuk membuka dinding tersebut adalah dengan cara seperti berikut.



Pemain disuruh untuk mendapatkan bunga-bunga berwarna merah yang berada di atas bukit yang dikelilingi oleh bebatuan seperti gambar di atas.



Jika pemain sudah mendapatkan seluruh bunga merah yang dikelilingi oleh bebatuan, maka dinding yang tadinya tertutup akan terbuka dan pemain dapat menuju ke area selanjutnya dan mendapatkan kelopak-kelopak bunga kembali seperti biasanya sampai muncul angin yang berputar-putar dengan dikelilingi kelopak bunga berwarna pink seperti pada **Gambar 3.9**.

Lampiran 18 *Informed Consent* Subjek Penelitian Eksperimen

Subjek 1

LEMBAR PERSETUJUAN PARTISIPAN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Noor Shabiha Farhana

Umur : 22

Alamat : Randu Agung, Kebomas, Gresik

Prodi : Pendidikan Matematika

Menyatakan bersedia menjadi partisipan pada penelitian yang di lakukan oleh :

Nama : Decza Athiyah Rachmanda Ardhana

NIM : 180701032

Alamat : Jl. Dr. Wahidin S. H Gg 28 Baru C/14

Judul : *Casual Video Game* untuk Menurunkan Stres pada Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik

Saya akan bersedia untuk diberikan *treatment* dan dilakukan dokumentasi berupa perekaman demi kepentingan penelitian Dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan penelitian. Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gresik, 22 Juni 2022

Responden



(NOOR SHABIHA F...)

Subjek 2

LEMBAR PERSETUJUAN PARTISIPAN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : *Fidha Fidia*

Umur : *20 th*

Alamat: *Jl. Dr. Sutomo 5/11*

Prodi : *Pendidikan Matematika*

Menyatakan bersedia menjadi partisipan pada penelitian yang di lakukan oleh :

Nama : Decza Athiyah Rachmanda Ardhana

NIM : 180701032

Alamat : Jl. Dr. Wahidin S. H Gg 28 Baru C/14

Judul : *Casual Video Game* untuk Menurunkan Stres pada Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik

Saya akan bersedia untuk diberikan *treatment* dan dilakukan dokumentasi berupa perekaman demi kepentingan penelitian. Dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan penelitian. Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gresik, 23 Juni 2022

Responden


(.....*Fidha Fidia*.....)

Subjek 3

LEMBAR PERSETUJUAN PARTISIPAN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : *Jaya Dina Mulyani*

Umur : *22 tahun*

Alamat: *Duduk Sampayan Gresik*

Prodi : *Pendidikan Matematika*

Menyatakan bersedia menjadi partisipan pada penelitian yang di lakukan oleh :

Nama : Decza Athiyah Rachmanda Ardhana

NIM : 180701032

Alamat : Jl. Dr. Wahidin S. H Gg 28 Baru C/14

Judul : *Casual Video Game* untuk Menurunkan Stres pada Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik

Saya akan bersedia untuk diberikan *treatment* dan dilakukan dokumentasi berupa perekaman demi kepentingan penelitian. Dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan penelitian. Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gresik, 27 Juni 2022

Responden



(*Jaya Dina M.*)

Subjek 4

LEMBAR PERSETUJUAN PARTISIPAN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : *Putri Dwi Sartika*

Umur : *20* tahun

Alamat: *Jl. Proklamasi Gg 3 No 10 Gresik*

Prodi : *Pendidikan Matematika*

Menyatakan bersedia menjadi partisipan pada penelitian yang di lakukan oleh :

Nama : *Decza Athiyah Rachmanda Ardhana*

NIM : *180701032*

Alamat : *Jl. Dr. Wahidin S. H Gg 28 Baru C/14*

Judul : *Casual Video Game* untuk Menurunkan Stres pada Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik

Saya akan bersedia untuk diberikan *treatment* dan dilakukan dokumentasi berupa perekaman demi kepentingan penelitian. Dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan penelitian. Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gresik, ~~22~~ Juni 2022

Responden



(*Putri Dwi Sartika*...)

Subjek 5

LEMBAR PERSETUJUAN PARTISIPAN (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : DIFA SALSABILA FAUZHIAH C.A

Umur : 20 TAHUN

Alamat: PERUMAHAN ALAM BUKIT MAS BLOK SD/11, SEKARPUKUNO, KEDOMAS

Prodi : PENDIDIKAN MATEMATIKA

Menyatakan bersedia menjadi partisipan pada penelitian yang di lakukan oleh :

Nama : Decza Athiyah Rachmanda Ardhana

NIM : 180701032

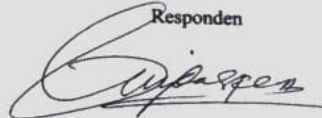
Alamat : Jl. Dr. Wahidin S. H Gg 28 Baru C/14

Judul : *Casual Video Game* untuk Menurunkan Stres pada Mahasiswa Pendidikan Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik

Saya akan bersedia untuk diberikan *treatment* dan dilakukan dokumentasi berupa perekaman demi kepentingan penelitian. Dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan penelitian. Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gresik, 22 Juni 2022

Responden



(DIFA SALSABILA FAUZHIAH) C.A

Lampiran 19 Absensi Kehadiran Subjek Penelitian

FORM ABSEN KEHADIRAN PESERTA

Hari & Tanggal : Senin, 20 Juni 2022

List Absensi Peserta Simulasi Game Flower:

No	Nama	1	2
1	Jaya Dina Mulyani	1	2
2	Noor Shabiha Farhana		
3	Diva Laila Ika Darmayanti	3	
4	Putri Dwi Sartika		
5	Difa Salsabila Fauziah C. A		
6	Bening Tirta Alir		6
7	Fidha Fitria	7	

FORM ABSEN KEHADIRAN PESERTA

Hari & Tanggal : Rabu, 22 Juni 2022

List Absensi Peserta Simulasi Game Flower:

No	Nama	1	2
1	Jaya Dina Mulyani	1	2
2	Noor Shabiha Farhana		
3	Diva Laila Ika Darmayanti	3	
4	Putri Dwi Sartika		
5	Difa Salsabila Fauziah C. A		
6	Bening Tirta Alir		6
7	Fidha Fitria	7	

Lampiran 20 *Briefing Sebelum Treatment*



Lampiran 21 *Treatment Play Therapy (Point of View)*

Subjek 1



Subjek 2



Subjek 3



Subjek 4



Subjek 5



No	Sebaran Item																																Total	Interpretasi
	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		
31	2	3	4	2	4	3	3	2	3	4	3	3	3	2	1	3	3	2	1	3	4	2	2	3	3	3	4	2	2	3	3	2	87	Sedang
34	2	2	3	1	1	3	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	2	3	4	78	Sedang
41	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	78	Sedang	
3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	63	Rendah
13	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	68	Sedang

Lampiran 22 Skoring Posttest

No	Nama Mahasiswa	Skor (Pretest)	Interpretasi	Skor (Posttest)	Interpretasi
13	JAYADINA MULYANI	85	Sedang	68	Sedang
3	NOOR SHABIHA FARHANA	68	Sedang	63	Rendah
31	PUTRI DWI SARTIKA	91	Tinggi	87	Sedang
34	DIFA SALSABILA FAUZIAH C.A	90	Tinggi	78	Sedang
41	FIDHA FITRIA	89	Tinggi	78	Sedang

Lampiran 23 Hasil Analisa Data *Wilcoxon*

Wilcoxon Signed Ranks

Ranks

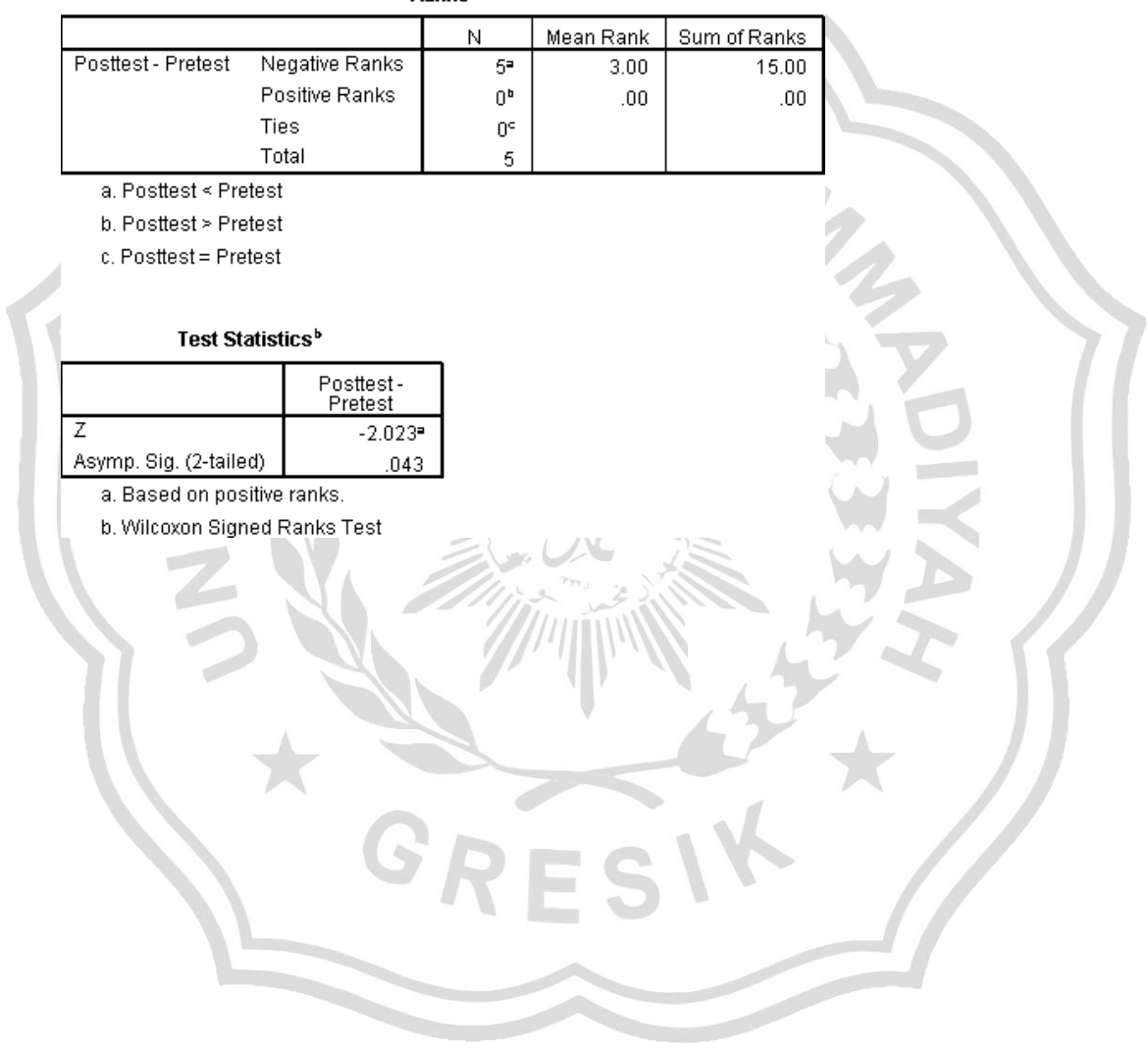
	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest Negative Ranks	5 ^a	3.00	15.00
Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties	0 ^c		
Total	5		

- a. Posttest < Pretest
- b. Posttest > Pretest
- c. Posttest = Pretest

Test Statistics^b

	Posttest - Pretest
Z	-2.023 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

- a. Based on positive ranks.
- b. Wilcoxon Signed Ranks Test



Lampiran 24 Surat Izin Penelitian



PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor : 152/II.3.UMG/Psi/A/2022

Lamp. : -

Hal : Ijin Penelitian

Kepada Yth.

**Direktur Direktorat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Universitas Muhammadiyah Gresik**

di

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Berkenaan dengan tugas penyusunan Skripsi oleh mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik, maka kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Decza Athiyyah Rachmanda A.
NPM : 180701032
Semester : VIII (Delapan)
Alamat : Jl. Dr. Wahidin S.H Gg 28 Baru C/14
No Telepon : 081398593102
Judul Skripsi : Casual Video Game Untuk Menurunkan Stres Pada Mahasiswa Prodi Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik

Kami berharap bantuan untuk memberikan Ijin Penelitian di Prodi Matematika pada mahasiswa kami dalam melakukan penelitian guna memperoleh bahan-bahan untuk menyusun Skripsi pada perusahaan/instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun data yang dibutuhkan adalah Jumlah Seluruh Mahasiswa Prodi Matematika.

Perlu kami sampaikan bahwa bahan-bahan yang diperoleh hanya untuk kepentingan penelitian dan tidak akan dipergunakan untuk hal-hal yang merugikan perusahaan/instansi Bapak/Ibu.

Demikian untuk dimaklumi, atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.




Gresik, 30 Mei 2022

Ima Fitri Sholichah, S.Psi., M.A


Tindasan:

1. Arsip

Lampiran 25 Surat Permintaan Data Mahasiswa Aktif Prodi Pendidikan Matematika



DPPM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor : 169/Il.3.UMG/DPPM/A/2021
 Lampiran : -
 Hal : **Ijin Penelitian**

Kepada yth:
Ka. Prodi Matematika
 Ditempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji Syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan NikmatNya, Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah bagi teladan mulia sepanjang zaman, Nabi Muhammad SAW.

Merujuk surat permohonan ijin penelitian 152/Il.3.UMG/PSI/A/2022 perihal permohonan ijin penelitian Skripsi, atas nama mahasiswa dibawah ini:

Nama : Decza Athiyah Rachmanda Ardhana
 NIM : 180701032
 Semester : 8
 Prodi : Psikologi
 Alamat : Jl. Dr. Wahidin SH Gg 28 Baru C/14
 Judul skripsi : Casual Video Game untuk Mengatasi Stres pada Mahasiswa Prodi Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik

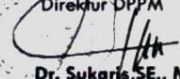
Perlu disampaikan bahwa DPPM memberikan ijin kepada mahasiswa tersebut untuk melakukan penelitian di Prodi Matematika Universitas Muhammadiyah Gresik. Data yang dibutuhkan adalah :

"Jumlah mahasiswa aktif prodi matematika". & daftar nama nim nya

Data yang diberikan kepada mahasiswa tersebut menjadi wewenang Prodi Matematika.

Demikian Permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wa Rahmatullaahi wa Barakatuh.

Gresik, 06 Juni 2022
 Direktur DPPM

Dr. Sukaris, SE., M.S.M
 NIP : 03110506119

J 16/6

Tembusan :
 - Arsip

The Power of Islamic Entrepreneurship

Jl Sumatera 101 Gresik Kota Baru (GKB) Gresik 61121 (031) 3951414 (031) 3952585 <http://www.umg.ac.id> info@umg.ac.id

Lampiran 26 Data Mahasiswa Aktif Prodi Pendidikan Matematika UMG

Data MHS MTK Kotak Masuk x

BAA UMG «baa@umg.ac.id»
kepada saya ▾

Assalamu'alaikum wr. wb.

Berikut ini kami kirimkan data mahasiswa aktif prodi Matematika Semester Genap 2021-2022. mohon dipergunakan sebaik-baiknya.



MHS AKTIF PRODI ...

Balas Teruskan

DAFTAR MAHASISWA PENDIDIKAN MATEMATIKA SEMESTER GENAP 2021/2022							
No	NIM	NAMA MAHASISWA	JK	FAKULTAS	JURUSAN	KELAS KULIAH	STATUS SAAT INI
1	15421004	DAH AYU LESTARI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
2	15421012	ULWIYYATUN HUMAIROH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
3	15421020	NUR INDASARI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
4	16421003	QONI MURTADHO	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
5	16421011	SITI NUR KHOLIS	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
6	16421018	INTAN SARASWATI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
7	16422002	ISWATUN MAFULA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
8	16422004	UMU NUR SA'ADAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
9	170402005	NAILUR ROHMAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
10	170402006	AZIZAHNUR HANDINI M S	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
11	170402009	VIVI WULANDARI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
12	170402010	NOVITA WICAKSONO	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
13	170402012	MULYANI HASTUTIK	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
14	170402013	SITI HAZHAR PUTRIANA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
15	170402016	IFATUS SHOLIHAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
16	170402018	ANIK NUR HAYATI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
17	170402024	SHINTA ISLAMI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
18	180402001	IZZATUN NAFSY	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
19	180402003	FEBRIANTI ANJAR PRATIWI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
20	180402005	'AISYAH NUR FITRIYAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
21	180402006	DIAN PANGESTIKA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
22	180402007	SUCI APRILIA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
23	180402009	NUR FAIZAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
24	180402010	ARISTA WURIYANTI ANGGRAENI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
25	180402011	LAILATUN NA'IMAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
26	180402012	RIZKY NIA BUDI HARJO	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
27	180402013	VITA MEYLANI PUTRI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
28	180402014	DZURROTUL HAMIEDAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
29	180402015	MUKARRAMAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
30	180402016	ERIKA NURHAYATI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
31	180402017	INDI ZAHROTUL HAFIDHA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
32	180402018	NAZLA NABILLA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
33	180402022	NADHILA ALYA RAHMAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
34	180402023	AFINTA WARDATIN NAFIS	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
35	180402024	NURUL AINIA RACHMAYUNI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
36	180402026	RINI SUGIARTI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
37	180402027	ILMI ALIYAH FIRDAUS	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
38	190402001	ENDANG EKA PRATIWI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
39	190402002	JAYA DINA MULYANI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
40	190402003	NOOR SHABIHA FARHANA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A

41	190402004	FERINA VETTY JAZILAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
42	190402005	SHELLA ANGGITA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
43	190402006	AINUN NISWATIL ANISAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
44	190402007	DIVA LAILA IKA DARMAYANTI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
45	190402010	RIZQIYATUL FITRIYAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
46	190402011	LAILYAH ALUFATUN NUFUS	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
47	190402012	PUTRI RIZQO NISNANDANI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
48	190402013	DINA SOFIANA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
49	190402014	NURUL MASRUKHAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
50	190402015	ROIKHATUL JANNAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
51	190402016	RISA AYUDIYA SARI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
52	190402017	ALYATUR ROIKHA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
53	190402018	YAFI ALDI PRANOTO	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
54	190402019	SITI AULIA RAHMAWATI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
55	190402021	NIMATUL HIKMAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
56	190402023	AL-IFFAH NANDA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
57	190402024	NIKMATURRAHMA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
58	190402025	NUR KHOMARIAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
59	190402026	SITI NUR HIDAYAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
60	190402027	ELMA QURNIA ELOK WAHYUNI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
61	190402028	RIZKY SAFIKA GHOINIYAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
62	200402001	SITI FATIMATUS SHOLIHHA AZHARI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
63	200402002	HAMIFATUS SYIFA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
64	200402003	IKA FEBBY SETYAWARDANI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
65	200402004	PUTRI DWI SARTIKA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
66	200402005	CHOFIFAH LAILATUN NAFISYAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
67	200402007	DEVI KURNIAWATI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
68	200402008	FIRNANDA SHOFIYAH AGUSTIN	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
69	200402009	IRMA SURYA AFRIANI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
70	200402010	DIFA SALSABILA FAUZIAH C.A	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
71	200402011	BENING TIRTA ALIR	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
72	200402012	ANGGA DWITA DESI LISNAWATI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
73	200402014	AHMAD AQIL MAHARDIKA	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
74	200402015	DWI WULANDARI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
75	200402016	KINANTI KUSUMA WIDURI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
76	200402017	KHURININ	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
77	200402018	SONY ELVIAN TO HERMAWAN	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
78	200402019	DEWI SUSANTI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
79	200402020	ANISA FITRI NUR RAHMAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
80	200402021	RIZAL AFANDI	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
81	200402022	ARINI DWI RAHMAWATI AL FARISI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
82	200402024	VINA MELINDAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
83	200402025	NUR HIDAYAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
84	200402026	RIFATUL MACHMUDA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
85	200402027	ADELA NUR AFIDA SALSABILA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
86	200402029	UZER AL KHAFID	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
87	200402030	LAILATUN NADHIFAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
88	200402031	HISBULLAH ASSUFI	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
89	200402032	ZAHROTUL MAIMUNA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
90	200402033	KHOLIDAH MAYA IRFANA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
91	200402034	ZAHRA IMAMA HAMMADA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
92	200402035	FIDHA FITRIA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
93	210402001	SAFFANAH ZIYAN SALSABIELA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
94	210402002	ENGGAR IZHATUL MAHFUDAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
95	210402003	AINUN FATIKHA PUTRI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
96	210402004	WANDHI SISWOYO	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
97	210402005	POPPY PUTRI IS MAHARNI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
98	210402006	SYAWALIYAH AIDA SAFITRI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
99	210402007	MUHAMMAD FALIH HANIFYAH	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
100	210402008	HABIBAH AINURROHMA FIRDAUSIAH	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
101	210402009	WINDI RETNO ASTUTI	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
102	210402010	ZAHRA SALSABILA	Perempuan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A
103	210402011	MUHAMMAD ARIF JUNADI	Laki-laki	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	Pendidikan Matematika	Pagi	A

Lampiran 27 Plagiasi Skripsi



Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 14%

Date: Senin, Juni 27, 2022

Statistics: 1478 words Plagiarized / 10780 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

CASUAL VIDEO GAME UNTUK MENGURANGI STRES PADA MAHASISWA PENDIDIKAN
MATEMATIKA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK SKRIPSI DISUSUN OLEH :
DECZA ATHIYYAH RACHMANDA ARDHANA
180701032 FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK GRESIK 2022

Lampiran 28 Kartu Bimbingan Skripsi (Pembimbing 1)



PRODI PSIKOLOGI - FAKULTAS PSIKOLOGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK
 Jl. Sumatra No.101 GKB Telp. (031) 3951414 Gresik

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

A. IDENTITAS

Judul Skripsi : Game Online untuk Mengatasi Stres di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus pada Komunitas Game x)			
Nama Mahasiswa	Decra Athyyah Rachmanda Ardhana	Tanggal Pengajuan	28 Maret 2022
NIM	180701032	Periode Bimbingan	
Prodi	Psikologi	Pembimbing I	Muhammad Hasanah, S.Psi, M.A
Fakultas	Psikologi	Pembimbing II	Priangga Ameliasasih, S.Psi, M.Si

B. KONSULTASI DENGAN PEMBIMBING I :

TANGGAL	PERMASALAHAN	SARAN	PARAF PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA
29/3 '22	Judul yang lebih menarik kualitatif	Coba Membran judul yg sklaran ya mengenai penelitian kualitatif	[Signature]	[Signature]
14/4 '22	Perbedaan metode eksperimen	Judul diubah sedikit dan metode penelitian menjadi eksperimen	[Signature]	[Signature]
19/4 '22	- Koneksi game - alat ukur	- gunakan game Flower - cari alat ukur stres	[Signature]	[Signature]
27/5 '22	- alat ukur	- buat alat ukur sendiri sesuai artikel stress sarafino dan buat kuesioner	[Signature]	[Signature]
2/6 '22	- nup try out alat ukur	-	[Signature]	[Signature]
16/6 '22	Amal try out	hitung kembali variabelnya brodat try out dan paku	[Signature]	[Signature]
14/6 '22	Host Screening	- gunakan subyek dengan tingkat stress tinggi, sedang untuk kontrol	[Signature]	[Signature]
17/6 '22	Perencanaan hari intervensi	- gunakan kor. intervensi yang ada di landasan jurnal	[Signature]	[Signature]
24/6 '22	Analisis data	- gunakan uji wilcoxon dengan	[Signature]	[Signature]
27/6 '22	Revisi Subjek Penelitian		[Signature]	[Signature]
24/6 '22	Revisi Bab 9 dan 5	- menambahi beberapa hal yang miss	[Signature]	[Signature]

Catatan:

- Mahasiswa wajib membawa form. Bimbingan Skripsi setiap kali melakukan konsultasi dengan pembimbing skripsi I
- Dosen Pembimbing berhak tidak melayani konsultasi jika mahasiswa tidak membawa form. Bimbingan Skripsi

Lampiran 29 Kartu Bimbingan Skripsi (Pembimbing 2)

C. KONSULTASI DENGAN PEMBIMBING II :

TANGGAL	PERMASALAHAN	SARAN	PARAF PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA
7/4	Perbaikan metode Penelitian	gunakan metode penelitian eks perimel		
17/4	Karsul jare dan alat ukur	gunakan game final dan cari alat ukur yang sesuai		
3/6	alat ukur	Bikin blue print dan segera try out kan		
15/6	- Proses treatment subjek	Jadikan keapapun subjek yang bersedia		
17/6	- Intervensi	Kar. merkepsis sesuai jurnal yang ada		
23/6	analisis data	Coba analisis data yang non parametrik yang ada		
28/6	Revisi kalimat sbwt Bab	Revisi, beberapa kalimat dan penambahan		
29/6	Acc			

D. PERSETUJUAN SKRIPSI SIAP DILUJIKAN :

Pembimbing Skripsi	Nama	Hari/Tanggal	Tanda Tangan
Pembimbing I	Muhammad Hasanah, S.Psi, M.A	Rabu, 29 Juli 2022	
Pembimbing II	Priyangi Amelesasih, S.Psi, M.Si	Rabu, 29 Juli 2022	

Gresik, 30 Maret 2022
Mengetahui,
Ka Prodi Psikologi

(Ima Fitri Shalichah, S.Psi, M.A)