

Lampiran 1. Hasil Penelitian

Data Hasil Penelitian

1. Pengelolaan Stress

NO	NAMA	JK	UMUR	KELAS	JAWABAN KUESIONER			SKOR	KATEGORI
					1	2	3		
1	AP	P	21	3A	0	2	12	14	Baik
2	CA	P	21	3A	0	4	9	13	Baik
3	NANC	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
4	SA	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
5	LAM	P	21	3B	1	10	0	11	Cukup
6	SOA	P	22	3A	0	6	6	12	Baik
7	DRA	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
8	IYW	P	22	3A	0	10	0	10	Cukup
9	DI	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
10	DSP	P	20	3B	1	8	0	9	Cukup
11	MFP	P	21	3A	0	6	3	9	Cukup
12	NINA	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
13	HDY	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
14	SDA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
15	ESF	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
16	PKTC	L	21	3B	1	4	6	11	Cukup
17	KHH	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
18	MZV	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
19	JMP	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
20	RM	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
21	MDA	P	22	3B	0	8	3	11	Cukup
22	VS	P	20	3A	1	6	3	10	Cukup
23	ERK	P	22	3B	0	2	12	14	Baik
24	TDP	P	20	3B	0	4	6	10	Cukup
25	BNS	P	22	3B	1	8	0	9	Cukup
26	CAPA	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
27	ANA	P	20	3B	0	2	12	14	Baik
28	DS	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
29	LRS	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
29	FCH	L	21	3A	1	2	9	12	Baik
30	NA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
31	NTDS	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
32	DOM	P	22	3A	0	6	6	12	Baik
33	NDR	P	19	3A	0	6	6	12	Baik
34	VRS	L	20	3A	0	4	9	13	Baik

35	JAF	L	20	3A	0	10	0	10	Cukup
36	WFN	L	21	3A	1	8	0	9	Cukup
37	AZ	P	21	3B	3	4	0	5	Kurang
38	FA	L	21	3B	0	0	15	15	Baik
39	DBA	L	21	3B	0	6	6	12	Baik
40	RUR	L	20	3B	0	6	6	12	Baik
41	MAA	L	23	3A	0	0	15	15	Baik
42	GCD	L	20	3B	0	6	6	12	Baik
43	ATW	L	21	3A	0	6	6	12	Baik
44	SWJ	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
45	AAPS		21	3B	0	2	12	14	Baik
46	SZR	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
47	DAA	P	21	3A	0	4	9	13	Baik
48	DTPD	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
49	MVR	L	20	3B	0	8	3	11	Cukup
50	KARP	P	20	3A	2	6	0	8	Kurang
51	ANK	P	22	3B	0	10	0	10	Cukup
52	LM	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
53	AGA	L	20	3A	1	8	0	9	Cukup
54	WJK	L	21	3B	1	6	3	10	Cukup
55	SA	P	20	3B	1	6	3	10	Cukup
56	SYA	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
57	SK	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
58	RNA	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
59	SADR	P	20	3A	1	4	6	11	Cukup
60	SC	P	20	3B	0	2	12	14	Baik
61	G	P	21	3A	1	2	9	12	Baik
62	KNA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
63	LRBNW	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
64	NAT	P	20	3B	0	4	9	13	Baik
65	SMK	P	20	3A	1	6	3	10	Cukup
66	RPPS	P	21	3A	0	6	9	15	Baik
67	YEF	P	21	3B	1	4	6	11	Cukup
68	YDA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
70	FMS	P	21	3B	1	8	0	9	Cukup
71	JA	P	21	3A	3	6	0	9	Cukup
72	NNMR	P	22	3B	0	6	6	12	Baik
73	SPD	P	20	3B	1	8	0	9	Cukup
74	TBP	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
75	IAAI	P	20	3B	0	8	3	11	Cukup
76	SAP	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
77	SAS	P	21	3B	0	6	6	12	Baik

78	SKS	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
79	TM	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
80	NKW	P	20	3A	0	4	9	13	Baik
81	JZ	P	20	3A	0	0	15	15	Baik
82	TGAP	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
83	SS	P	22	3B	0	10	0	10	Cukup
84	ZAN	L	21	3B	0	0	15	15	Baik
85	ESFL	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
86	ENF	P	20	3A	1	6	3	10	Cukup
87	SRF	P	22	3A	0	10	0	10	Cukup
88	YLM	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
89	SA	L	22	3A	0	8	3	11	Cukup
90	VO	P	22	3A	0	6	6	12	Baik
91	EPR	P	21	3A	2	6	0	8	Kurang
92	APA	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
93	ENF	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
94	LNAP	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
95	AWR	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
96	MSG	P	21	3A	0	0	15	15	Baik

2. Pengelolaan Emosi

NO	NAMA	JK	UMUR	KELAS	JAWABAN KUESIONER			SKOR	KATEGORI
					1	2	3		
1	AP	P	21	3A	0	6	9	15	Baik
2	CA	P	21	3A	0	8	9	17	Baik
3	NANC	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
4	SA	P	21	3A	0	4	9	13	Baik
5	LAM	P	21	3B	1	6	6	13	Baik
6	SOA	P	22	3A	2	4	3	9	Cukup
7	DRA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
8	IYW	P	22	3A	0	10	0	10	Cukup
9	DI	P	21	3B	0	4	9	13	Baik
10	DSP	P	20	3B	0	8	3	11	Cukup
11	MFP	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
12	NINA	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
13	HDY	P	20	3A	0	4	9	13	Baik
14	SDA	P	21	3A	0	4	9	13	Baik
15	ESF	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
16	PKTC	L	21	3B	0	6	6	12	Baik
17	KHH	P	20	3B	0	10	3	13	Baik

18	MZV	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
19	JMP	P	21	3B	0	8	6	14	Baik
20	RM	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
21	MDA	P	22	3B	0	8	3	11	Cukup
22	VS	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
23	ERK	P	22	3B	0	2	12	14	Baik
24	TDP	P	20	3B	0	8	6	14	Baik
25	BNS	P	22	3B	0	8	3	12	Baik
26	CAPA	P	20	3B	0	8	3	12	Baik
27	ANA	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
28	DS	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
29	LRS	P	20	3B	0	2	9	11	Cukup
29	FCH	L	21	3A	0	4	9	13	Baik
30	NA	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
31	NTDS	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
32	DOM	P	22	3A	0	8	3	11	Cukup
33	NDR	P	19	3A	0	10	0	10	Cukup
34	VRS	L	20	3A	1	6	3	10	Cukup
35	JAF	L	20	3A	0	10	0	10	Cukup
36	WFN	L	21	3A	1	8	0	9	Cukup
37	AZ	P	21	3B	2	6	0	8	Kurang
38	FA	L	21	3B	0	4	9	13	Baik
39	DBA	L	21	3B	1	2	9	12	Baik
40	RUR	L	20	3B	0	2	12	14	Baik
41	MAA	L	23	3A	0	4	12	16	Baik
42	GCD	L	20	3B	0	4	9	13	Baik
43	ATW	L	21	3A	1	8	0	9	Cukup
44	SWJ	P	20	3B	0	4	9	13	Baik
45	AAPS		21	3B	0	6	6	12	Baik
46	SZR	P	21	3A	1	6	3	10	Cukup
47	DAA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
48	DTPD	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
49	MVR	L	20	3B	0	8	3	11	Cukup
50	KARP	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
51	ANK	P	22	3B	0	10	0	10	Cukup
52	LM	P	21	3B	0	4	9	13	Baik
53	AGA	L	20	3A	0	6	6	12	Baik
54	WJK	L	21	3B	0	10	0	10	Cukup
55	SA	P	20	3B	0	4	9	13	Baik
56	SYA	P	20	3B	0	8	3	11	Cukup
57	SK	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
58	RNA	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup

59	SADR	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
60	SC	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
61	G	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
62	KNA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
63	LRBNW	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
64	NAT	P	20	3B	0	4	12	16	Baik
65	SMK	P	20	3A	1	4	6	11	Cukup
66	RPPS	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
67	YEF	P	21	3B	0	4	9	13	Baik
68	YDA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
70	FMS	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
71	JA	P	21	3A	2	6	3	11	Cukup
72	NNMR	P	22	3B	0	6	6	12	Baik
73	SPD	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
74	TBP	P	20	3A	0	4	9	13	Baik
75	IAAI	P	20	3B	0	10	0	10	Cukup
76	SAP	P	21	3B	0	2	12	14	Baik
77	SAS	P	21	3B	0	2	12	14	Baik
78	SKS	P	21	3B	0	4	9	13	Baik
79	TM	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
80	NKW	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
81	JZ	P	20	3A	0	0	15	15	Baik
82	TGAP	P	20	3B	0	8	3	11	Cukup
83	SS	P	22	3B	0	6	6	12	Baik
84	ZAN	L	21	3B	0	0	15	15	Baik
85	ESFL	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
86	ENF	P	20	3A	0	6	6	12	Baik
87	SRF	P	22	3A	0	8	3	11	Cukup
88	YLM	P	21	3A	0	4	9	13	Baik
89	SA	L	22	3A	0	6	6	12	Baik
90	VO	P	22	3A	0	4	9	13	Baik
91	EPR	P	21	3A	2	4	3	9	Cukup
92	APA	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
93	ENF	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
94	LNAP	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
95	AWR	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
96	MSG	P	21	3A	0	0	15	15	Baik

3. Kesehatan Mental

NO	NAMA	JK	UMUR	KELAS	JAWABAN KUESIONER			SKOR	KATEGORI
					1	2	3		
1	AP	P	21	3A	0	0	15	15	Baik
2	CA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
3	NANC	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
4	SA	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
5	LAM	P	21	3B	1	8	0	9	Cukup
6	SOA	P	22	3A	0	4	9	13	Baik
7	DRA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
8	IYW	P	22	3A	0	10	0	10	Cukup
9	DI	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
10	DSP	P	20	3B	3	4	0	7	Kurang
11	MFP	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
12	NINA	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
13	HDY	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
14	SDA	P	21	3A	0	2	12	14	Baik
15	ESF	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
16	PKTC	L	21	3B	0	6	6	12	Baik
17	KHH	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
18	MZV	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
19	JMP	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
20	RM	P	21	3B	0	4	9	13	Baik
21	MDA	P	22	3B	0	8	3	11	Cukup
22	VS	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
23	ERK	P	22	3B	0	2	12	14	Baik
24	TDP	P	20	3B	0	0	15	15	Baik
25	BNS	P	22	3B	0	10	0	10	Cukup
26	CAPA	P	20	3B	0	2	12	14	Baik
27	ANA	P	20	3B	0	8	3	11	Cukup
28	DS	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
29	LRS	P	20	3B	0	10	0	10	Cukup
29	FCH	L	21	3A	2	4	3	9	Cukup
30	NA	P	21	3A	0	2	12	14	Baik
31	NTDS	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
32	DOM	P	22	3A	0	8	3	11	Cukup
33	NDR	P	19	3A	0	8	3	11	Cukup
34	VRS	L	20	3A	0	6	6	12	Baik
35	JAF	L	20	3A	0	10	0	10	Cukup
36	WFN	L	21	3A	1	8	0	9	Cukup
37	AZ	P	21	3B	3	4	0	7	Kurang

38	FA	L	21	3B	0	4	9	13	Baik
39	DBA	L	21	3B	0	2	12	14	Baik
40	RUR	L	20	3B	0	6	6	12	Baik
41	MAA	L	23	3A	0	10	0	10	Cukup
42	GCD	L	20	3B	1	6	3	10	Cukup
43	ATW	L	21	3A	0	6	6	12	Baik
44	SWJ	P	20	3B	0	8	3	11	Cukup
45	AAPS		21	3B	0	6	6	12	Baik
46	SZR	P	21	3A	1	8	0	9	Cukup
47	DAA	P	21	3A	0	2	12	14	Baik
48	DTPD	P	21	3A	0	2	12	14	Baik
49	MVR	L	20	3B	0	10	0	10	Cukup
50	KARP	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
51	ANK	P	22	3B	0	10	0	10	Cukup
52	LM	P	21	3B	2	6	0	8	Kurang
53	AGA	L	20	3A	1	6	3	10	Cukup
54	WJK	L	21	3B	0	8	3	11	Cukup
55	SA	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
56	SYA	P	20	3B	0	4	9	13	Baik
57	SK	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
58	RNA	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
59	SADR	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
60	SC	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
61	G	P	21	3A	2	6	0	8	Kurang
62	KNA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
63	LRBNW	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
64	NAT	P	20	3B	0	0	15	15	Baik
65	SMK	P	20	3A	0	4	9	13	Baik
66	RPPS	P	21	3A	0	4	9	13	Baik
67	YEF	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
68	YDA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
70	FMS	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
71	JA	P	21	3A	1	8	0	9	Cukup
72	NNMR	P	22	3B	0	10	0	10	Cukup
73	SPD	P	20	3B	0	10	0	10	Cukup
74	TBP	P	20	3A	0	6	6	12	Baik
75	IAAI	P	20	3B	0	8	3	11	Cukup
76	SAP	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
77	SAS	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
78	SKS	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
79	TM	P	21	3B	0	4	9	13	Baik
80	NKW	P	20	3A	0	6	6	12	Baik

81	JZ	P	20	3A	0	0	15	15	Baik
82	TGAP	P	20	3B	0	10	0	10	Cukup
83	SS	P	22	3B	0	2	12	14	Baik
84	ZAN	L	21	3B	0	0	15	15	Baik
85	ESFL	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
86	ENF	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
87	SRF	P	22	3A	1	8	0	9	Cukup
88	YLM	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
89	SA	L	22	3A	0	10	0	10	Cukup
90	VO	P	22	3A	0	6	6	12	Baik
91	EPR	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
92	APA	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
93	ENF	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
94	LNAP	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
95	AWR	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
96	MSG	P	21	3A	0	0	15	15	Baik

4. Peningkatan Konsentrasi

NO	NAMA	JK	UMUR	KELAS	JAWABAN KUESIONER			SKOR	KATEGORI
					1	2	3		
1	AP	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
2	CA	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
3	NANC	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
4	SA	P	21	3A	0	8	3	11	Cukup
5	LAM	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
6	SOA	P	22	3A	0	4	9	13	Baik
7	DRA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
8	IYW	P	22	3A	0	10	0	10	Cukup
9	DI	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
10	DSP	P	20	3B	2	6	0	8	Kurang
11	MFP	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
12	NINA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
13	HDY	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
14	SDA	P	21	3A	0	4	9	13	Baik
15	ESF	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
16	PKTC	L	21	3B	2	4	3	9	Cukup
17	KHH	P	20	3B	0	4	9	13	Baik
18	MZV	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
19	JMP	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
20	RM	P	21	3B	0	4	9	13	Baik

21	MDA	P	22	3B	0	6	6	12	Baik
22	VS	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
23	ERK	P	22	3B	0	0	15	15	Baik
24	TDP	P	20	3B	0	0	15	15	Baik
25	BNS	P	22	3B	0	2	12	14	Baik
26	CAPA	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
27	ANA	P	20	3B	0	8	3	12	Baik
28	DS	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
29	LRS	P	20	3B	0	10	0	10	Cukup
29	FCH	L	21	3A	0	4	9	13	Baik
30	NA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
31	NTDS	P	20	3A	0	4	9	13	Baik
32	DOM	P	22	3A	0	10	0	10	Cukup
33	NDR	P	19	3A	0	10	0	10	Cukup
34	VRS	L	20	3A	0	6	6	12	Baik
35	JAF	L	20	3A	0	10	0	10	Cukup
36	WFN	L	21	3A	0	10	0	10	Cukup
37	AZ	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
38	FA	L	21	3B	0	2	12	14	Baik
39	DBA	L	21	3B	1	2	9	12	Baik
40	RUR	L	20	3B	0	4	9	13	Baik
41	MAA	L	23	3A	0	10	0	10	Cukup
42	GCD	L	20	3B	0	4	9	13	Baik
43	ATW	L	21	3A	0	4	9	13	Baik
44	SWJ	P	20	3B	0	2	12	14	Baik
45	AAPS		21	3B	0	4	9	13	Baik
46	SZR	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
47	DAA	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
48	DTPD	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
49	MVR	L	20	3B	0	0	15	15	Baik
50	KARP	P	20	3A	0	10	0	10	Cukup
51	ANK	P	22	3B	0	10	0	10	Cukup
52	LM	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
53	AGA	L	20	3A	0	8	3	11	Cukup
54	WJK	L	21	3B	0	10	0	10	Cukup
55	SA	P	20	3B	2	6	0	8	Kurang
56	SYA	P	20	3B	0	6	6	12	Baik
57	SK	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
58	RNA	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
59	SADR	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
60	SC	P	20	3B	0	0	15	15	Baik
61	G	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup

62	KNA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
63	LRBNW	P	21	3A	0	10	0	10	Cukup
64	NAT	P	20	3B	0	2	12	14	Baik
65	SMK	P	20	3A	0	6	6	12	Baik
66	RPPS	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
67	YEF	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
68	YDA	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
70	FMS	P	21	3B	0	8	3	11	Cukup
71	JA	P	21	3A	1	8	0	9	Cukup
72	NNMR	P	22	3B	0	2	12	14	Baik
73	SPD	P	20	3B	0	10	0	10	Cukup
74	TBP	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
75	IAAI	P	20	3B	0	4	9	13	Baik
76	SAP	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
77	SAS	P	21	3B	0	6	6	12	Baik
78	SKS	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
79	TM	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
80	NKW	P	20	3A	0	8	3	11	Cukup
81	JZ	P	20	3A	0	15	0	15	Baik
82	TGAP	P	20	3B	0	10	0	10	Cukup
83	SS	P	22	3B	0	4	9	13	Baik
84	ZAN	L	21	3B	0	0	15	15	Baik
85	ESFL	P	21	3B	0	10	0	10	Cukup
86	ENF	P	20	3A	0	6	6	12	Baik
87	SRF	P	22	3A	0	10	0	10	Cukup
88	YLM	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
89	SA	L	22	3A	0	8	3	11	Cukup
90	VO	P	22	3A	0	0	15	15	Baik
91	EPR	P	21	3A	0	6	6	12	Baik
92	APA	P	20	3A	0	6	6	12	Baik
93	ENF	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
94	LNAP	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
95	AWR	P	21	3B	0	0	15	15	Baik
96	MSG	P	21	3A	0	0	15	15	Baik