

INSTRUMENT

Stres Belajar dan Konseling Kelompok dengan Strategi Coping

Nama :

Kelas :

Alamat :

Petunjuk Pengisian:

1. Di bawah ini Anda akan menjumpai sejumlah pernyataan yang menggambarkan tentang layanan konseling kelompok dengan strategi *coping* untuk mengurangi stres belajar. Berikan penilaian Anda dengan menandai angka yang sesuai pada skala yang disediakan.
2. Bubuhkan tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan untuk pilihan jawaban yang menurut Anda paling tepat.
3. Setiap pilihan jawaban diberi bobot dan nilai sebagai berikut:

PILIHAN JAWABAN	BOBOT
Tidak Pernah	1
Jarang	2
Kadang-kadang	3
Sering	4
Selalu	5

No.	PERNYATAAN	JAWABAN				
		T P	J R	K K	S R	S L
1.	Saya mampu mempertahankan kestabilan fisik dan emosional meskipun mengalami situasi yang memicu gemetar					
2.	Saya mampu menunjukkan penurunan gejala gemetar dalam situasi yang menegangkan setelah mengikuti teknik manajemen stres					
3.	Saya memiliki rutinitas tidur yang sehat dan teratur setiap harinya					
4.	Saya mampu mengatasi kecemasan atau stres yang					

	mengganggu tidur saya					
5.	Saya merasa tenang dan tidak terganggu sepanjang malam					
6.	Saya merasa percaya diri dan tenang dalam menghadapi tantangan					
7.	Saya dapat mengontrol perasaan cemas dengan mudah					
8.	Saya merasa nyaman dan rileks dalam situasi yang menegangkan					
9.	Jantung saya tetap stabil dan tidak merasa berdebar-debar ketika ada tugas					
10.	Saya merasa cukup tenang dan percaya diri dalam menghadapi situasi yang menantang					
11.	Saya dapat mengelola rasa gugup dengan baik dan tetap fokus pada tugas yang dihadapi					
12.	Saya mampu mengatasi kegugupan dengan berpikir positif dan mengambil nafas dalam-dalam					
13.	Ketika saya merasa gugup, saya segera mencari cara untuk menenangkan diri dan tetap tenang					
14.	Setelah saya berolahraga, saya merasa lebih segar dan berenergi karena tubuh saya mengeluarkan keringat dengan baik					
15.	Saat tubuh saya berkeringat, saya tahu bahwa tubuh saya bekerja dengan baik untuk mengatur suhu tubuh dan membuang racun					
16.	Saya merasa bahagia dan puas dengan diri saya sendiri					
17.	Saya bisa tetap tenang dan rileks meskipun sedang menghadapi stres					
18.	Saya merasa bersemangat saat menjalani aktivitas sehari-hari					
19.	Saya mampu mengolah perasaan saya dengan baik dalam situasi yang menantang					
20.	Saya mampu menganalisis masalah dengan cara yang logis dan terstruktur					
21.	Saya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi untuk selalu mengembangkan pengetahuan baru					
22.	Saya menggunakan pengetahuan dan keterampilan yang saya miliki untuk menciptakan solusi baru dan efektif					
23.	Saya selalu menghargai pendapat orang lain dan menghormati perbedaan dalam setiap interaksi					
24.	Saya mampu menjaga hubungan baik dengan teman kelas dan keluarga dengan cara berkomunikasi dengan penuh perhatian					

25.	Ketika saya menghadapi perbedaan pendapat atau konflik, saya berusaha menyelesaikannya dengan cara yang damai dan saling menguntungkan					
26.	Saat saya berkenalan dengan teman kelompok saya, saya merasa nyaman dan dihargai					
27.	Saya diterima dengan baik oleh teman kelompok saya					
28.	Saya berusaha untuk memberikan dukungan kepada teman kelompok saya, ketika mereka membutuhkan pendapat atau ide dari saya					
29.	Saya berusaha untuk membangun kepercayaan dengan teman kelompok saya, melalui tindakan atau kata-kata					
30.	Saya terbuka dalam mengungkapkan masalah pribadi saya dalam proses konseling kelompok					
31.	Saya merasa nyaman untuk mengungkapkan ide atau pendapat saya dalam diskusi kelompok					
32.	Saya percaya bahwa setiap anggota kelompok memiliki niat baik untuk mencapai tujuan bersama dengan sesi konseling kelompok ini					
33.	Saya percaya bahwa anggota kelompok dapat bekerja sama secara efektif dalam menyelesaikan masalah dalam diskusi konseling kelompok					
34.	Saya merasa bahwa proses konseling kelompok memberikan saya ruang untuk mengekspresikan diri secara jujur dan terbuka					
35.	Saya merasa memiliki peran penting dalam proses konseling kelompok					
36.	Saya mampu bertahan dalam mengikuti proses konseling kelompok sampai tuntas					
37.	Saya merasa lebih percaya diri dalam berbicara tentang masalah saya di depan kelompok					
38.	Proses konseling kelompok membantu saya untuk melihat masalah saya dari perspektif yang berbeda, sehingga saya dapat menemukan jalan keluarnya					
39.	Saya dapat memanfaatkan waktu setelah mengikuti konseling kelompok dengan strategi coping					
40.	Setelah saya mengikuti konseling kelompok dengan strategi coping saya mampu bertanggung jawab atas diri saya dan menyelesaikan tugas tepat waktu					





YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungitoli ES +626392620013 Nias - 22812
Homepage: <http://td.unias.ac.id> email: td@unias.ac.id

Gunungitoli, 4 Desember 2024

Hal : Pengajuan Judul Rancangan Skripsi

Kepada Yth:
**Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi.,
M.Psi**
Dosen Penasehat Akademik

1. Dengan hormat, Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Murniati Lase**
NIM : **212102032**
Semester : **VII (Tujuh)**
Jumlah SKS : **127**
Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**
Prodi : **Bimbingan dan Konseling**
Jenjang Pendidikan : **Sarjana Satu (S-1)**

Dengan ini Pengajuan Judul Rancangan Penelitian dan permohonan kepada Ibu kiranya dapat berkenan menyetujui salah satu judul yang telah saya ajukan di bawah ini:

NO.	Judul	Persetujuan Dosen			
		Dosen PA		Ketua Prodi	
		Tanggal	Paraf	Tanggal	Paraf
1.	Efektivitas konseling kelompok dengan menggunakan strategi coping untuk mengurangi stress belajar siswa di SMP Negeri 3 Bawolato.	4/12/24		4/12/24	
2.	Hubungan prestasi belajar siswa terhadap sikap disiplin siswa melalui layanan konseling individual di SMP Negeri 3 Bawolato				
3.	Analisis peran guru Bimbingan dan Konseling terhadap Perilaku belajar siswa di SMP Negeri 3 Bawolato				

2. Demikian permohonan ini saya ajukan atas perhatian Ibu saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya,
Mahasiswa

MURNIATI LASE
NIM. 212102032

OUTLINE TOPIK PENELITIAN SKRIPSI

Nama : Mumiaty Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan konseling
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)

Judul	Pengaruh kesehatan mental terhadap motivasi belajar siswa di SMP NEGERI 3 Bawolato
Latar Belakang Masalah	Kesehatan mental sangat penting dalam mewujudkan kesehatan secara menyeluruh baik bagi individu, masyarakat juga negara. Kesehatan mental merupakan suatu kondisi seseorang terhindar dari gangguan maupun penyakit jiwa yang memungkinkan berkembangnya semua aspek perkembangan, baik fisik, intelektual, dan emosional yang optimal serta selaras dengan perkembangan orang lain, sehingga mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Belajar adalah tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relative menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif. Sehubungan dengan pengertian tersebut perlu diutarakan kembali bahwa belajar merupakan sebuah proses perubahan di dalam kepribadian manusia sebagai hasil dari pengalaman atau interaksi antara individu dengan lingkungan. Kesehatan mental yang dijabarkan secara umum sama halnya dengan kesehatan mental pada remaja atau siswa yang mana bila siswa memiliki mental yang sehat ia dapat menggunakan potensi yang ia miliki untuk menghadapi masalah dan mampu menjalin interaksi yang harmonis dengan lingkungan sekitarnya. Sedangkan kesehatan mental yang lemah dapat menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya hubungan dengan lingkungan sekitar namun juga dengan motivasi siswa dalam belajar dan bila

motivasi menurun tentu akan berdampak bagi prestasi belajar siswa. Kesehatan mental pada siswa merupakan hal yang harus dianggap penting dan diperhatikan oleh guru karena kesehatan mental menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi adanya motivasi belajar. Kesehatan mental juga pada awalnya masih menjadi hal yang tabu bagi masyarakat Indonesia, padahal berdasarkan data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Indonesia setidaknya ada 450.000 keluarga di Indonesia menderita skizofrenia (gangguan mental jangka panjang).

Motivasi belajar menurut Wahab (2015: 127) adalah keseluruhan dorongan keinginan kebutuhan dan daya sejenis yang menggerakkan perilaku seseorang. Dalam arti lebih luas, motivasi diartikan sebagai pengaruh dari energi dan arahan terhadap perilaku yang meliputi: kebutuhan, minat, sikap, keinginan, dan perangsang. Motivasi Belajar memiliki peran penting dalam proses pembelajaran karena motivasi belajar memunculkan semangat siswa untuk mencapai hasil belajar yang baik. Motivasi merupakan syarat mutlak dalam belajar, seorang siswa yang belajar tanpa motivasi (atau kurang motivasi) tidak akan mencapai hasil belajar yang baik. Sudah banyak penelitian terkait dampak positif motivasi belajar terhadap hasil belajar salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Erni Dwi Kurniawati, Joko Subando dan Agus Fatuh yang menyatakan adanya hubungan yang positif antara motivasi belajar dan hasil belajar siswa yang artinya semakin tinggi motivasi belajar siswa maka semakin tinggi pula hasil belajarnya, begitupun sebaliknya.

Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual yang menjadi penyebab timbulnya perasaan dan semangat untuk belajar. Motivasi juga memiliki peran yang strategis dalam belajar, baik pada saat akan memulai

	belajar, saat sedang belajar, maupun saat berakhir. Siswa yang memiliki motivasi belajar memiliki ciri-ciri yaitu akan memperhatikan pelajaran yang disampaikan, membaca materi sehingga bisa memahaminya, dan menggunakan strategi-strategi belajar tertentu yang mendukung. Berdasarkan uraian di atas penulis, peneliti tertarik melakukan penelitian ilmiah di bawah judul Pengaruh kesehatan mental terhadap motivasi belajar siswa di SMP N.3 Bawolato.
Tujuan Penelitian	Untuk mengetahui hubungan kesehatan mental dengan motivasi belajar siswa di SMP N.3 Bawolato.
Manfaat Penelitian	Manfaat praktis Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi beberapa elemen diantaranya: 1. Bagi sekolah Untuk dapat meningkatkan kualitasnya dalam menjalankan peran sebagai wadah pendidikan dan proses belajar mengajar bagi siswa, sehingga siswa memiliki motivasi dan kesadaran akan pendidikan yang lebih baik. 2. Bagi guru Memberikan pemahaman bagi guru bahwa kesehatan mental berdampak bagi motivasi belajar siswa. 3. Bagi siswa Mengedukasi siswa agar lebih peka akan kesehatan mentalnya karena kesehatan mental berdampak akan motivasi belajar siswa. 4. Bagi peneliti Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti tentang hubungan kesehatan mental dengan motivasi belajar siswa. Manfaat Teoritis

	Penelitian ini secara teoritis berguna untuk menerapkan konsep ilmu hubungan kesehatan mental dengan motivasi belajar siswa di SMP N.3 Bawolato
Tinjauan Pustaka	Menurut World Health Organization (WHO) dalam Dewi (2012), kesehatan mental merupakan kondisi dari kesejahteraan yang disadari individu, yang di dalamnya terdapat kemampuan-kemampuan untuk mengelola stres kehidupan yang wajar, untuk bekerja secara produktif dan menghasilkan, serta berperan serta di komunitasnya. Menurut Pieper dan Uden dalam Alifiya (2016), kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami permasalahan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi yang realistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya. Kesehatan mental memiliki arti yang berbeda-beda pada pendapat tiap ahli tetapi, pada dasarnya kesehatan mental tidaklah bertentangan ataupun berbeda antara satu dengan yang lain terkait pengertian yang dimaksudkan. Secara bahasa pengertian mental berasal dari bahasa latin yaitu "mens" atau "mentis" yang memiliki pengertian berupa ruh, nyawa, sukma, jiwa, dsb. Sedangkan dalam Bahasa Yunani mental sama pengertiannya dengan Psyche yang artinya psikis, jiwa atau kejiwaan. Istilah kesehatan mental disebut sebagai mental hygiene. Selain itu terdapat banyak literatur yang menyebut kesehatan mental sebagai psychological medicine, nervous health, atau mental health. Dari istilah-istilah tersebut, pengertian yang paling tepat adalah kesehatan mental, yang berarti keadaan jiwa yang sehat dalam arti statis, sedangkan kesehatan mental berarti kesehatan mental yang lebih dinamis

	merupakan suatu pengertian yang meliputi semua penggerak, alasan-alasan dan dorongan-dorongan dalam diri manusia yang menyebabkan individu berbuat sesuatu dan semua tingkah laku yang ada dalam diri individu pada hakikatnya mempunyai motif. Motif-motif dapat bekerja secara sadar dan juga tidak sadar bagi diri manusia. Motif tersebut memberikan tujuan dan arah kepada tingkah laku kita.
Kerangka Pemikiran	Kesehatan Mental (X) → Motivasi Belajar (Y)
Lokasi Penelitian	SMP NEGERI 3 Bawolato
Alat Analisis	Deskripsi Kualitatif
Daftar Pustaka	Achmaad Badaruddin, dkk. 2016. Hubungan Kesehatan Mental dengan Motivasi belajar Siswa, Jurnal Konselor Vol. 5 No. 1. Dusi Ayu Nurmala, dkk. 2014. Pengaruh Motivasi Belajar dan Aktivitas Belajar Terhadap Hasil Belajar Akuntansi, Jurnal Universitas Pendidikan Ganesha Vol. 4, No. 1.

Gumungsitoli, Juli 2024

Disetujui oleh :
Dosen Penasehat Akademik,



Hosianna R. Dumanik, S.Psi., M.Psi
NIDN. 0103128902

Disahkan oleh
Ketua Program Studi,



Hosianna R. Dumanik, S.Psi., M.Psi
NIDN.0103128902

Tembusan:

1. Kepala LPPM Universitas Nias
2. Dekan FKIP

Gunungsitoli, Oktober 2024

Hal : Pengajuan Pembimbing Skripsi
Lampiran : 1 (satu) Lembar

Kepada Yth.
Dekan Dr. Yaredi, S.S., M.S. Universitas Nias
u.p. Ketua Program Studi
Jalan Yos Sudarso Ujung No.118/E-S
Gunungsitoli

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jumlah SKS yang telah diselesaikan : 127 SKS

Sehubungan dengan rencana saya untuk menulis tugas akhir/skripsi pada tahun akademik 2024/2025 dengan hormat saya mengajukan topik/permasalahan tugas akhir/skripsi sebagaimana terlampir.

Berkenaan dengan hal tersebut saya mengajukan nama dosen sebagai calon pembimbing tugas akhir/skripsi:

1. Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi
2. Justin Foera-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D
3. Dr. Famahato Lase, M.Pd. Kons

Demikian permohonan ini saya ajukan, atas perhatian saya ucapkan terimakasih.

Pemohon,



Murniati Lase
NIM. 212102032



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli SE +626392620815 Nias +722812
Homepage: <https://fkip.unnas.ac.id> email: kip@unnas.ac.id

SURAT PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING
Nomor : 215 /UN10/PP.10.06/2024

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nias menetapkan

Nama : **Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi, M.Psi.**

NIDN : **0103128902**

Pangkat : **Penata Muda Tk.III/b**

Jabatan Akademik : **Asisten Ahli**

Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**

Bidang Keahlian : **Bimbingan dan Konseling**

sebagai Dosen Pembimbing dalam penulisan skripsi mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nias:

Nama : **Murniati Lase**

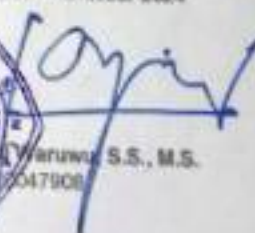
NIM : **212102032**

Program : **Sarjana**

Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**

Topik/Permasalahan Skripsi : **Pengaruh Kesehatan mental terhadap Motivasi Belajar siswa di SMP Negeri 3 Bawolato**

Demikian surat penetapan dosen pembimbing ini disampaikan untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Gunungsitoli, 18 Oktober 2024
Dekan


Dr. Hosianna Rodearni Damanik, S.S., M.S.
NIDN 0103128902

Tembusan :

1. Rektor Universitas Nias, C.g. Wakil Rektor I
2. Ketua Program Studi BK
3. Mahasiswa yang dibimbing (Murniati Lase)

NIM :

20260303

NAMA MAHASISWA :

MURMANI LAGE

PRODI :

Bimbingan dan Konseling

JURUSAN :

Pengaruh kesehatan mental terhadap motivasi belajar siswa di SMP NEGERI 3 Bawolato

Dosen Pembimbing :

Husanna Roderemi Damayanti, S.Pd., M.Pd

KORSAKSI :

Bimbingan dan Konseling

Tempat :

Politeknik

Riwayat Bimbingan Proposal

No	TOPIK	MATERI	CATATAN DOSEN
1	Pengaruh kesehatan mental terhadap motivasi belajar siswa di SMP Negeri 3 Bawolato 18 Dec 2024 17:11:58	1. Judul penelitian 2. Kata pengantar 3. Latar belakang 4. Manfaat penelitian 5. Pengertian kesehatan mental 6. Aspek aspek kesehatan mental	revisi bab 1 09 Jan 2025 10:31:35
		Download File Lengkap	
2	Efektivitas KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 16 Dec 2024 17:17:09	1. Latar belakang 2. Pengertian strategi coping 3. Jenis penelitian 4. Variabel penelitian	revisi bab 1 dan lanjut bab 2 09 Jan 2025 10:31:52
		Download File Lengkap	
3	Efektivitas konseling kelompok dengan menggunakan strategi coping untuk mengurangi stres belajar siswa di SMP Negeri 3 Bawolato 18 Dec 2024 22:23:20	1. Latar belakang 2. Identifikasi masalah 3. Observasi 4. Dokumentasi 5. Jadwal penelitian	revisi 09 Jan 2025 10:32:05
		Download File Lengkap	
4	Efektivitas KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 20 Dec 2024 18:52:55	1. Latar belakang	goc 09 Jan 2025 10:32:11
		Download File Lengkap	

Rancangan Penelitian yang diajukan oleh:

Nama : Murniati Lase

NIM : 212102032

Program : Sarjana

Program Studi : Bimbingan Dan Konseling

Fakultas : Keguruan Ilmu Pendidikan

Judul : Efektivitas konseling kelompok dengan menggunakan strategi *coping* untuk mengurangi stres belajar siswa di SMP Negeri 3 Buwolato

Telah diperiksa dan disetujui untuk diseminarkan.

Gunungsitoli, 14 Desember 2024

Dosen Pembimbing



Hosianna Rodearn Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN.0114046901

Ketua Program Studi



Hosianna Rodearn Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN.0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Alamat : Jalan Yox Sudarso 118 E/8 Gunungitohi 22-606392620010 Nias T. 22812
Homepage: <http://yox.unias.ac.id> email: info@unias.ac.id

BERITA ACARA SEMINAR RANCANGAN PENELITIAN

Pada hari ini kami tanggal tiga puluh bulan Januari tahun dua ribu dua puluh lima telah diselenggarakan Seminar Rancangan Penelitian bagi mahasiswa Universitas Nias :

Nama : Mamini Lase
NIM : 212102032
Program : Sastra
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato

Waktu Pelaksanaan : 13.30 WIB s.d 15.00 WIB

Susunan Dewan Penguji :

1. Hosianna Rodearni Dumanik, S.Psi., M.Psi.
2. Justin Foern-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D

Tanda Tangan

1. 
2. 

Rekapitulasi Nilai:

Dewan Penguji	Total Nilai
1. Hosianna Rodearni Dumanik, S.Psi., M.Psi.	90
2. Justin Foern-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D	88
Total Nilai	89

Rata-rata nilai adalah : 89

Gunungsitoli, 30 Januari 2025

Ketua Prodi BK

Hosianna Rodearni Dumanik, S.Psi., M.Psi

NIDN. 0103128902



**YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias 📠 22812
Homepage: <https://bk.unias.ac.id> email: bk@unias.ac.id

BERITA KETERANGAN SEMINAR RANCANGAN PENELITIAN

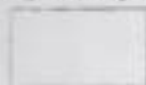
Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Nias menerangkan bahwa :

Nama : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektifitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi *Coping* untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato

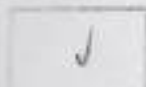
Telah menyelenggarakan seminar rancangan penelitian pada :

Hari/ Tanggal : Kamis, 30 Januari 2025
Pukul : 13.30 WIB s.d 15.00 WIB
Tempat : Ruang 13 FKIP

Dengan hasil penilaian :



Rancangan penelitian telah cukup baik dan lengkap sehingga telah dapat dipergunakan sebagai dasar untuk melaksanakan pengumpulan data.
(90-100)



Rancangan penelitian telah cukup baik, namun masih perlu disempurnakan dan dilengkapi dengan instrument sebelum dipergunakan sebagai dasar untuk melaksanakan pengumpulan data.
(70-89)



Rancangan penelitian masih perlu dikembangkan, namun masalah penelitian masih dianggap cukup baik untuk dijadikan topik permasalahan skripsi. Dianjurkan seminar perbaikan
(55-69)



Rancangan penelitian tidak memenuhi syarat untuk dikembangkan sebagai bahan skripsi. Mahasiswa perlu memikirkan untuk memilih topik lain dan wajib mengikuti seminar rancangan skripsi.
(0-5)

Gunungsitoli, 30 Januari 2025

Ketua Prodi BK

Hosianus Rodemari Damanik, S.Psi, M.Psi
NIDN. 0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
Jalan Yohanes 118 D/5 Comperon ■ +62639202815 Nias 22811

Lembar Perbaikan Seminar Rancangan Penelitian
Program Studi Bimbingan dan Konseling,
FKIP Universitas Nias

1. Dosen Pembimbing

Nama : Justin Foera-ora Lase, S.Tr., Sp.P.S.P.D
NIDN : 0130079302
Jabatan : Pembimbing
Unit Kerja : Universitas Nias

2. Mahasiswa

Nama : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa Di SMP Negeri 3 Bawolalo

3. Waktu Pelaksanaan Seminar:

Hari/tanggal : Kamis, 16 Januari 2025
Pukul : 08:00 WIB s.d Selesai
Tempat : FKIP Universitas Nias

4. Perbaikan Skripsi:

No	Bab/Halaman	Uraian
1.	Bab 1	tujuan penelitian jangka
7.	Bab 1	kefektifan
2.	Bab 3	populasi dan sampel serta lokasi
9.	Bab 4	penelitian yang diperoleh hasil yang dan

Genungitoli, 30 Januari 2025

Pembimbing,

Justin Foera-ora Lase, S.Tr., Sp.P.S.P.D
NIDN: 0130079302



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
Rabinali, JemberYachakara 119 E/S Gembagatali ☎ +62193621815 Nomor 12812

Lembar Perbaikan Seminar Rancangan Penelitian
Program Studi Bimbingan dan Konseling,
FKIP Universitas Nias

1. Dosen Pembimbing

Nama	Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN	0103128902
Jabatan	Pembimbing
Unit Kerja	Universitas Nias

2. Mahasiswa

Nama	Murniati Lase
NIM	212102032
Program	Sarjana
Program Studi	Bimbingan dan Konseling
Fakultas	Kepuruan dan Ilmu Pendidikan
Judul	Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa Di SMP Negeri 3 Hawulato

3. Waktu Pelaksanaan Ujian:

Hari/tanggal	Kamis, 30 Januari 2025
Pukul	08:00 WIB s.d Selesai
Tempat	FKIP Universitas Nias

4. Perbaikan Skripsi:

No	Bah/Halaman	Uraian
		Revisi isi dengan ckt di proposal
		Good Luck !

Gunggungih, 30 Januari 2025
Pembimbing,

Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN. 0103128902

Rancangan Penelitian yang diajukan oleh:

Nama : Murniati Lase

NIM : 212102032

Program : Sarjana

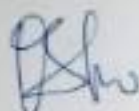
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)

Judul : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi *Coping*
untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa Di SMP Negeri 3 Bawolato
telah diseminarkan dan disetujui untuk diteliti.

Gunungsitoli, 04 Februari 2025

Dosen Pembimbing,



Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN. 0103128902

Dosen Penelaah,



Justin Focra-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D
NIDN. 0130079302

Ketua Program Studi,



Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN 0103128902



**YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Alamat: Jalan Yoe Sudarto 118 S/S Gunungdeli II - 050310600815 Nias - 022812
Homepage: www.unknias.ac.id email: info@unknias.ac.id

Noor : 0101/UN10/PN.01.02/2025
Lampiran : 1 (satu) set
Perihal : **Pemohonan Izin Pelaksanaan Penelitian**

Gunungsili, 10 Februari 2025

Yth.
Kepala SMP Negeri 3 Bawolato
di
Tempat

1. Dengan hormat, dalam rangka melengkapi data penelitian yang dilaksanakan oleh:

Nama	: Murniati Lase
NIM	: 212102932
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling
Jenjang Pendidikan	: Strata Satu (S-1)
Judul Skripsi	: Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stress Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato
Lokasi Penelitian	: SMP Negeri 3 Bawolato
Jadwal Penelitian	: 13 Februari s.d 13 Maret 2025

Maka kami mohon kepada Bapak/Ibu kiranya dapat memberi izin kepada mahasiswa yang namanya tersebut di atas untuk melaksanakan Penelitian di lokasi penelitian tersebut di atas (rancangan skripsi terlampir).

2. Demikian disampaikan, atas buntun dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.


Murniati Lase, S.S., M.S.
0817908

Terselasa Yth:

1. Rektor Universitas Nias
2. Wakil Rektor Bidang Universitas Nias
3. Kepala LPPM Universitas Nias
4. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
5. Peneliti yang bersangkutan (Murniati Lase)
6. Atas



PEMERINTAH KABUPATEN NIAS
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 3 BAWOLATO

Alamat: Desa Siofabanua Kecamatan Bawolato
e-mail: smn3bawo@gmail.com

Kode POS 22878

Siofabanua, 13 Februari 2025

Nomor : 400.3.S/090/SMPN3BWL/II/2025
Perihal : **Persetujuan Pelaksanaan Penelitian**

Kepada Yth.
Dekan FKIP Universitas Nias
Di
Tempat

Dengan hormat,

- Sehubungan dengan Surat Dekan FKIP Universitas Nias Nomor : 010/UN10/PN.01.02/2025 tanggal 10 Februari 2025 tentang Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian.
- Kami dari pihak SMP Negeri 3 Bawolato, Kecamatan Bawolato, Kabupaten Nias Memberikan persetujuan kepada :

Nama	: MURNIATI LASE
NIM	: 212102032
Fakultas	: Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling
Jenjang Pendidikan	: Strata Satu (S-1)
Judul Skripsi	: Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi <i>Coping</i> Untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato
- Jadwal Penelitian dari tanggal 13 Februari s/d 13 Maret.
- Demikian surat ini disampaikan, untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya.



(Signature)
KRESNAN YATATEMA ZEBUA, S.Pd
PENATA MUDA TK. I
NIP. 19900128 201503 1 001



PEMERINTAH KABUPATEN NIAS
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 3 BAWOLATO

Alamat: Desa Sefabanua Kecamatan Bawolato
e-mail: smp3bwt@gmail.com

Kode PCS 22876

SURAT KETERANGAN

Nomor : 400.3.5/ *CP/* /SMPN3BWL/II/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMP Negeri 3 Bawolato, Kecamatan Bawolato, Kabupaten Nias dengan ini menyatakan :

Nama : **MURNIATI LASE**
NIM : 212102032
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S-1)

Benar yang namanya di atas telah melakukan penelitian di SMP Negeri 3 Bawolato mulai tanggal 13 Februari 2025 s/d 13 Maret 2025 untuk melengkapi data penelitian skripsi dengan judul **"Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping Untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato"**

Demikian surat ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagai mana perlunya.

Sefabanua, 13 Februari 2025
Kepala Sekolah,



[Signature]
KRISTIAN YATATEMA ZEBUA, S.Pd
PENATA MUDA TK. I
NIP. 19900128 201503 1 001

NIM
21200002

NAMA MAHASISWA:
MURNATI LASE

PRODI:
Bimbingan dan Konseling

JUDUL:
Pengaruh kesehatan mental terhadap motivasi belajar siswa di SMP NEGERI 3 BAWOLATO

Dosen Pembimbing:
Hasanah Rodiani Damarik, S.Psi., M.Psi

Konsentrasi:
Bimbingan dan Konseling

Tema:
Psikologi

Riwayat Bimbingan Skripsi

NO	TOPIK	MATERI	CATATAN DOSEN
1	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 26 Feb 2025 11:52:52	1. Validasi instrumen 2. uji homogenitas 3. Analisis dan interpretasi temuan penelitian	revisi bab 3 dan lanjut bab 4 12 Mar 2025 11:08:12
		Download File Skripsi	
2	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 26 Feb 2025 19:09:16	1. uji T 2. uji homogenitas 3. Temuan masalah	bab 4 12 Mar 2025 11:05:47
		Download File Skripsi	
3	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 05 Mar 2025 18:21:19	1. uji homogenitas	bab 4 12 Mar 2025 11:06:21
		Download File Skripsi	
4	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 05 Mar 2025 19:22:28	1. uji Normalitas	bab 4 12 Mar 2025 11:06:29
		Download File Skripsi	

NO	TOPIK	MATERI	CATATAN DOSEN
5	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 09 Mar 2025 18:23:18	1. Uji t 2. Uji Hipotesis Download File Selengkapnya	bab 4 12 Mar 2025 11:06:57
6	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 05 Mar 2025 18:24:01	1. Uji T Download File Selengkapnya	bab 4 12 Mar 2025 11:09:47
7	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 05 Mar 2025 18:25:34	Pembahasan temuan penelitian Download File Selengkapnya	bab 5 12 Mar 2025 11:06:57
8	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 05 Mar 2025 18:27:12	1. Analisis dan interpretasi temuan penelitian Download File Selengkapnya	bab 4 dan 5 12 Mar 2025 11:07:08
9	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 05 Mar 2025 18:28:21	1. Uji validasi pada kelas kontrol Download File Selengkapnya	bab 4 12 Mar 2025 11:07:57
10	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 05 Mar 2025 18:30:01	1. Uji normalitas pada kelas eksperimen 2. Validasi instrumen Download File Selengkapnya	bab 4 12 Mar 2025 11:07:57
11	EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN STRATEGI COPING UNTUK MENGURANGI STRES BELAJAR SISWA DI SMP NEGERI 3 BAWOLATO 05 Mar 2025 14:28:24	ACC Download File Selengkapnya	bab 12 Mar 2025 11:07:44

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skrripsi yang diajukan oleh

Nama : Marnati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawoluto

Telah diteliti, diperiksa dan disetujui untuk diuji

Girangsari, 06 Maret 2025

Mengetahui

Ketua Prodi
Bimbingan dan Konseling



Hosanna R. Damani, S.Psi., M.Psi
NIDN. 0103128902

Pembimbing Skripsi,



Hosanna R. Damani, S.Psi., M.Psi
NIDN. 0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Rakorot : Jalan Pancasila No. 10 Kota Gunungitoli ■ +62903400015 Nias - 12814
Homepage : <http://unias.ac.id> email : info@unias.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 003 /UN06.01/TU.01.20/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : **Dr. Ayler Beniah Ndraha, S.STP., M.Si.,C.PS**
NIDN : 8934030021
Pangkat/Golongan : Lektor 200/III/e
Jabatan : **Pt. Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat**

dengan ini menerangkan bahwa,

Nama : **Murniati Lese**
NIM : 212102032
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Judul Skripsi : **Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping Untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Barulato.**

adalah benar telah melakukan pengecekan plagiarisme terhadap Skripsi mahasiswa tersebut di atas melalui aplikasi Turnitin, dan mendapat tingkat Similarity 12% dan tingkat Artificial Intelligence (AI) 0%, sehingga dinyatakan layak untuk melanjutkan pada tahap selanjutnya sesuai dengan tahapan pada penyelesaian skripsi.

Gunungitoli, 06 Maret 2025

Pt. Kepala LPPM,



Dr. Ayler Beniah Ndraha, S.STP., M.Si.,C.PS
NIDN. 8934030021

Tembusan :

1. Ketua Program Studi Bimbingan & Konseling
2. Mahasiswa an. **Murniati Lese**



**YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungstrol, SS +626392620815 Nias - 22812
Homepage: <https://fkip.unnias.ac.id> email: librarian@unni.ac.id

SURAT KETERANGAN LULUS MATA KULIAH
Nomor : 110/UN.10.09/KM.06.08/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Nias, menerangkan bahwa :

Nama : Murniati Lase

NIM : 202102032

Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi *Coping* untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato

Bahwa yang bersangkutan dinyatakan lulus semua Mata Kuliah di Program Studi Bimbingan dan Konseling, kecuali Mata Kuliah Penulisan Skripsi. Untuk itu, dimohon kiranya untuk diterbitkan Transkrip Nilai kepada yang bersangkutan.

Atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Gunungsitoli, 4 Maret 2025
Ketua Prodi BK,



Hosianna Rodenai Damanik, S.Psi., M.Psi.
NIDN 0103128902

13 Maret 2025

Perihal : Permohonan Ujian Skripsi
Lampiran : Satu Berkas

Kepada Yth.
Ketua Program Studi Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi
di
Gunungsitoli

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan Dan Konseling
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dosen Pembimbing : Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato.

Mengajukan permohonan untuk diperkenankan menempuh Ujian Skripsi. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan :

1. Biodata Peserta Ujian Skripsi
2. Lembar persetujuan Dosen Pembimbing Skripsi
3. Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi (Print Out SIMAT)
4. Fotokopi Surat Penugasan Dosen Pembimbing Skripsi
5. Fotokopi KRS semester 1 sampai Semester Berkenaan
6. Fotokopi KHS dari semester 1 sampai terakhir
7. Fotokopi Pembayaran Uang Ujian Skripsi
8. Surat Keterangan telah menyelesaikan semua beban studi kecuali skripsi/pemulisan skripsi/thesis writing*)
9. Transkrip Nilai yang telah ditandatangani ketua program Studi
10. Surat Keterangan telah melakukan pengecekan Plagiarisme dari LPPM.
11. Transkrip Nilai yang telah ditandatangani ketua program studi
12. Telah mengisi link bit.ly/MendaftarSeminarFKIP

Atas perhatian Bapak, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Pemohon



Murniati Lase
NIM 212102032

Tembusan
Yth.
Dekan FKIP Universitas Nias



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Alamat : Jalan Vok Sufarsa 118 E/S Gunungstidi ☎ +629393620815 Nias 📠 22812
Homepage: <https://di.uninias.ac.id> email: telekomunikasi@uninias.ac.id

SURAT PENETAPAN DOSEN PENGUJI SKRIPSI

Nomor : 177/UN10.09/PP.10.08/2025

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP, Universitas Nias menetapkan Dewan Penguji skripsi bagi mahasiswa Universitas Nias :

N a m a : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Buwolato

Waktu Pelaksanaan :

hari / tanggal : Jumat, 11 April 2025
p a k u l : 10.30 WIB s.d. 12.00 WIB
tempat : Ruang Prodi BK, FKIP-Universitas Nias

Dewan Penguji :

No.	N a m a	Jabatan Dalam Ujian	Keterangan
1	Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi	Pembimbing/Penguji	
2	Justin Foera-eta Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D	Penguji	
3	Dr. Farnabato Lase, M.Pd., Kons	Penguji	

Gunungsidi, 8 April 2025

Ketua Prodi BK,

Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi.
NIDN 0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/D Gunungitoli SE +626392620613 Nias +7 22612
Homepage: <https://id.univas.ac.id> email: info@univas.ac.id

Nomor : 141/U.N.10.09/PPN.01.02/2025
Lampiran : 1 (satu) set
Perihal : Undangan Pelaksanaan Ujian Skripsi
atas nama Murniati Lase

Kepada Yth.

Bapak/Ibu Dewan Penguji :

1. Hosiarna R. Dutaonik, S.Psi., M.Psi
2. Justin Foera-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D
3. Dr. Fumahato Lase, M.Pd., Kons

Pembimbing
Penguji I
Penguji II

di

Gunungitoli

Selubungan dengan pelaksanaan Ujian Skripsi mahasiswa :

Nama : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi
Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3
Bawolato

Waktu pelaksanaan ujian skripsi,

Hari/Tanggal : Jumat, 11 Maret 2025

Pukul : 10.30 s/d 12.00 Wib

Tempat : FKIP Universitas Nias

Bersama ini turut terlampir: (1) Surat Penetapan Dewan Penguji Skripsi; (2) Naskah Skripsi; (3) Lembar Penilaian; dan (4) Lembar perbaikan, yang diserahkan langsung oleh mahasiswa yang bersangkutan.

Atas perhatian Bapak/Ibu disucapkan terima kasih.

Gunungitoli, 08 April 2025
Ketua Program Studi,

Hosiarna R. Dutaonik, S.Psi., M.Psi
NIDN 0103128902

Tembusan Diampunkan Kepada :

1. Rektor Universitas Nias
2. Dekan FKIP Universitas Nias
3. Mahasiswa yang diuji (Murniati Lase)



**YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungpili II - 026392620015 Nias - 22912
Telepon : 0907 / 66.4444.4444
Email : info@uninias.ac.id atau library@uninias.ac.id

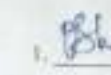
BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini jumat tanggal sebelas bulan april tahun dua ribu dua puluh lima telah diselenggarakan Ujian Skripsi bagi mahasiswa Universitas Nias :

Nama : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato
Waktu Pelaksanaan : 10.30 WIB s/d 12.00 WIB

Susunan Dewan Pembimbing & Penguji :

1. Hosianna Rodenri Damanik, S.Psi, M.Psi
2. Justin Foern-em Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D
3. Dr. Farnuhata Lase, M.Pd., Kons

Tanda Tangan
1. 
2. 
3. 

Berdasarkan perhitungan, rata-rata nilai adalah 89

(Dipenuhi Nilai Sampul)

Dengan demikian yang bersangkutan dinyatakan lulus/ tidak lulus, dengan predikat kelulusan A

Ketua Prodi BK,



Hosianna Rodenri Damanik, S.Psi, M.Psi.
NIDN 0103128902



**YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungtili SE +626392620813 Nias / 22012
Homepage : <http://fkip.uninas.ac.id> email : info@uninas.ac.id

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini jumat tanggal sebelas bulan april tahun dua ribu dua puluh lima telah diselenggarakan Ujian Skripsi bagi mahasiswa Universitas Nias :

N a m a : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi Coping untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato
Waktu Pelaksanaan : 10.30 WIB s/d 12.00 WIB

Susunan Dewan Pembimbing & Penguji :

1. Hosianna Rodeurni Damanik, S.Psi., M.Psi.
2. Justin Fiera-ern Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D.
3. Dr. Famahato Lase, M.Pd., Kons.

Tanda Tangan
1.
2.
3.

Rekapitulasi Nilai :

Pembimbing & Penguji	Nilai
Hosianna Rodeurni Damanik, S.Psi., M.Psi.	90
Justin Fiera-ern Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D.	85
Dr. Famahato Lase, M.Pd., Kons.	92
Total Nilai	267

Rata-rata nilai :

Ketua Prodi BK

Hosianna Rodeurni Damanik, S.Psi., M.Psi.
NIDN 0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Rektorat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias 📧 22812

Lembar Perbaikan Seminar Rancangan Penelitian
Program Studi Bimbingan dan Konseling,
FKIP Universitas Nias

1. Dosen Penelaah

Nama : Justin Foera-era Lase, S.Tr., Sp.P.S.P.D
NIDN : 0130079302
Jabatan : Penelaah
Unit Kerja : Universitas Nias

2. Mahasiswa

Nama : **Murniati Lase**
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi *Coping* untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa Di SMP Negeri 3 Bawolato

3. Waktu Pelaksanaan Seminar:

Hari/tanggal : Kamis, 16 Januari 2025
Pukul : 08:00 WIB s.d Selesai
Tempat : FKIP Universitas Nias

4. Perbaikan Skripsi:

No	Bab/Halaman	Uraian
1.	Bab 1	Tujuan Penelitian lengkap
2.	Bab 1	Referensi agar
3.	Bab 3	Populasi diperbaiki sesuai solusi
4.	Bab 4	Pemilihan sampel diperbaiki sesuai teknik yg akan

Gunungsitoli, 30 Januari 2025

Penelaah,

Justin Foera-era Lase, S.Tr., Sp.P.S.P.D
NIDN. 0130079302



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias 📠 22812
Homepage: <https://bk.unias.ac.id> email: bk@unias.ac.id

Lembar Perbaikan Ujian Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP Universitas Nias

1. Dosen Pembimbing

Nama : Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi.,M.Psi
NIDN : 0103128902
Jabatan : Pembimbing
Unit Kerja : Universitas Nias

2. Mahasiswa

Nama : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi *Coping* untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato.

3. Waktu Pelaksanaan Ujian:

Hari/tanggal : Jumaat, 11 April 2025
Pukul : 07.00 Wib s/d selesai
Tempat : FKIP Universitas Nias

4. Perbaikan Skripsi:

No	Bab/Halaman	Uraian
		Perhatikan ctt pd skripsi

Gungsitoli, 11 April 2025

Dosen Pembimbing,

Hosianna R. Damanik, S.Psi.,M.Psi
NIDN 0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias 📠 22812
Homepage: <https://bk.unias.ac.id> email: bk@unias.ac.id

Lembar Perbaikan Ujian Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP Universitas Nias

1. Dosen Penguji II

Nama : Dr. Famahato Lase, M.Pd.,Kons
NIDN : 0114046901
Jabatan : Penguji II
Unit Kerja : Universitas Nias

2. Mahasiswa

Nama : Murniati Lase
NIM : 212102032
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Strategi *Coping* untuk Mengurangi Stres Belajar Siswa di SMP Negeri 3 Bawolato.

3. Waktu Pelaksanaan Ujian:

Hari/tanggal : Jumaat, 11 April 2025
Pukul : 07.00 Wib s/d selesai
Tempat : FKIP Universitas Nias

4. Perbaikan Skripsi:

No	Bab/Halaman	Uraian
		Abstrak terlalu panjang Tabel-tabel diperkecil

Gungsitoli, 11 April 2025

Dosen Penguji II,

Dr. Famahato Lase, M.Pd.,Kons

NIDN 0114046901

BIODATA PENULIS



Mumiaty Lase (Murni) dilahirkan di Sifaoroasi, Kecamatan Bawolato, Kabupaten Nias, Propinsi Sumatera Utara pada tanggal 17 Maret 2003, anak keempat dari tujuh bersaudara dari pasangan Enieli Lase (Almarhum) (Ayah) dan Yuliani Bawamenewi (Ibu). Pendidikan Sekolah Dasar diselesaikan pada tahun 2015 di SD Negeri 077786 Tuhembaruzo Kecamatan Bawolato Kabupaten Nias.

Setamat SD melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 10 Bawolato Kabupaten Nias, dan selesai pada tahun 2018. Setelah tamat SMP melanjutkan pendidikan di SMK Swasta Kristen BNKP Gunungsitoli, Kecamatan Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli dan selesai pada tahun 2021. Dengan berkat yang sangat luar biasa dari Tuhan yang Maha Kuasa serta dorongan dari kedua orang tua dan saudara-saudara saya termasuk keluarga besar. Maka pada tahun 2021 penulis mengambil suatu tindakan melanjutkan perkuliahan di salah satu perguruan tinggi di Universitas Nias dengan mengambil jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Pada bulan Februari, memulai penelitian untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk menyelesaikan studi di Universitas Nias. Dengan pertolongan Tuhan sehingga pada tanggal 21 Maret 2025, penulis mampu untuk menyelesaikan studi di Universitas Nias dengan memperoleh nilai yang sangat memuaskan yaitu **Predikat A**. Dengan menyandang gelar **Sarjana Pendidikan (S.Pd)**

Penulis juga berterimakasih kepada kedua orang tua yang penulis cintai yang telah bersusah payah untuk mendukung penulis menggapai cita-cita yang telah didambakan selama ini. Dan juga saya berterima kasih kepada Bapak/Ibu Dosen maupun Guru dan Teman-teman khususnya program studi pendidikan ekonomi angkatan 2021 yang selalu membantu dan memberikan semangat untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.