

## DAFTAR ISI

COVER .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
<i>Abstract</i> .....	x
<i>Abstrak</i> .....	x
Metode.....	5
Partisipan Penelitian.....	5
Instrumen Penelitian .....	6
Prosedur Penelitian .....	8
Analisis Data .....	8
Hasil.....	9
Pembahasan.....	20
Kesimpulan.....	24
<i>Saran</i> .....	25

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Deskripsi data partisipan validitas empiris.....	6
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Modul <i>Mindful Self-Compassion</i> (MSC) berbasis daring.....	7
Tabel 3. Hasil Penilaian Validasi Isi Modul <i>Mindful Self-Compassion</i> (MSC) berbasis Daring .....	9
Tabel 4. Hasil Penilaian Uji Keterbacaan Modul <i>Mindful Self-Compassion</i> (MSC) berbasis Daring.....	9
Tabel 5. Perubahan Skor pada Skala <i>Self-Compassion</i> .....	11
Tabel 6. Perubahan Skor pada Skala <i>Mindfulness</i> .....	11
Tabel 7. Hasil Uji <i>Paired Sample t-test</i> pada Skala <i>Self-Compassion</i> dan Skala <i>Mindfulness</i> .....	12
Tabel 8. Hasil Uji <i>Independent Sample t-test</i> pada Skala <i>Self-Compassion</i> dan Skala <i>Mindfulness</i> .....	12
Tabel 9. Perubahan skor pada Skala <i>Flourishing</i> .....	13
Tabel 10. Hasil Uji <i>Paired Sample t-test</i> pada Skala <i>Flourishing</i> .....	14
Tabel 11. Hasil Uji <i>Independent Sample t-test</i> pada Skala <i>Flourishing</i> .....	14

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Desain Penelitian ( <i>untreated control group design with dependent pretest and posttest samples</i> )..	8
Gambar 2. Grafik skor <i>flourishing</i> ( <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> ) pada kelompok eksperimen.....	13
Gambar 3. Grafik skor <i>flourishing</i> ( <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> ) pada kelompok kontrol .....	13