

LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Kuesioner Awal Google Form

The image shows a mobile view of a Google Form titled "Kuesioner Penelitian - Skripsi". The form is displayed in two side-by-side panels. The left panel contains the introductory text, contact information, and a "Berikutnya" button. The right panel shows the "Regulasi Diri" section with five Likert-scale questions.

Kuesioner Penelitian - Skripsi

odipranyata1420@gmail.com
(tidak dibagikan) [Ganti akun](#)

* Wajib

Regulasi Diri

Anda akan disajikan dengan 44 soal dengan 5 pilihan jawaban yang bergerak dari angka 1-5. Skala jawaban 1 untuk "Sangat Sesuai" hingga skala jawaban 5 untuk "Sangat Tidak Sesuai" dan begitu pula sebaliknya sesuai dengan yang dipaparkan.

Tidak ada jawaban benar atau salah, silahkan menjawab dengan sebenar-benarnya sesuai dengan pribadi atau kondisi anda.

1. Saya senang merancang apa yang akan saya lakukan sebelum beraktivitas di kampus *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai ○○○○○ Sangat Tidak Sesuai

2. Menyiapkan semua yang diperlukan sebelum beraktivitas di kampus membuat saya percaya diri *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai ○○○○○ Sangat Tidak Sesuai

3. Di UKM saya melakukan Tindakan tanpa ada persiapan terlebih dahulu *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai ○○○○○ Sangat Sesuai

4. Memikirkan terlebih dahulu sebelum beraktivitas di kampus membuat saya pusing *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai ○○○○○ Sangat Sesuai

5. Saya mampu membenahi diri sendiri sehingga tidak kesulitan dalam beraktivitas di UKM ditengah tugas kelas *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai ○○○○○ Sangat Tidak Sesuai

Berikutnya **Kosongkan formulir**

Jangan pernah mengirimkan sandi melalui Google Formulir.

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google. [Laporkan Penyalahgunaan](#) · [Persyaratan Layanan](#) · [Kebijakan Privasi](#)

<p>6. Dapat mengatur diri membuat hidup saya di kampus menjadi tenang *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>14. Dapat mengontrol diri sendiri agar tidak membuat kesalahan fatal di dalam kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>
<p>7. Di UKM saya merasa kesulitan dalam mengelola diri sendiri Ketika ada tugas kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>	<p>15. Mengecek sesuatu yang dikerjakan diri sendiri di acara UKM membuat saya kecewa *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>
<p>8. Menata diri sendiri menyulitkan hidup saya di kampus *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>	<p>16. Saya enggan memeriksa ulang tugas kelas saya meskipun hasilnya bisa saja salah *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>
<p>9. Saya menasihati diri sendiri apabila telat mengumpulkan tugas kelas akibat terlalu focus di UKM *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>17. Saya suka menganalisis apa yang telah dikerjakan di UKM agar tidak mengulang kesalahan yang sama di acara selanjutnya *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>
<p>10. Saya akan mengarahkan diri sendiri untuk aktif dalam setiap acara di UKM meskipun memiliki banyak tugas kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>18. Saya tipe orang yang akan mempelajari kesalahan sebagai upaya meningkatkan IPK saya *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>
<p>11. Saya segan menegur diri sendiri atas permasalahan yang saya sebabkan di perkuliahan *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>	<p>19. Saya merasa tidak perlu menimbang apa yang telah terjadi karena saya pasti benar *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>
<p>12. Memerintah diri sendiri untuk baik di kampus membuat saya merasa tidak bebas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>	<p>20. Membandingkan hasil kerja sendiri dengan teman yang lebih baik pekerjaannya di UKM membuat saya kesal *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>
<p>13. Saya akan meninjau semua pekerjaan di UKM yang sedang dikerjakan untuk memastikan keberhasilan acara *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>21. Saya dapat menyelesaikan semua tugas UKM tanpa mengorbankan perkuliahan *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>

<p>22. Saya mampu mendapatkan hasil yang memuaskan di kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p> <p>31. Saya suka bergantung terhadap orang lain dalam mengerjakan tugas UKM karena saya mementingkan kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>
<p>23. Tanggung jawab antara UKM dengan kelas membuat saya bingung dalam memprioritaskan yang mana dahulu *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>	<p>32. Saya merasa kesulitan dalam menjalankan tugas UKM yang bersamaan tugas kelas apabila mengerjakan sendiri *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>
<p>24. Menjalankan kegiatan di UKM membuat nilai kelas saya menjadi buruk *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>	<p>33. Mampu membedakan mana keputusan terbaik dalam meningkatkan IPK *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>
<p>25. Saya optimis akan mendapatkan IPK yang baik meskipun mengikuti UKM *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>34. Dapat menolak kemudian memberikan saran yang dipikirkan saat keputusan itu dirasa kurang sesuai Ketika rapat di UKM *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>
<p>26. Pendirian saya teguh untuk mengembangkan UKM tanpa melupakan tugas kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>35. Saya menerima setiap keputusan saat rapat UKM meskipun harus mengorbankan tugas kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>
<p>27. Saya merasa tidak mampu apabila mendapat tugas dari kelas dengan UKM secara bersamaan *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>	<p>36. Saya tidak peduli dengan semua keputusan saat rapat UKM karena hanya ingin sertifikatnya saja *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>
<p>28. Saya akan stress apabila mendapat tekanan tugas yang banyak dari kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Tidak Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Sesuai</p>	<p>37. Saya senang merangkai kalimat sebelum berbicara di depan orang lain saat rapat UKM atau presentasi kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>
<p>29. Saya dapat menyelesaikan sendiri permasalahan UKM dengan baik *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>38. Dapat mengurutkan tugas kelas dengan UKM dari prioritas terendah hingga tertinggi *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>
<p>30. Bersedia menanggung sendiri resiko atas keputusan yang saya ambil di kelas *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>	<p>39. Saya merasa kesulitan dalam *</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Sangat Sesuai <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/> Sangat Tidak Sesuai</p>

39. Saya sering kesulitan dalam beraktivitas di UKM karena tidak pernah mengagendakan kegiatan sehari-hari *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

40. Menyiapkan keperluan sebelum beraktivitas di kampus menurut saya merepotkan *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

41. Saya suka menciptakan hubungan positive dengan UKM lain agar nyaman dalam berorganisasi *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

42. Dapat membuat lingkup pertemanan yang menyenangkan akan berdampak pada IPK saya di fakultas *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

43. Apabila hubungan pertemanan di kelas tidak sesuai maka saya akan malas masuk kelas *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

44. Kualitas anggota yang buruk bukan tanggung jawab saya karena bergabung di UKM hanya ikut-ikutan *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

[Kembali](#) [Berikutnya](#) [Kosongkan formulir](#)


Jangan pernah mengirimkan sandi melalui Google Formulir.

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google. [Laporkan Penyalahgunaan](#) - [Persyaratan Layanan](#) - [Kebijakan Privasi](#)

Google Formulir 

11:45 100%

docs.google.com/foi



Kuesioner Penelitian - Skripsi

odiprnyata1420@gmail.com
(tidak dibagikan) [Ganti akun](#)

[Wajib](#)

Coping Stress

Anda akan disajikan dengan 12 soal dengan 5 pilihan jawaban yang bergerak dari angka 1-5. Skala jawaban 1 untuk "Sangat Sesuai" hingga skala jawaban 5 untuk "Sangat Tidak Sesuai" dan begitu pula sebaliknya sesuai dengan yang dipaparkan.

Tidak ada jawaban benar atau salah, silahkan menjawab dengan sebenar-benarnya sesuai dengan pribadi atau kondisi anda.

1. Saya cenderung mencari permasalahan yang membuat stress kemudian berusaha menyelesaikannya *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

2. Apabila tidak segera menyelesaikan tugas kelas saya tidak akan tenang *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

3. Saya merasa kesulitan saat berusaha memecahkan masalah yang baru saya temui di UKM *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

4. Saya sering menunda mengerjakan tugas kelas karena malas *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

5. Sebelum mengambil keputusan saya akan berfikir bekal-kali untuk mencari solusi terbaik dari masalah yang dihadapi *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

6. Mengevaluasi strategi yang pernah diterapkan sebelumnya dapat mempermudah saya Ketika menghadapi acara UKM yang serupa *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

7. Saya kesulitan dalam mempertimbangkan solusi dari masalah yang dialami di UKM karena sedikit sembrono *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

8. Saya tidak perlu meninjau ulang setiap tugas kelas yang sudah dikerjakan karena merasa sudah hebat *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

9. Ketika dapat tugas berat dari UKM saya akan berusaha mencari teman bicara agar menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapi *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

10. Dengan melakukan diskusi dengan orang lain akan mempercepat penyelesaian tugas kelas saya *

1 2 3 4 5

Sangat Sesuai Sangat Tidak Sesuai

11. Saya lebih memilih menyelesaikan masalah UKM secara individual karena tidak suka menceritakan tentang diri sendiri ke orang lain *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

12. Saya bisa menyelesaikan tugas kelas dengan optimal tanpa bantuan orang lain *

1 2 3 4 5

Sangat Tidak Sesuai Sangat Sesuai

[Kembali](#) [Kirim](#) [Kosongkan formulir](#)

Jangan pernah mengirimkan sandi melalui Google Formulir.

Konten ini tidak dibuat atau dikelola oleh Google

	3	3		2	2	2	1	2	2	2		19
	1	2		5	1	2	1	2	1	3		18
	3	3		3	3	3	3	3	3	3		27
	1	2		1	2	2	2	2	1	2		15
	5	4		1	5	4	5	2	4	1		31
	1	4		4	2	2	2	1	2	1		19
	2	4		4	2	2	2	5	5	2		28
	1	3		1	1	1	1	1	1	1		11
	1	3		2	1	1	1	2	3	1		15
	1	3		1	2	4	1	2	1	5		20
	4	4		4	4	5	4	4	4	4		37
	3	1		1	1	3	3	2	5	5		24
	1	2		2	1	4	5	1	1	3		20
	4	2		5	2	1	2	1	1	2		20
	1	3		1	1	1	1	1	1	1		11
	1	1		1	2	1	1	1	1	2		11
	2	1		3	5	1	1	5	1	1		20
	3	4		5	2	4	2	4	2	4		30
	2	5		4	5	5	1	4	2	5		33
	4	3		3	4	2	4	4	3	4		31
	4	1		5	1	3	1	5	5	2		27
	4	2		3	5	2	4	3	5	2		30
	3	2		3	5	3	5	3	2	3		29
	1	5		5	2	4	2	4	4	2		29
	2	4		5	3	2	4	5	5	5		35

	1	1		1	1	1	1	1	1	1		9
	1	2		2	2	2	2	1	1	3		16
	1	3		2	2	1	1	1	1	3		15
	1	2		1	1	3	3	1	1	4		17
	1	4		2	3	2	2	2	2	5		23
	4	3		4	3	2	5	4	3	3		31
	1	2		1	2	2	1	5	1	2		17
	3	1		1	1	1	1	1	1	3		13
	2	4		2	2	2	1	3	3	3		22
	1	3		1	4	1	4	2	4	1		21
	3	4		4	3	3	2	2	3	2		26
	4	3		3	4	4	4	4	4	5		35
	5	3		2	4	2	1	2	2	1		22
	1	2		2	3	2	5	4	4	4		27
	2	2		1	4	1	1	1	2	3		17
	3	4		5	5	4	5	1	2	1		30
	5	4		2	1	3	1	4	3	2		25
	4	3		2	2	1	2	4	3	2		23
	4	3		3	3	3	3	3	1	1		24
	4	3		4	3	4	5	3	4	3		33
	4	4		2	3	1	4	5	2	4		29
	2	3		1	1	2	2	2	2	1		16
	3	4		5	4	3	3	3	3	4		32
	3	1		2	2	2	1	3	3	3		20
	1	3		1	2	3	1	2	3	2		18
	2	1		2	4	1	3	3	4	3		23

	4	3		4	3	2	4	3	4	2		29
	4	2		2	4	3	3	3	3	3		27
	3	3		2	1	1	4	5	4	3		26
	3	2		3	2	4	3	2	4	3		26
	2	4		2	3	4	3	2	4	3		27
	3	2		2	3	3	3	2	2	4		24
	3	3		4	3	2	4	3	2	3		27
	5	1		3	4	2	4	2	4	2		27
	3	4		2	3	2	3	5	3	2		27
	1	1		1	1	1	1	1	1	1		9
	4	4		2	5	3	3	1	4	5		31
	5	2		1	5	2	5	2	5	2		29
	4	2		4	1	2	5	1	2	4		25
	4	2		3	3	2	3	3	2	3		25
	2	2		2	2	2	2	2	1	2		17
	2	3		3	2	4	2	3	2	3		24
	2	3		3	2	5	3	2	3	3		26
	2	2		1	5	2	3	3	3	3		24
	2	1		3	2	2	3	4	4	2		23
	2	3		1	3	2	4	4	3	1		23
	4	3		3	2	4	3	3	2	4		28

Lampiran 1.3 Tabulasi Data Regulasi Diri

R D 1	R D 2	R D 4	R D 5	R D 6	R D 7	R D 8	R D 9	R D 10	R D 11	R D 12	R D 13	R D 14	R D 15	R D 16	R D 17	R D 18	R D 19	R D 20	R D 21	R D 22	R D 23	R D 24	R D 25	R D 26	R D 27	R D 28	R D 29	R D 30	R D 31	R D 32	R D 33	R D 34	R D 35	R D 36	R D 37	R D 38	R D 39	R D 40	R D 41	R D 42	R D 43	R D 44	T o t a l		
2	3		4	3	1	5	2	5	2		1	5	1	2		3	1	5	1	4	3	3	5	2	5	2	3	5	3	3	3	3	5	4	3	5	3	4	2	4	5	4	5	4	135
4	5		4	2	1	2	4	3	2		4	2	1	5		2	4	5	1	1	2	5	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	5	1	1	4	2	96	
5	5		5	5	5	5	5	5	5		5	5	5	5		5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	193
3	2		1	3	2	5	3	2	1		2	3	5	3		3	4	2	5	1	2	4	2	4	3	3	2	5	3	2	3	5	2	1	4	5	2	4	3	4	5	5	3	126	
3	2		3	2	2	3	3	2	3		2	4	3	2		1	4	2	3	3	4	2	3	5	2	4	2	5	2	3	2	4	4	2	1	1	2	4	3	3	2	5	3	115	
5	5		5	5	5	1	1	5	5		5	5	5	2		5	5	3	2	5	5	1	1	5	5	2	2	2	5	1	3	5	1	2	2	5	4	1	1	5	5	5	1	143	
3	5		3	3	3	3	1	4	4		3	5	3	2		4	4	3	3	5	4	3	4	3	5	1	4	5	5	4	4	4	4	4	3	3	2	4	5	5	5	1	5	1	145
1	1		5	1	1	5	1	5	5		1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	57
1	1		1	2	1	1	1	2	4		2	2	2	2		2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	2	2	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	67
3	3		2	2	2	2	1	2	3		4	2	2	2		3	3	2	3	3	2	2	1	2	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	100
2	4		4	2	3	1	5	1	3		3	4	4	3		5	2	4	2	5	1	5	1	5	1	5	1	5	2	5	1	4	3	4	5	1	4	4	5	5	5	3	4	136	
1	3		2	1	4	2	1	1	1		2	2	1	4		2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	3	4	5	74	

4	5		5	4	5	4	3	4	3		3	5	3	4		4	3	4	3	3	3	3	4	5	5	3	4	4	4	3	5	3	5	4	5	5	4	3	4	4	3	4	4	1	6	0		
4	4		2	5	4	4	2	4	3		2	4	4	4		3	4	2	2	3	4	3	2	4	4	3	3	3	4	2	3	4	2	3	2	3	4	2	2	4	4	4	4	2	1	3	1	
2	1		2	2	2	3	2	2	3		2	1	1	2		1	1	5	2	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	1	4	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	8	6			
1	2		4	2	2	5	5	3	2		4	2	2	4		2	2	4	5	2	2	1	5	2	2	4	2	4	2	3	2	1	2	2	5	2	2	4	5	1	1	5	4	1	1	6		
5	4		3	4	4	5	3	3	3		3	3	5	3		3	5	1	2	4	4	5	3	5	3	5	4	1	5	2	4	4	5	2	3	3	4	2	1	4	3	3	4	1	4	2		
1	1		3	1	4	1	5	3	3		1	1	3	1		1	1	1	5	2	3	1	1	1	5	4	1	1	2	2	5	1	1	1	2	3	1	1	2	2	2	4	2	8	6			
3	4		2	2	2	2	1	1	2		2	5	2	2		4	1	2	3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	5	4	2	2	1	5	4	2	2	4	5	1	2	4	2	1	0	4		
3	3		5	5	2	2	2	3	1		1	1	4	4		3	4	3	5	2	3	5	3	4	3	2	2	4	3	3	4	5	5	3	2	5	4	3	5	1	2	3	3	1	3	0		
3	2		2	2	1	2	2	3	2		2	2	2	2		2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	3	2	2	1	2	1	3	3	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	7	3		
1	2		1	3	1	3	5	3	3		1	3	1	3		3	1	1	3	3	1	2	5	2	2	5	1	1	1	3	3	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	4	3	9	5			
3	3		3	3	3	3	3	3	3		3	3	3	3		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	1	2	5
2	2		3	3	2	4	3	3	3		1	2	2	4		2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	5	4	2	2	2	5	2	2	3	1	2	3	3	3	3	2	1	4	1	1	0	3	
1	1		2	1	1	1	1	1	2		1	1	2	2		1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	3	4	1	2	1	3	3	6	4			
2	2		1	2	2	1	1	2	2		1	1	2	1		2	4	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	0	0
2	2		1	1	2	2	1	1	5		2	2	1	2		2	2	4	1	1	4	2	1	2	5	5	1	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	4	2	4	4	1	2	9	5		

4	5		2	3	4	2	2	3	2		1	5	4	2		4	4	2	1	5	2	2	2	1	2	2	2	1	2	4	3	2	4	2	1	5	5	2	3	3	2	1	4	1 1 2	
4	5		1	3	5	3	1	3	3		2	4	4	2		5	5	2	5	5	4	3	3	5	4	3	5	4	4	4	4	5	4	2	5	4	3	3	2	5	5	5	4	1 5 2	
1	1		4	2	2	4	4	2	2		4	2	4	4		2	2	4	4	2	2	4	4	2	2	4	2	2	2	4	4	3	2	2	4	2	2	4	4	1	1	2	4	1 1 3	
1	1		1	5	5	1	1	1	1		1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	4	3	1	5	3	5	5	2	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	3	5	1	8 3
5	4		4	3	1	1	5	2	2		3	4	1	1		2	1	1	4	2	4	1	2	5	2	1	1	1	3	3	4	5	5	1	1	1	3	2	4	5	1	2	1	1 0 4	
5	5		1	4	5	5	1	5	3		2	5	5	5		5	5	1	2	4	4	4	1	5	2	2	5	3	3	4	5	5	5	1	1	5	1	2	1	2	1	4	4	1 3 8	
2	2		3	3	2	2	3	3	3		4	2	3	4		2	3	3	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	1 3 1
5	2		2	2	1	1	4	5	2		2	1	1	1		2	1	3	2	3	1	1	2	4	4	3	2	1	1	1	5	4	4	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	8 7	
2	1		2	1	1	1	1	5	2		3	1	2	1		1	5	2	1	4	2	1	5	1	1	1	4	1	2	4	4	2	1	4	5	1	1	5	4	1	1	5	3	9 5	
1	2		1	4	3	2	2	5	1		1	2	2	3		1	1	1	3	3	1	1	1	4	2	1	5	3	1	1	2	1	2	2	4	4	2	2	3	3	1	1	1	8 6	
2	1		1	1	1	2	1	1	2		2	2	1	5		2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	6 2	
2	2		5	5	5	1	1	5	1		1	1	2	1		1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	6 5	
4	2		5	5	3	1	4	5	5		5	5	2	1		5	1	3	1	5	1	1	1	5	5	1	4	5	1	1	1	1	5	1	5	5	5	5	1	1	5	4	1	2	1 2 4
1	3		3	3	2	5	2	4	4		3	3	3	4		5	4	1	3	3	2	3	4	3	4	2	5	1	2	2	5	2	3	2	4	3	3	2	4	2	4	3	3	1 2 4	
5	3		4	3	3	3	2	5	2		1	3	5	1		5	5	2	5	2	4	4	2	1	5	5	1	5	5	5	2	5	5	1	5	5	5	5	4	1	5	5	5	4	1 4 8

2	4		2	2	4	2	4	2	4		2	4	2	3		4	2	4	2	4	2	3	2	5	2	4	2	4	2	2	3	3	3	4	2	4	3	4	4	3	3	1	2	3			
3	4		5	1	5	3	5	5	1		3	4	4	4		5	4	1	5	5	5	2	4	4	2	4	3	5	4	2	5	4	5	1	4	4	1	4	5	2	5	5	4	1	5	1	
3	5		2	4	3	5	2	2	4		3	1	4	2		2	4	2	2	5	1	2	4	3	3	2	4	3	4	2	2	3	2	2	3	3	4	4	2	2	4	2	2	1	1	8	
1	4		4	2	4	1	4	2	5		4	2	5	2		2	5	2	5	2	5	1	5	2	4	2	4	3	5	2	3	5	3	5	2	5	2	3	2	4	2	5	2	1	3	2	
2	4		5	2	4	2	4	2	4		4	2	4	2		2	4	3	4	3	4	2	5	3	5	2	2	3	4	3	4	3	4	2	2	3	5	2	2	2	5	1	1	1	2	6	
3	4		3	4	4	4	5	2	5		4	1	5	5		4	2	4	1	5	1	3	5	1	4	5	1	2	5	3	2	5	3	4	1	5	3	5	5	2	5	5	4	1	4	4	
1	1		1	1	1	1	5	1	2		1	2	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	7	
5	5		1	3	2	4	1	1	4		1	2	2	1		3	1	1	2	1	3	2	1	1	1	2	5	5	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	1	9	1
3	2		1	3	1	4	1	2	2		2	3	1	3		2	1	3	4	2	1	2	1	1	1	1	2	1	3	1	1	5	1	2	3	2	3	1	2	3	1	1	8	0			
2	1		2	1	1	3	2	1	3		5	2	1	5		1	1	4	5	2	1	3	3	1	1	1	2	1	1	5	1	2	3	5	2	2	1	3	1	1	1	1	5	8	9		
3	4		5	4	3	3	3	4	4		4	2	1	3		2	3	2	2	2	3	1	2	1	2	2	5	3	2	4	3	3	3	2	2	1	2	4	3	2	4	2	3	1	1	3	
1	1		5	4	4	5	4	4	3		3	2	4	3		4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	5	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	1	4	3
1	1		2	2	2	3	2	3	2		3	2	2	2		2	1	4	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	8	6
4	5		1	5	5	1	1	1	2		2	1	1	1		1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	5	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	7	0		
2	2		2	2	2	2	1	1	2		1	2	2	2		1	1	1	1	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	7	8	

2	3		3	4	2	4	5	2	5		5	5	1	4		5	1	4	2	5	2	3	3	1	5	3	5	2	5	1	5	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	138		
2	2		3	3	4	3	2	4	3		3	4	4	3		4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	134	
3	4		3	3	3	3	3	3	3		3	3	3	3		3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	5	3	3	4	139
5	4		1	2	3	1	1	1	5		3	2	5	3		2	1	1	5	5	1	2	2	4	5	1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	4	2	94		
5	3		5	3	5	1	4	2	5		1	4	4	1		4	2	5	2	5	2	4	2	5	5	2	3	3	3	2	1	1	2	1	2	2	2	2	5	5	5	5	5	5	133	
5	5		1	3	3	2	4	5	1		3	2	2	5		2	3	1	1	2	1	1	4	3	4	2	5	5	5	2	3	2	2	1	1	1	2	5	1	2	1	1	1	105		
4	2		3	2	5	1	5	1	5		5	3	2	5		5	5	5	2	5	4	1	5	2	4	5	1	5	2	4	2	5	2	5	2	5	3	4	5	5	5	4	2	147		
3	2		1	1	2	1	1	1	1		2	1	4	1		5	3	2	3	5	3	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	3	1	4	2	1	5	78		
4	5		4	3	3	2	4	3	4		4	2	4	4		5	5	5	2	4	3	4	2	4	2	4	4	2	5	1	3	2	5	5	4	4	3	5	2	5	4	2	5	147		
4	1		3	1	1	1	2	1	2		1	1	1	1		1	2	1	1	2	1	1	1	3	4	1	3	5	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	68		
2	3		4	3	3	2	4	1	3		4	2	4	5		3	4	4	3	2	4	2	4	2	4	3	2	4	2	5	2	4	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	3	127		
4	2		1	1	1	3	4	4	5		4	5	2	5		5	1	5	2	5	2	5	4	4	3	2	2	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	3	5	5	5	155
4	2		1	3	1	2	1	1	5		4	1	1	3		2	1	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	1	5	3	4	1	4	2	4	3	2	1	4	2	1	1	5	95	
3	4		4	3	4	2	2	5	4		4	2	3	5		5	2	5	3	2	5	2	4	4	5	4	5	2	5	3	3	5	3	4	3	5	4	4	4	4	2	4	3	2	147	

2	5		5	3	3	1	4	1	4		1	5	3	1		2	1	3	2	2	1	4	3	1	4	2	2	5	4	2	3	2	4	2	4	4	3	2	2	5	1	2	4	1					
2	4		3	4	2	4	3	2	4		2	4	3	2		3	5	1	4	3	4	1	5	3	2	5	3	2	4	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	5	3	4	1			
1	5		4	2	4	3	4	1	2		5	2	4	3		4	2	2	5	4	2	4	3	2	3	2	3	3	5	4	2	3	3	4	5	5	3	4	3	3	3	4	4	1	3	4	1		
1	1		3	2	2	3	2	2	2		3	2	1	3		1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	7	7	1		
2	2		2	2	2	4	4	2	2		2	3	2	2		3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1			
1	1		2	1	2	5	5	2	3		3	2	2	2		1	3	2	1	2	1	2	4	3	1	3	3	2	2	2	1	2	5	4	4	3	4	3	3	3	3	4	5	4	1	0	8	1	
2	3		5	4	4	3	3	4	3		1	2	1	5		2	4	4	3	2	3	3	2	5	3	2	2	4	2	1	3	2	5	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	1	2	6	1		
2	2		2	2	4	2	1	4	4		2	2	3	3		1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	3	2	4	4	3	1	1	3	1	2	3	2	4	4	2	1	1	1	8	8	1		
3	2		1	3	4	4	3	1	1		3	2	3	5		5	5	3	2	1	1	2	2	4	3	2	5	5	5	4	3	5	3	5	3	2	2	3	2	1	3	3	1	2	0	1			
4	3		2	4	3	2	4	3	4		4	3	4	3		2	4	3	2	3	4	3	2	3	4	2	4	3	4	3	2	4	2	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	2	1	2	9	1

Lampiran 1.4 Uji Validitas Skala Regulasi Diri (Putaran 1)

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	118.4421	855.845	.338	.931
Y2	118.3684	843.129	.463	.930
Y3	118.5263	866.635	.205	.932
Y4	118.4421	846.292	.441	.930
Y5	118.5053	853.721	.408	.930
Y6	118.4421	845.526	.460	.930
Y7	118.5368	853.209	.351	.931
Y8	118.5579	851.547	.362	.931
Y9	118.3895	852.751	.341	.931
Y10	118.2105	857.062	.336	.931
Y11	118.3474	865.421	.204	.932
Y12	118.5579	847.334	.472	.930
Y13	118.5263	838.082	.561	.929
Y14	118.5789	836.034	.599	.929
Y15	118.4632	849.528	.412	.930
Y16	118.5263	859.146	.288	.931
Y17	118.4316	829.227	.659	.928
Y18	118.5579	832.845	.557	.929
Y19	118.6421	845.807	.476	.930
Y20	118.6105	852.113	.389	.931
Y21	118.3368	848.226	.418	.930
Y22	118.7579	839.249	.575	.929
Y23	118.7158	844.993	.511	.930

Y24	118.6737	838.520	.566	.929
Y25	118.4737	837.422	.533	.929
Y26	118.3368	841.417	.496	.930
Y27	118.5474	845.953	.478	.930
Y28	118.3684	855.086	.326	.931
Y29	118.2737	851.456	.378	.931
Y30	118.4421	833.590	.608	.929
Y31	118.5158	845.486	.486	.930
Y32	118.4211	852.289	.398	.931
Y33	118.4737	826.975	.664	.928
Y34	118.2947	839.955	.540	.929
Y35	118.6211	848.536	.463	.930
Y36	118.5053	838.359	.558	.929
Y37	118.3263	830.435	.637	.928
Y38	118.6000	839.370	.627	.929
Y39	118.3158	847.133	.485	.930
Y40	118.4632	840.719	.508	.930
Y41	118.4737	840.167	.517	.930
Y42	118.5579	835.122	.560	.929
Y43	118.2421	840.739	.504	.930
Y44	118.5579	843.760	.481	.930

Lampiran 1.5 Uji Validitas Skala Regulasi Diri (Putaran 2)

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	110.1474	799.042	.333	.933
Y2	110.0737	786.495	.461	.932
Y4	110.1474	789.659	.438	.932
Y5	110.2105	796.402	.412	.932
Y6	110.1474	787.404	.477	.932
Y7	110.2421	796.888	.341	.933
Y8	110.2632	793.685	.372	.933
Y9	110.0947	795.980	.337	.933
Y10	109.9158	799.376	.343	.933
Y12	110.2632	790.196	.476	.932
Y13	110.2316	781.627	.559	.931
Y14	110.2842	779.844	.595	.931
Y15	110.1684	792.588	.411	.932
Y17	110.1368	771.992	.672	.930
Y18	110.2632	776.770	.553	.931
Y19	110.3474	788.889	.477	.932
Y20	110.3158	796.857	.365	.933
Y21	110.0421	790.530	.428	.932
Y22	110.4632	782.634	.576	.931
Y23	110.4211	788.693	.503	.931
Y24	110.3789	782.557	.558	.931
Y25	110.1789	780.638	.536	.931
Y26	110.0421	784.700	.496	.931
Y27	110.2526	788.680	.484	.932

Y28	110.0737	798.260	.322	.933
Y29	109.9789	794.191	.381	.932
Y30	110.1474	776.999	.611	.930
Y31	110.2211	790.089	.466	.932
Y32	110.1263	795.112	.400	.932
Y33	110.1789	770.702	.665	.930
Y34	110.0000	782.574	.550	.931
Y35	110.3263	791.754	.461	.932
Y36	110.2105	782.147	.554	.931
Y37	110.0316	773.222	.650	.930
Y38	110.3053	782.385	.633	.930
Y39	110.0211	790.893	.476	.932
Y40	110.1684	784.120	.507	.931
Y41	110.1789	783.021	.524	.931
Y42	110.2632	777.409	.576	.931
Y43	109.9474	783.923	.507	.931
Y44	110.2632	787.387	.476	.932

Lampiran 1.6 Uji Validitas Skala *Coping Stress* (Putaran 1)

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	29.5158	59.912	.064	.764
X2	30.1158	51.486	.511	.711
X3	29.7789	54.940	.390	.727
X4	29.7474	56.382	.261	.741
X5	30.0105	53.394	.379	.728
X6	29.9579	51.168	.529	.708
X7	30.1158	55.189	.375	.728
X8	29.9684	51.052	.487	.713
X9	29.9263	52.601	.444	.719
X10	29.9895	51.989	.484	.714
X11	29.8632	54.290	.379	.728
X12	29.6105	55.708	.255	.743

Lampiran 1.7 Uji Validitas Skala *Coping Stress* (Putaran 2)

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2	21.1895	37.176	.498	.738
X3	20.8526	39.850	.397	.753
X5	21.0842	38.120	.408	.753
X6	21.0316	37.499	.475	.742
X7	21.1895	39.942	.391	.754
X8	21.0421	36.232	.511	.736
X9	21.0000	37.532	.471	.743
X10	21.0632	36.847	.523	.734
X11	20.9368	39.698	.356	.759