

LAMPIRAN

Lampiran I Blue Print Skala Stres

Blue Print Skala Stres

No	Aspek	Indikator		Aitem		Jumlah
				Favourable	Unfavourable	
1.	Biologis	Fisik	Susah tidur	1. Saya sulit memejamkan mata ketika memikirkan tugas kuliah yang belum selesai 11. Tugas kuliah yang sulit membuat saya mudah mengantuk saat mengerjakan	19. Saya mudah menguap ketika tidak bisa mengerjakan tugas kuliah 26. Meskipun tugas skripsi belum selesai saya bisa tidur dengan nyenyak	4
			Sakit kepala/migrain	2. Tugas kuliah yang sulit membuat kepala saya pusing 12. Kepala belakang saya terasa sakit ketika memikirkan tugas yang belum selesai		2
			Mengeluarkan keringat yang berlebih	3. Ketika cemas saya mudah untuk mengeluarkan keringat		2

				13. Tangan saya cenderung basah ketika menulis terlalu lama		
2..	Psikologis	Kognisi	Sulit untuk berkonsentrasi	4. Saya sulit fokus mengerjakan skripsi ketika memiliki masalah dengan teman 14. Saya tidak mudah mencerna penjelasan dari dosen saat mengajar	20. Saya lebih fokus ketika mengerjakan tugas yang mendekati deadline	3
			Perasaan takut dalam melakukan sesuatu	5. Saya gelisah ketika pertama kali presentasi didepan kelas 15. Saya takut apabila tidak mengerjakan skripsi dengan baik 23. Saya khawatir jika tidak mempunyai teman belajar kelompok		3
			Merasa cemas akan masa depan	6. Saya khawatir jika tidak bisa lulus tepat waktu 16. Jantung saya berdebar		3

				<p>ketika mendengarkan pengumuman kelulusan siding skripsi</p> <p>24. Saya cemas apabila tidak mempresentasikan tugas kuliah dengan baik</p>		
		Emosi	Mudah marah	7. Ketika lelah saya berbicara menggunakan nada tinggi kepada orang lain		1
			Sedih terus-menerus	<p>8. Saya sedih ketika gagal menyampaikan presentasi dengan baik</p> <p>17. Tugas kuliah yang sulit membuat saya tidak berhenti menangis saat mengerjakan</p> <p>25. Saya prihatin ketika melihat teman yang kesusahan</p>	21. Mempunyai banyak teman belajar membuat saya senang	4
		Tingkah laku	Sulit bekerja sama dengan orang lain	18. Saya sulit menyampaikan pendapat ketika di ruang kelas	10. Tugas akan ringan jika dikerjakan bersama-sama	2

			Kehilangan minat	9. Ketika tidak mendapat kelompok saya tidak mau masuk kuliah	22. Saya senang jika membantu teman mengerjakan tugas kuliah	2
--	--	--	------------------	---	--	---

Lampiran II Blue Print Skala *Self Disclosure*

Blue Print Skala *Self Disclosure*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1.	Ukuran <i>self disclosure</i>	Seringnya bercerita mengenai hal pribadi kepada orang lain	<p>1. Ketika mengalami kesulitan mengerjakan skripsi saya cerita dengan teman</p> <p>5. Saya suka bercerita tentang masalah saya kepada teman</p> <p>12. Saya senang ketika memiliki teman cerita</p> <p>16. Saya suka ketika bercerita dengan orang lain</p>	15. Saya tidak ingin membebani orang lain dengan kesedihan saya	5
2,	Valensi <i>self disclosure</i>	Kualitas cerita yang tidak pernah seseorang ceritakan sebelumnya	<p>2. Saya antusias ketika bercerita kepada teman</p> <p>6. Saya senang ketika berbagi pengalaman</p>		4

			<p>dengan orang lain</p> <p>9. Ketika lelah mengerjakan skripsi saya menceritakannya kepada teman</p> <p>13. Orang tua harus mengetahui cerita yang menyenangkan bagi saya</p>		
3.	Ketepatan dan kejujuran	Ketepatan cerita didasari sesuai fakta dan kejujuran ketika seseorang bercerita mengennai dirinya	<p>7. Saya bercerita dengan jujur kepada teman saya</p> <p>10. Saya tidak pernah mengarang cerita mengenai apa yang saya rasakan</p>		2
4.	Tujuan dan maksud	Keadaan seseorang saat bercerita kepada orang lain	<p>3. Ketika sedih saya bercerita dengan teman</p> <p>8. Saya bercerita dengan teman karena saya memerlukan support dari orang lain</p> <p>11. Saya lega ketika bercerita dengan teman</p> <p>14. Saya bercerita kepada</p>		5

			teman agar tenang 17. Saya senang ketika teman memberikan solusi mengenai masalah saya		
5.	Keintiman	Kepercayaan seseorang kepada seseorang lain saat bercerita	4. Saya percaya bahwa teman saya adalah pendengar yang baik 18. Rasa percaya yang besar membuat saya mudah bercerita kepada teman		2

Lampiran III Tabulasi Data Skala Stres

Re s	Y 1	Y 2	Y 3	Y 4	Y 5	Y 6	Y 7	Y 8	Y 9	Y1 0	Y1 1	Y1 2	Y1 3	Y1 4	Y1 5
1	2	4	4	1	3	4	1	2	3	4	4	4	4	4	4
2	4	3	4	1	2	3	4	3	1	3	3	4	3	1	4
3	2	1	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	1	3
4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3
5	3	4	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4
6	2	2	3	1	3	3	1	2	1	3	2	2	2	2	2
7	2	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3
8	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2
9	2	2	1	1	2	2	2	2	1	4	2	2	2	2	2
10	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3
11	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	1	1	3
12	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	4
13	1	3	3	1	4	4	1	3	1	4	3	1	1	1	4
14	1	3	2	2	3	2	1	4	2	4	2	2	3	2	1
15	4	4	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3

16	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3
17	3	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	2	4	3
18	2	2	2	1	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	4
19	4	3	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4
20	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
21	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4
22	2	1	3	1	3	3	1	4	1	4	1	1	3	1	3
23	4	4	2	2	4	4	2	3	3	4	4	3	2	4	4
24	2	3	3	2	3	3	2	2	2	4	2	3	4	2	3
25	2	3	2	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	2	4
26	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3
27	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1
28	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3
30	4	4	1	1	4	4	1	2	2	4	4	4	4	4	3
31	2	3	2	2	2	3	2	2	1	4	4	2	3	2	3
32	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3
33	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3
34	3	4	4	1	3	3	3	3	3	1	4	4	3	4	3
35	4	2	1	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4
36	4	3	1	1	3	4	2	2	3	4	3	2	2	4	4
37	4	4	1	2	4	4	1	3	2	4	3	2	2	4	3
38	4	4	2	3	4	4	1	2	3	4	4	3	3	4	4
39	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3
40	3	3	3	2	3	3	2	3	1	4	3	2	2	2	3
41	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2
42	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3
43	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3
44	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3
45	4	3	2	1	1	2	3	4	4	3	2	1	1	2	3
46	4	3	2	1	3	4	4	4	4	1	3	2	1	4	1
47	3	2	2	2	3	3	3	4	1	3	2	2	2	2	3
48	3	4	3	4	3	4	4	4	2	2	3	3	4	2	4
49	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2
50	3	2	1	4	4	1	4	1	4	3	2	2	1	4	3
51	1	3	1	4	1	3	3	3	4	4	1	1	2	4	1
52	4	1	3	2	4	1	3	2	4	1	3	2	1	1	4

53	4	4	4	3	4	4	2	4	1	2	3	4	4	3	4
54	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3
55	4	3	2	1	4	3	2	1	1	2	3	4	3	1	4
56	4	1	3	3	4	3	1	3	3	3	4	3	2	3	4
57	4	3	4	3	4	4	4	4	1	3	3	2	3	3	4
58	4	4	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3
59	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	1	2	3
60	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3
61	3	2	2	2	4	4	3	3	1	4	3	2	3	2	4
62	4	3	2	1	3	2	2	4	1	2	4	3	3	2	2
63	4	1	2	3	2	1	3	1	3	3	1	4	3	2	2
64	4	4	3	3	4	2	2	4	2	4	3	3	2	2	3
65	4	3	3	1	4	4	1	3	2	3	2	2	3	2	3
66	4	3	3	3	2	2	3	3	2	4	4	3	2	2	3
67	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	2	4	4	3	4
68	3	2	2	2	3	4	2	2	1	4	2	2	3	2	3
69	3	4	3	2	4	3	3	2	1	3	3	3	4	3	4
70	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4
71	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	3	3	2
72	4	4	4	4	2	4	4	4	1	3	2	4	4	2	4
73	4	2	2	4	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2
74	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
75	3	3	2	2	3	4	4	2	1	4	3	2	1	4	3
76	1	3	2	3	4	4	3	3	1	4	3	3	2	3	3
77	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3
78	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4
79	4	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3
80	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3
81	3	3	2	2	3	4	4	3	1	2	3	2	4	3	4
82	2	3	2	1	4	3	3	2	2	4	3	3	1	4	3
83	3	4	3	3	4	4	3	3	1	4	3	4	2	2	3
84	2	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	3	3	4	2
85	3	4	3	3	4	4	2	3	2	4	3	3	4	4	3
86	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	3	2	2	4	3
87	3	3	3	2	4	4	2	2	2	4	3	3	3	4	3
88	2	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3
89	4	4	3	3	3	4	3	2	2	4	4	3	2	4	3

90	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	4	3
91	3	4	4	3	4	4	3	2	2	4	3	3	2	4	3
92	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3
93	4	3	3	3	2	3	3	2	1	4	3	3	3	4	3
94	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
95	3	3	2	2	4	3	2	4	2	4	2	3	2	2	3
96	4	4	3	3	3	4	2	4	1	3	3	3	3	2	4
97	2	4	3	4	4	4	4	2	2	3	4	4	3	2	2
98	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2
99	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2
100	2	1	2	3	3	4	2	3	1	3	2	2	1	1	3
101	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
102	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3
103	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	3
104	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
105	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3
106	3	2	3	1	3	3	3	2	2	4	3	2	4	3	3
107	4	4	4	3	4	4	3	4	1	3	1	3	1	1	4
108	2	3	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3
109	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3
110	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3
111	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3
112	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3

Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26	Total
4	4	3	4	4	4	4	2	2	4	1	84
3	3	2	2	3	3	3	1	3	3	1	70
3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	67
3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	69
3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	72
3	1	2	1	3	2	3	2	2	3	3	56
2	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	69
4	2	2	3	3	4	4	2	3	3	2	74
4	2	2	3	4	4	4	2	2	4	4	64
3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	61
3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	62
4	2	4	2	4	4	3	3	3	3	3	77
4	1	1	1	3	4	4	3	4	4	1	65
2	1	2	1	4	4	3	2	3	3	3	62
3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	78
3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	74
3	2	3	3	3	3	4	2	4	4	4	82
3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	65
3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	1	84
3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	74
4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	91
3	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	57
4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	1	86
2	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	67
2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	73
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	73
3	1	2	2	3	4	4	2	2	3	2	62
3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	61
3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	61
3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	1	80
3	1	1	4	4	4	4	1	2	4	3	68
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	72
3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	67
4	3	3	4	1	2	4	2	3	4	2	78
1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	66
4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	1	76

4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	73
4	4	4	2	2	3	4	3	4	3	1	83
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	82
3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	71
2	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	64
3	3	2	2	3	4	4	2	2	4	2	60
3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	67
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	71
4	4	3	2	1	1	2	3	4	4	3	67
4	4	1	2	1	3	3	1	2	3	4	69
3	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	66
3	2	3	2	1	2	4	3	4	3	3	79
3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	69
1	3	3	1	3	1	4	1	4	2	4	66
3	2	4	1	2	4	3	1	4	1	4	65
3	2	3	4	3	4	3	3	1	1	1	64
4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	90
3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	72
3	1	3	1	4	4	4	3	1	1	4	67
3	4	3	1	3	2	2	2	2	1	2	69
3	3	4	3	2	1	3	3	2	1	3	77
4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	1	85
3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	61
3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	75
3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	73
4	3	3	3	3	2	4	3	1	3	1	68
3	1	1	4	2	4	2	1	2	3	2	60
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78
3	3	2	3	1	4	3	2	4	4	1	70
3	2	2	3	4	4	4	2	3	3	2	75
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	82
3	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	66
4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	80
4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	1	80
3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	82
4	3	2	2	4	4	3	4	4	4	1	85
3	4	2	3	2	3	3	3	4	3	3	74

3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	76
3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	74
3	1	4	3	3	3	4	3	2	4	3	75
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	71
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	83
3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	68
3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	76
3	4	4	4	2	4	3	2	4	2	4	79
4	1	3	3	3	3	3	1	2	2	3	68
4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	80
4	1	3	3	3	4	3	2	3	3	4	81
3	2	1	3	3	4	4	3	3	3	2	80
3	2	4	3	2	3	3	2	2	3	3	70
4	3	2	3	4	4	3	4	2	3	2	79
4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	1	81
4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	1	84
4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	1	81
3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	74
3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	1	71
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	75
3	3	3	2	4	3	4	3	4	3	1	74
4	2	3	3	3	4	3	4	4	4	2	82
3	2	3	4	4	3	2	3	3	3	4	81
3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	61
3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	69
3	2	2	2	2	4	3	3	2	3	3	62
3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	79
4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	81
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	77
3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	77
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	77
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	73
4	1	2	4	4	3	1	2	4	4	1	74
3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	70
3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	64
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	72

3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	69
3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	65

Lampiran IV Tabulasi Data Skala *Self Disclosure*

Resp	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12
1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	3	4	3	4	2	2	3	4	3	4	3	4
3	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	3
4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
5	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3
6	2	1	2	2	1	3	3	2	2	3	2	3
7	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3
8	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3
9	2	3	2	3	2	4	4	3	2	3	3	3
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
11	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3
13	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3
14	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4	4
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
17	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4
19	3	4	2	3	2	4	3	4	3	4	3	3
20	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
21	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
22	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3
23	3	3	2	4	2	4	3	4	3	4	4	3
24	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
25	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
27	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	3
28	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
29	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3
30	4	2	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3
31	3	3	2	3	2	4	3	3	3	4	2	4

32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
33	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3
34	3	3	1	3	2	4	2	4	2	2	3	3
35	4	2	4	2	4	1	4	1	4	1	4	1
36	3	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3
37	3	3	2	4	3	3	4	4	2	4	4	4
38	4	2	2	3	2	4	3	4	2	3	3	3
39	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	2	3
40	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4
41	2	4	2	3	2	3	4	3	2	4	4	3
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
43	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
45	4	3	2	1	1	2	3	4	4	3	2	1
46	4	1	4	3	3	1	4	4	2	3	2	3
47	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3
48	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
50	1	4	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2
51	1	1	3	4	1	4	3	2	1	3	2	4
52	4	1	2	2	4	3	1	3	1	1	4	3
53	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
55	4	1	4	3	3	2	2	3	1	3	2	1
56	4	1	4	3	3	3	4	4	3	1	1	2
57	4	3	3	3	1	1	1	1	1	2	3	3
58	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
59	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3
60	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3
61	3	3	3	4	2	4	3	2	3	2	3	3
62	1	1	3	2	3	2	4	2	1	3	1	3
63	1	2	3	3	4	2	4	1	3	2	1	2
64	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3
65	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
66	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
67	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4
68	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3

69	4	3	1	3	3	4	3	3	4	4	4	4
70	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
72	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
73	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3
74	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
75	2	2	2	2	2	4	3	4	2	4	3	4
76	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3
77	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
78	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4
79	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3
80	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
81	4	4	2	2	3	4	4	3	4	4	3	3
82	3	2	2	3	2	3	3	4	3	2	3	3
83	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3
84	2	2	2	2	2	4	3	4	2	3	3	3
85	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4
86	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4
87	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3
88	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	4	3
89	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3
90	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3
91	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3
92	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3
93	3	2	2	2	2	4	2	4	3	3	3	3
94	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
95	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4
96	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3
97	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
98	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
99	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
100	3	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	4
101	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3
102	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3
103	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3	3
104	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3
105	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3

106	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
107	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4
108	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3
109	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3
110	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2
111	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
112	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2

X13	X14	X15	X16	X17	X18	Total
1	4	4	4	2	4	65
4	3	3	3	3	2	57
3	3	3	3	3	3	45
2	2	2	2	2	2	36
4	3	3	4	3	2	54
2	2	4	2	3	2	41
2	3	3	2	3	3	49
3	2	3	3	3	3	48
4	3	4	3	3	4	55
2	3	3	3	3	3	53
3	3	3	3	3	3	53
2	2	3	2	3	3	45
4	4	1	3	3	4	61
3	2	2	2	3	3	50
3	3	3	3	3	3	54
3	3	3	3	3	3	54
4	4	3	3	4	4	63
4	1	4	1	3	2	53
3	3	4	3	3	4	58
3	3	3	3	3	3	54
3	4	4	4	4	4	70
2	1	1	3	4	3	47
3	4	4	2	4	3	59
3	3	3	2	4	2	51
2	2	3	2	3	2	43
3	3	3	2	3	3	53
3	3	3	3	3	3	56

3	2	3	2	3	3	51
2	2	3	3	3	2	45
3	4	4	1	4	2	55
2	2	3	3	3	3	52
3	3	3	3	3	3	54
3	3	3	3	3	3	52
4	2	3	2	4	3	50
4	1	4	4	4	2	51
2	3	4	2	3	3	50
3	4	4	3	3	4	61
3	3	3	1	3	3	51
4	4	4	2	3	3	57
2	3	3	3	4	4	63
4	3	3	2	3	3	54
2	3	3	2	3	3	52
3	3	3	3	3	3	52
3	3	2	3	3	3	53
1	2	3	4	4	3	47
3	4	2	4	3	4	54
3	3	3	3	3	3	56
1	3	3	3	2	3	53
3	3	2	3	3	3	53
2	2	3	2	2	3	43
2	1	4	2	2	3	43
1	2	2	3	4	3	44
2	4	4	4	4	4	70
3	3	3	3	3	3	54
4	3	4	3	1	3	47
3	3	3	3	4	3	52
2	2	2	3	2	1	38
3	2	4	3	3	3	53
3	3	3	3	3	3	52
3	3	3	2	3	2	50
4	3	4	2	3	3	54
4	2	3	2	4	2	43
3	2	2	3	4	3	45
3	3	3	2	4	2	50

2	3	3	3	3	4	65
4	3	3	2	4	3	54
4	3	3	4	4	3	63
3	3	4	3	4	4	56
4	4	3	4	4	4	63
4	4	4	1	4	4	63
3	3	3	3	3	3	54
3	3	3	3	3	3	55
2	3	2	3	4	3	49
3	3	3	3	3	3	53
3	3	3	3	3	3	52
3	4	4	2	3	3	57
3	3	2	3	4	3	55
3	3	4	3	2	3	57
3	2	4	2	3	2	47
3	3	3	2	3	2	51
2	3	4	2	3	3	57
2	3	3	1	3	3	48
3	4	4	3	4	4	61
3	3	4	2	3	3	50
4	4	4	3	4	4	66
2	4	4	3	4	4	61
3	4	4	2	3	3	55
2	4	4	2	4	4	59
2	4	4	2	3	3	50
3	3	4	3	3	3	54
2	3	3	3	3	3	56
2	3	4	3	3	3	53
2	3	4	2	3	3	50
3	3	4	3	3	3	52
4	3	4	3	3	3	56
3	3	4	3	3	4	56
3	3	3	3	3	3	66
3	3	3	3	3	3	53
3	3	2	3	3	3	53
4	3	3	3	3	2	57
2	3	3	2	3	3	51

3	3	3	3	3	3	53
3	3	3	3	3	3	53
3	3	4	2	3	3	52
3	3	4	3	3	3	52
2	3	3	2	3	3	51
2	4	2	4	4	4	61
2	3	4	3	3	2	50
3	3	3	2	3	3	49
2	3	3	2	3	2	43
3	3	3	2	3	3	50
2	3	3	2	3	2	42

Lampiran V Item Skala Stres

Baca dan pahami baik-baik dari setiap pernyataan, kemudian anda diminta untuk memilih salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini. Dalam penelitian ini tidak ada jawaban benar atau salah, sehingga harapannya teman-teman dapat menjawab semua pertanyaan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya. semua data atau informasi pribadi yang diberikan akan terjamin kerahasiaannya dan akan saya gunakan hanya untuk kepentingan penelitian, maka dari itu diharapkan teman-teman dapat mengisi kuesioner ini secara sungguh-sungguh.

Alternatif pilihan jawaban adalah :

SS (Sangat Sesuai)

S (Sesuai)

TS (Tidak Sesuai)

STS (Sangat Tidak Sesuai)

Selamat mengerjakan dan terima kasih

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya sulit memejamkan mata ketika memikirkan tugas kuliah yang belum selesai				
2.	Tugas kuliah yang sulit membuat kepala saya pusing				
3.	Ketika cemas saya mudah untuk mengeluarkan keringat				
4.	Saya sulit fokus mengerjakan skripsi ketika memiliki masalah dengan teman				

5.	Saya gelisah ketika pertama kali presentasi didepan kelas				
6.	Saya khawatir jika tidak bisa lulus tepat waktu				
7.	Ketika lelah saya berbicara menggunakan nada tinggi kepada orang lain				
8.	Saya sedih ketika gagal menyampaikan presentasi dengan baik				
9.	Ketika tidak mendapat kelompok saya tidak mau masuk kuliah				
10.	Tugas akan ringan jika dikerjakan bersama-sama				
11.	Tugas kuliah yang sulit membuat saya mudah mengantuk saat mengerjakan				
12.	Kepala belakang saya terasa sakit ketika memikirkan tugas yang belum selesai				
13.	Tangan saya cenderung basah ketika menulis terlalu lama				
14.	Saya tidak mudah mencerna penjelasan dari dosen				
15.	Saya takut apabila tidak mengerjakan skripsi dengan baik				
16.	Jantung saya berdebar ketika mendengarkan pengumuman kelulusan siding skripsi				
17.	Tugas kuliah yang sulit membuat saya tidak berhenti menangis saat mengerjakan				
18.	Saya sulit menyampaikan pendapat ketika diruang kelas				
19.	Saya mudah menguap ketika tidak bisa mengerjakan tugas kuliah				
20.	Saya lebih fokus ketika mengerjakan tugas kuliah yang mendekati deadline				
21.	Mempunyai banyak teman belajar membuat saya senang				
22.	Saya senang jika membantu teman mengerjakan tugas kuliah				
23.	Saya khawatir jika tidak mempunyai teman belajar kelompok				

24.	Saya cemas apabila tidak mempresentasikan tugas kuliah dengan baik				
25.	Saya prihatin ketika melihat teman kesusahan				
26.	Meskipun tugas skripsi belum selesai saya bisa tidur dengan nyenyak				

Lampiran VI Item Skala *Self Disclosure*

Baca dan pahami baik-baik dari setiap pernyataan, kemudian anda diminta untuk memilih salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini. Dalam penelitian ini tidak ada jawaban benar atau salah, sehingga harapannya teman-teman dapat menjawab semua pertanyaan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya. semua data atau informasi pribadi yang diberikan akan terjamin kerahasiaannya dan akan saya gunakan hanya untuk kepentingan penelitian, maka dari itu diharapkan teman-teman dapat mengisi kuesioner ini secara sungguh-sungguh.

Alternatif pilihan jawaban adalah :

SS (Sangat Sesuai)

S (Sesuai)

TS (Tidak Sesuai)

STS (Sangat Tidak Sesuai)

Selamat mengerjakan dan terima kasih

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Ketika mengalami kesulitan mengerjakan skripsi saya cerita dengan teman				
2.	Saya antusias ketika bercerita kepada teman				
3.	Ketika sedih saya bercerita kepada teman				
4.	Saya percaya bahwa teman saya adalah pendengar yang baik				
5.	Saya suka bercerita tentang masalah saya kepada teman				
6.	Saya senang ketika berbagi pengalaman dengan orang lain				
7.	Saya bercerita dengan jujur kepada teman saya				
8.	Saya bercerita kepada teman karena saya memerlukan support dari orang lain				

9.	Ketika lelah mengerjakan skripsi saya menceritakannya kepada teman				
10.	Saya tidak pernah mengarang cerita mengenai apa yang saya rasakan				
11.	Saya lega ketika bercerita kepada teman				
12.	Saya senang ketika memiliki teman cerita				
13.	Orang tua harus mengetahui cerita yang menyenangkan bagi saya				
14.	Saya bercerita kepada teman agar tenang				
15.	Saya tidak ingin membebani orang lain dengan kesedihan saya				
16.	Saya suka bercerita dengan orang lain				
17.	Saya senang ketika teman memberi solusi mengenai masalah saya				
18.	Rasa percaya yang besar membuat saya mudah bercerita dengan teman.				

Lampiran VII Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Stres

1. Putaran ke-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	69.68	52.256	.320	.735
Y2	69.72	48.616	.656	.712
Y3	70.00	52.018	.371	.732
Y4	70.36	52.502	.284	.738
Y5	69.63	51.768	.352	.733
Y6	69.53	50.396	.502	.723
Y7	70.11	54.277	.144	.747
Y8	69.96	54.647	.134	.747
Y9	70.66	56.046	.006	.755
Y10	69.44	54.915	.113	.748
Y11	69.94	51.032	.487	.725

Y12	70.00	50.775	.507	.724
Y13	70.11	51.196	.375	.731
Y14	70.04	49.404	.466	.723
Y15	69.63	53.137	.297	.737
Y16	69.48	52.955	.390	.733
Y17	70.24	51.013	.395	.730
Y18	69.91	51.109	.406	.729
Y19	70.00	52.270	.354	.733
Y20	69.80	54.754	.126	.747
Y21	69.51	56.901	-.061	.756
Y22	69.47	55.315	.127	.746
Y23	70.17	51.025	.465	.726
Y24	69.80	53.186	.289	.737
Y25	69.65	54.932	.137	.746
Y26	70.36	61.349	-.375	.784

2. Putaran ke-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	36.18	34.058	.375	.814
Y2	36.22	31.869	.630	.795
Y3	36.50	34.505	.357	.815
Y5	36.13	33.876	.383	.813
Y6	36.03	33.234	.483	.806
Y11	36.44	33.167	.541	.802
Y12	36.50	33.369	.510	.804
Y13	36.61	33.610	.383	.814
Y14	36.54	32.017	.487	.806
Y16	35.98	34.919	.429	.811
Y17	36.74	33.221	.429	.810

Y18	36.41	33.253	.447	.809
Y19	36.50	34.414	.375	.813
Y23	36.67	33.647	.458	.808

3. Hasil Uji Reliabilitas putaran ke-1

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.746	26

4. Hasil Uji Reliabilitas putaran ke-2

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.820	14

Lampiran VIII Uji Validitas dan Reliabilitas Skala *Self Disclosure*

1. Putaran ke-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	50.05	35.961	.288	.827
X2	50.30	33.745	.482	.817
X3	50.43	35.815	.274	.829
X4	50.08	34.002	.577	.813
X5	50.54	34.647	.408	.821
X6	49.88	34.255	.465	.818
X7	50.05	34.880	.472	.818
X8	49.88	33.563	.512	.815
X9	50.29	33.575	.564	.813

X10	50.13	34.009	.499	.816
X11	50.05	34.375	.517	.816
X12	49.99	34.802	.497	.817
X13	50.26	36.536	.165	.836
X14	50.13	33.342	.599	.811
X15	49.88	36.813	.157	.835
X16	50.42	35.831	.273	.829
X17	49.91	36.551	.256	.828
X18	50.09	33.812	.613	.811

2. Putaran ke-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	32.77	21.117	.501	.840
X4	32.54	21.421	.587	.834
X5	33.00	22.523	.321	.853
X6	32.34	21.235	.533	.838
X7	32.52	22.324	.444	.844
X8	32.35	20.968	.533	.838
X9	32.75	21.468	.507	.839
X10	32.60	21.125	.555	.836
X11	32.52	21.783	.514	.839
X12	32.46	21.818	.554	.837
X14	32.60	20.963	.596	.833
X18	32.55	21.240	.630	.831

3. Hasil Uji Reliabilitas Putaran ke-1

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.829	18

4. Hasil Uji Reliabilitas Putaran ke-2

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.850	12

Lampiran IX Uji Normalitas**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		112
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.62361359
Most Extreme Differences	Absolute	.063
	Positive	.052
	Negative	-.063
Test Statistic		.063
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Lampiran X Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sig.
stres * self disclosure	Between Groups	(Combined)	.002
		Linearity	.000
		Deviation from Linearity	.402
Within Groups			
Total			

Lampiran XI Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

Correlations

		self disclosure	stres
self disclosure	Pearson Correlation	1	.476**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	112	112
stres	Pearson Correlation	.476**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	112	112