

LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Stres Akademik

Petunjuk Pengisian

Berikut ini adalah kumpulan pernyataan tentang pengalaman sehari-hari Anda. Anda diminta membaca setiap pernyataan yang ada dan memberikan respons seberapa sering Anda mengalami hal-hal tersebut. Jawablah sesuai dengan yang Anda rasakan, karena semua jawaban adalah benar. Berikan jawaban Anda dengan memberikan tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang tersedia:

- SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju

Daftar Pernyataan

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa mual saat ujian atau presentasi.				
2	Saya merasa bugar dan sehat saat menjalani aktivitas akademik				
3	Saya merasa cepat lelah setelah menyelesaikan tugas.				
4	Saya merasa memiliki energi yang cukup untuk menjalani aktivitas sehari-hari.				
5	Saya sering frustrasi dan marah saat menghadapi tugas yang sulit dan lebih memilih yang mudah.				
6	Saya mampu mengatur waktu dengan baik untuk menyelesaikan semua tugas.				
7	Saya sering merasa marah atau agresif ketika mendapat teguran dari guru.				
8	Saya bisa menerima teguran dari guru dengan sikap yang tenang.				
9	Saya bisa menemukan cara untuk bersenang-senang meskipun dalam situasi stres.				
10	Saya merasa percaya diri saat diminta menjawab soal di depan kelas.				
11	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas di sekolah.				
12	Saya selalu konsisten mengumpulkan tugas tepat waktu.				

13	Saya merasa sulit untuk tetap fokus saat mempelajari materi di kelas.				
14	Saya dapat dengan mudah berkonsentrasi saat mempelajari materi yang diberikan guru				
15	Saya merasa kebingungan dan tidak tahu harus mulai dari mana saat menghadapi soal ujian				
16	Saya merasa percaya diri dan tidak bingung saat mengerjakan soal ujian.				
17	Saya merasa ingin menangis ketika guru memberikan pertanyaan yang sulit bagi saya.				
18	Saya bisa tenang dalam situasi yang menekan.				
19	Saya merasa sedih ketika mendapatkan nilai yang buruk.				
20	Saya tidak merasa khawatir tentang hasil ujian saya.				
21	Saya merasa tidak berdaya ketika menghadapi pembelajaran yang sulit bagi saya.				
22	Saya merasa optimis dan bersemangat untuk belajar meskipun ada banyak tekanan di dalam pembelajaran.				
23	Saya mengalami nyeri otot yang berlebihan akibat tekanan akademik				
24	Saya jarang mengalami sakit kepala saat menghadapi tugas-tugas di sekolah.				
25	Nafsu makan saya menurun ketika banyak tugas yang menumpuk.				
26	Saya bisa tidur dengan nyenyak meskipun ada banyak tugas.				
27	Saya cenderung menghindari tugas yang sulit dan lebih memilih yang mudah.				
28	Saya bisa bersikap sabar saat menghadapi situasi sulit di dalam sekolah.				
29	Ketika diberi teguran, saya merasa emosi dan kesal.				
30	Saya bisa memahami teguran yang diberikan guru tanpa merasa marah dan kesal.				
31	Saya sangat tertekan dan gugup ketika diberi tugas untuk menjawab soal di depan kelas.				
32	Saya tidak merasa cemas atau gugup ketika dihadapkan dengan pertanyaan di depan kelas.				
33	Saya tidak konsisten dalam mengumpulkan tugas dan sering menunda-nunda.				

34	Saya dapat mengumpulkan tugas sekolah dengan tepat waktu dan konsisten				
35	Saya merasa tidak bisa memahami materi dengan baik.				
36	Saya sangat fokus saat mendengarkan penjelasan guru.				
37	Saya merasa sangat bingung saat menjawab soal ujian yang sulit atau susah.				
38	Saya merasa bisa mengatasi soal ujian dengan baik tanpa merasa bingung.				
39	Saya merasa tidak mampu menjawab pertanyaan sulit yang diberikan guru.				
40	Saya tidak merasa tertekan jika diberikan pertanyaan sulit oleh guru.				
41	Nilai yang lebih rendah dari teman-teman membuat saya merasa cemas dan kecewa.				
42	Saya tidak membandingkan nilai saya dengan nilai teman-teman.				
43	Pembelajaran yang monoton membuat saya cepat merasa bosan.				
44	Saya selalu merasa antusias saat materi pembelajaran diajarkan dengan cara yang menarik.				

Lampiran 2. Tabulasi Skala Stres Akademik

NoRes	Aitem Pernyataan																																															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44				
1	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	1	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	1	2	2	3	3	3	1		
2	4	2	3	2	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	
3	4	1	4	3	2	3	1	4	4	1	3	1	4	1	4	1	4	3	4	3	4	3	4	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	3	3	2	3	2	3	2	1	2	2		
4	4	2	4	1	4	2	3	1	4	1	4	1	4	2	4	1	4	1	4	2	4	2	4	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	4	1	3	1	4	2	4	1	4	1		
5	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
6	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	4	3	1	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	4	2	3	3	4	1	4	2	2	3	3	2	3	3	2		
7	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	4	3	2	4	3	2	2	2	2		
8	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	
9	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	4	4	4	1	2	2	2	2	2			
10	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2		
11	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2		
12	1	2	3	2	1	3	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	1	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	
13	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	
14	2	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
15	1	2	2	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
16	2	3	3	2	4	3	2	1	4	4	3	2	1	2	1	1	2	3	2	3	4	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	4	3	2	2	1	3	1	3	1	4	2	4	1	2	4	1	
17	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
18	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
19	1	3	2	2	4	1	2	2	3	3	1	1	2	1	1	3	2	3	1	1	1	1	2	4	4	3	1	1	2	2	3	1	1	1	2	1	4	4	3	3	4	1	4	1	4	1		
20	2	2	2	2	2	3	1	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2		
21	1	2	3	2	2	2	1	2	4	2	2	2	1	2	1	4	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	3	3	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	1	2	1	2	1	
22	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	1	4	2	2	1	3	1	3	2	2	1	2	3	1	2	1	2	2	4	3	3	3	4	4	3	2	2	3	2	2	3	2	1	
23	2	2	3	1	4	1	2	2	4	2	2	3	1	2	2	4	2	1	2	1	2	3	1	1	3	4	3	2	4	4	3	3	2	1	4	2	3	2	1	4	2	3	4	3	4	2		
24	1	2	2	1	3	1	1	1	4	1	2	1	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	4	2	2	3	3	2	3	1		
25	3	2	3	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	
26	3	3	3	2	4	2	2	1	4	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	4	2	2	1	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	4	3	4	2		
27	2	2	4	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3	2	2	1	4	3	3	2	2	1	4	3	3	3	2	3	2	3	2			
28	1	2	2	1	2	2	1	1	4	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	3	2	2	2	1		
29	2	2	4	3	4	2	2	2	4	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	4	4	4	3	3	2	3	2	2	2	1	1	3	2	3	3	2	4	1	4	2	1	4	2		
30	1	2	2	2	2	1	2	3	3	1	1	2	1	1	3	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	4	2	3	1	1	2	3	1	1	2	1	3	3	2	3	2	1	2	3	2	3		
31	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	
32	1	2	2	1	2	2	1	4	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	2	3	2	2	1	2	1	2	1		
33	4	2	4	3	4	2	1	2	4	1	2	1	3	1	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	3	1	1	4	4	1	1	1	1	4	2	4	2	4	1	4	3			
34	3	1	2	1	2	2	2	2	4	2	1	2	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
35	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	
36	2	1	4	1	3	1	4	3	4	1	4	1	4	1	2	1	3	2	2	1	2	1	3	2	4	1	4	1	4	1	2	1	4	2	2	3	3	2	3	1	3	2	3	1	3	2	3	
37	2	2	4	1	4	3	2	2	4	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	4	1	4	1	2	2	2	3	4	1	4	1	4	2	3	1	4	1	4	1	4	1	
38	2	2	3	1	3	2	1	1	4	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	3	1	3	1	3	2	4	3	3	1	3	1	3	1	

Untuk lebih lengkapnya silahkan cek di link berikut ini :

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1yKEzrv6jOPdVIOgeyCt2IAVdz46ThtzY/e>

dit?usp=drive_link&ouid=118214571011536936857&rtpof=true&sd=true Lampiran 3.

Uji Validitas Dan Reliabilitas Skala Stres Akademik

Putaran I

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha | N of Items

,869

44

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	99,9399	175,065	,554	,862
Aitem2	100,0858	180,786	,385	,865
Aitem3	99,5150	179,604	,361	,865
Aitem4	100,2403	178,528	,402	,865
Aitem5	99,3948	175,731	,475	,863
Aitem6	99,9313	178,133	,468	,864
Aitem7	100,2489	182,257	,264	,867
Aitem8	100,2961	180,787	,352	,866
Aitem9	99,0815	192,860	-,249	,877
Aitem10	99,9528	179,312	,341	,866
Aitem11	99,9785	179,926	,332	,866
Aitem12	100,1288	179,233	,393	,865
Aitem13	99,6910	182,016	,240	,868
Aitem14	100,0343	182,025	,274	,867
Aitem15	99,9399	175,065	,554	,862
Aitem16	99,8197	182,433	,246	,867
Aitem17	99,8927	177,458	,404	,865
Aitem18	99,9571	179,533	,342	,866
Aitem19	99,9399	175,065	,554	,862
Aitem20	99,9313	178,133	,468	,864

Aitem21	99,9399	175,065	,554	,862
---------	---------	---------	------	------

Aitem22	99,9313	178,133	,468	,864
Aitem23	99,7768	179,786	,314	,866
Aitem24	99,6996	182,737	,172	,869
Aitem25	99,6524	180,107	,273	,867
Aitem26	99,7768	185,967	,037	,872
Aitem27	99,6996	179,496	,363	,865
Aitem28	100,1845	179,065	,398	,865
Aitem29	100,0601	181,195	,269	,867
Aitem30	100,2017	181,791	,268	,867
Aitem31	99,5150	178,441	,371	,865
Aitem32	99,8412	181,479	,225	,868
Aitem33	99,8112	180,007	,320	,866
Aitem34	100,1674	178,752	,429	,864
Aitem35	99,7296	179,440	,366	,865
Aitem36	100,2318	180,006	,367	,865
Aitem37	99,2876	182,732	,194	,869
Aitem38	99,7296	182,431	,228	,868
Aitem39	99,5837	181,942	,266	,867
Aitem40	99,7897	183,244	,179	,869
Aitem41	99,3948	175,731	,475	,863
Aitem42	100,1674	178,752	,429	,864
Aitem43	99,3948	175,731	,475	,863
Aitem44	100,1845	179,065	,398	,865

Putaran II**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,880	29

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	63,7339	111,196	,625	,871
Aitem2	63,8798	117,141	,375	,877
Aitem3	63,3090	116,240	,347	,878
Aitem4	64,0343	115,188	,399	,877
Aitem5	63,1888	113,550	,439	,876
Aitem6	63,7253	114,260	,507	,874
Aitem8	64,0901	116,772	,367	,877
Aitem10	63,7468	116,302	,311	,879
Aitem11	63,7725	116,021	,346	,878
Aitem12	63,9227	115,804	,388	,877
Aitem15	63,7339	111,196	,625	,871
Aitem17	63,6867	114,621	,385	,877
Aitem18	63,7511	116,265	,323	,879
Aitem19	63,7339	111,196	,625	,871
Aitem20	63,7253	114,260	,507	,874

Aitem21	63,7339	111,196	,625	,871
Aitem22	63,7253	114,260	,507	,874
Aitem23	63,5708	116,505	,294	,879
Aitem27	63,4936	116,268	,342	,878
Aitem28	63,9785	115,271	,418	,876
Aitem31	63,3090	115,508	,347	,878
Aitem33	63,6052	116,585	,305	,879
Aitem34	63,9614	115,692	,406	,877
Aitem35	63,5236	115,914	,364	,877
Aitem36	64,0258	116,241	,374	,877
Aitem41	63,1888	113,550	,439	,876
Aitem42	63,9614	115,692	,406	,877
Aitem43	63,1888	113,550	,439	,876
Aitem44	63,9785	115,271	,418	,876

Putaran III

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,879	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	61,3305	105,446	,616	,871

Aitem2	61,4764	111,035	,378	,877
Aitem3	60,9056	110,379	,336	,878
Aitem4	61,6309	109,329	,390	,876
Aitem5	60,7854	107,540	,441	,875
Aitem6	61,3219	108,116	,518	,873
Aitem8	61,6867	110,742	,365	,877
Aitem10	61,3433	109,933	,329	,878
Aitem11	61,3691	110,139	,337	,878
Aitem12	61,5193	109,492	,406	,876
Aitem15	61,3305	105,446	,616	,871
Aitem17	61,2833	108,911	,369	,877
Aitem18	61,3476	110,116	,329	,878
Aitem19	61,3305	105,446	,616	,871
Aitem20	61,3219	108,116	,518	,873
Aitem21	61,3305	105,446	,616	,871
Aitem22	61,3219	108,116	,518	,873
Aitem27	61,0901	110,358	,334	,878
Aitem28	61,5751	109,176	,423	,876
Aitem31	60,9056	109,551	,342	,878
Aitem33	61,2017	110,636	,299	,879
Aitem34	61,5579	109,498	,417	,876
Aitem35	61,1202	110,029	,355	,877

Aitem36	61,6223	110,081	,381	,876
Aitem41	60,7854	107,540	,441	,875
Aitem42	61,5579	109,498	,417	,876
Aitem43	60,7854	107,540	,441	,875
Aitem44	61,5751	109,176	,423	,876

**Putaran IV Reliability
Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,879	27

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	58,9614	99,658	,628	,869
Aitem2	59,1073	105,277	,379	,876
Aitem3	58,5365	104,758	,329	,877
Aitem4	59,2618	103,539	,396	,875
Aitem5	58,4163	102,029	,433	,875
Aitem6	58,9528	102,476	,516	,873
Aitem8	59,3176	104,856	,377	,876
Aitem10	58,9742	104,060	,338	,877
Aitem11	59,0000	104,810	,313	,878
Aitem12	59,1502	103,835	,403	,875
Aitem15	58,9614	99,658	,628	,869

Aitem17	58,9142	103,096	,376	,876
Aitem18	58,9785	104,288	,336	,877
Aitem19	58,9614	99,658	,628	,869
Aitem20	58,9528	102,476	,516	,873
Aitem21	58,9614	99,658	,628	,869
Aitem22	58,9528	102,476	,516	,873
Aitem27	58,7210	104,900	,317	,877
Aitem28	59,2060	103,311	,435	,874
Aitem31	58,5365	103,888	,340	,877
Aitem34	59,1888	103,964	,406	,875
Aitem35	58,7511	104,507	,342	,877
Aitem36	59,2532	104,414	,378	,876
Aitem41	58,4163	102,029	,433	,875
Aitem42	59,1888	103,964	,406	,875
Aitem43	58,4163	102,029	,433	,875
Aitem44	59,2060	103,311	,435	,874

Lampiran 4. Skala Regulasi Emosi

Petunjuk Pengisian

Berikut ini adalah kumpulan pernyataan tentang pengalaman sehari-hari Anda. Anda diminta membaca setiap pernyataan yang ada dan memberikan respons seberapa sering Anda mengalami hal-hal tersebut. Jawablah sesuai dengan yang Anda rasakan, karena semua jawaban adalah benar. Berikan jawaban Anda dengan memberikan tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang tersedia:

- SS : Sangat Setuju
- S : Setuju
- TS : Tidak Setuju
- STS : Sangat Tidak Setuju

Daftar Pernyataan

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
1	Saya menyimpan emosi saya untuk diri saya sendiri	SS	S	TS	STS
2	Ketika saya merasakan emosi positif, saya berhati-hati untuk tidak mengungkapkannya kepada orang lain	SS	S	TS	STS
3	Ketika saya dihadapkan pada situasi yang penuh tekanan, saya membuat diri saya untuk tetap tenang	SS	S	TS	STS
4	Saya mengendalikan emosi saya dengan tidak menunjukkannya kepada orang lain	SS	S	TS	STS
5	Ketika saya ingin merasakan emosi yang lebih positif, saya mengubah cara saya berpikir tentang situasi	SS	S	TS	STS
6	Saya mengendalikan emosi saya dengan mengubah cara saya berpikir tentang situasi saya sekarang	SS	S	TS	STS
7	Ketika saya merasakan emosi yang negatif, saya memastikan bahwa saya tidak akan mengekspresikan emosi tersebut.	SS	S	TS	STS
8	Ketika saya merasakan emosi yang tidak menyenangkan, saya mengubah penilaian saya tentang situasi tersebut.	SS	S	TS	STS

Lampiran 5. Tabulasi Regulasi Emosi

No. Respon	Aitem Pernyataan							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1	4	3	4	2	3	2	3	2
2	1	1	1	1	1	2	3	2
3	4	4	2	4	1	2	4	4
4	4	3	4	4	4	2	4	2
5	4	4	1	4	4	2	3	2
6	3	1	2	4	1	2	3	2
7	3	3	3	3	3	3	3	2
8	2	3	2	3	2	2	3	2
9	3	3	2	3	2	2	3	2
10	3	3	3	2	2	1	1	4
11	2	2	2	2	2	4	3	3
12	2	3	2	3	2	2	2	2
13	3	2	2	3	3	2	4	3
14	2	3	2	2	3	3	1	3
15	2	3	1	3	2	2	3	2
16	2	4	1	4	3	3	4	2
17	3	2	3	2	2	1	4	1
18	2	3	3	2	2	2	3	3
19	2	4	3	2	3	3	2	3
20	2	3	2	3	3	4	2	3
21	1	3	1	1	2	2	3	2
22	3	2	4	1	2	2	4	3
23	1	3	1	3	1	3	3	4
24	3	4	1	4	1	1	4	1
25	3	3	3	2	3	3	2	2
26	2	3	1	3	2	3	4	2
27	3	3	3	2	3	1	4	1
28	2	3	1	3	1	2	4	2
29	3	2	3	2	2	2	3	2
30	2	4	2	2	2	4	2	4
31	2	3	2	3	2	4	4	4
32	2	3	2	3	4	1	3	2
33	3	4	4	3	4	3	4	1
34	2	3	2	3	2	1	4	3
35	2	3	2	2	2	2	1	3
36	4	4	2	4	3	3	2	2

37	3	3	4	2	1	3	3	3
38	2	3	3	4	1	2	3	2

Untuk lebih lengkapnya silahkan cek di link berikut ini :

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1XGO0kQW6nWJllynsavSjEYln4ZurgNTU/edit?usp=drive_link&oid=118214571011536936857&rtpof=true&sd=true

Lampiran 6. Skala Dukungan Sosial

Petunjuk Pengisian

Berikut ini adalah kumpulan pernyataan tentang pengalaman sehari-hari Anda. Anda diminta membaca setiap pernyataan yang ada dan memberikan respons seberapa sering Anda mengalami hal-hal tersebut. Jawablah sesuai dengan yang Anda rasakan, karena semua jawaban adalah benar. Berikan jawaban Anda dengan memberikan tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang tersedia:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Daftar Pernyataan

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa nyaman untuk berbagi perasaan saya dengan orang-orang terdekat.				
2	Saya merasa tidak ada yang benar-benar peduli dengan perasaan saya.				
3	Keluarga saya menunjukkan perhatian saat saya mengalami kesulitan				
4	Saya sering merasa sendirian saat menghadapi tekanan.				
5	Saya mendapatkan pujian dari teman-teman atas usaha saya.				
6	Saya merasa tidak pernah mendapatkan penghargaan yang pantas atas usaha yang saya capai.				
7	Saya merasa dihargai ketika saya sudah mencapai prestasi akademik yang baik.				
8	Rasa percaya diri saya terganggu oleh komentar dari orang lain.				

9.	Teman-teman saya bersedia membantu saya dengan tugas yang sulit.				
10.	Saya merasa kesulitan tanpa dukungan praktis dari orang lain.				
11.	Saya sering mendapatkan bantuan praktis dari orang-orang terdekat.				

12.	Saya merasa terjebak tanpa sumber daya yang dapat membantu saya untuk bisa memenuhinya.				
13.	Saya mendapatkan saran yang berguna dari teman untuk mengatasi masalah akademik.				
14.	Saya merasa kurang mendapatkan informasi yang diperlukan saat mengalami kesulitan.				
15.	Saya merasa mendapatkan umpan balik positif yang dapat membangun pribadi saya.				
16.	Saya tidak tahu harus mencari bantuan informasi yang tepat				
17.	Saya merasa memiliki kelompok yang mendukung dalam kegiatan di sekolah.				
18.	Saya merasa terasing dari teman-teman saya ketika menghadapi kesulitan dalam sebuah kelompok.				
19.	Saya merasakan kebersamaan yang kuat di antara teman-teman sekelas.				
20.	Saya sulit menemukan orang yang bisa saya ajak bicara tentang masalah saya dalam sebuah kelompok.				
21.	Teman-teman saya siap mendengarkan ketika saya merasa stress.				
22.	Saya sulit mendapatkan perhatian dari teman ketika saya membutuhkannya.				
23.	Saya merasa dicintai oleh orang-orang di sekitar saya saat menghadapi tekanan masalah.				
24.	Teman-teman saya tidak memahami masalah yang saya hadapi.				
25.	Orang-orang di sekitar saya membantu meningkatkan rasa percaya diri saya.				

26.	Saya dibandingkan secara negatif dengan orang lain.				
27.	Teman-teman saya memberikan dukungan positif saat saya merasa cemas				
28.	Saya merasa tidak dianggap berarti oleh teman-teman saya.				
29.	Keluarga saya menyediakan dukungan dana ketika saya membutuhkannya				
30.	Saya tidak mendapatkan bantuan yang cukup ketika menghadapi masalah.				
31.	Saya merasa ada sumber daya yang memadai untuk membantu saya belajar.				
32.	Saya sulit mendapatkan bantuan saat saya membutuhkannya.				
33.	Saya diberikan bimbingan yang jelas yang membantu saya.				
34.	Saran saya yang saya terima sering tidak relevan dengan masalah saya.				
35.	Informasi yang saya terima membuat saya lebih percaya diri.				
36.	Teman-teman saya sulit untuk berbagi tips yang bermanfaat				
37.	Saya sering berpartisipasi dalam kegiatan kelompok yang menyenangkan.				
38.	Saya sulit berinteraksi dengan teman di luar konteks akademik.				
39.	Dukungan dari kelompok saya membantu mengurangi stress saat belajar.				
40.	Saya tidak merasa terhubung dengan kelompok di sekitar saya.				

Lampiran 7. Tabulasi Skala Dukungan Sosial

No. Res	Aitem Pernyataan																																										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40			
1	2	4	4	1	2	1	3	2	3	1	4	2	3	4	4	2	3	3	1	3	1	3	1	4	3	2	2	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	1	1	2	2	3	
2	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	4	2	3	2	4	1	4	2	4	1	4	1	4	1	4	1	1	2	2	3
3	4	2	4	4	4	2	2	3	3	2	3	1	2	3	2	4	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	1	
4	4	2	4	2	4	1	3	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4	1	
5	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	1	4	1	
6	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	3	1	4	2	3	2	3	2	3	2	1	3	1	1	3	2	4	2	3	2	4	4	2	2		
7	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	3	2	2	4	2	2	3	2	4	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	
8	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	
9	4	2	2	4	2	3	1	4	2	3	3	1	2	1	1	4	2	4	3	4	2	3	1	4	1	4	3	4	1	4	2	4	2	4	1	3	3	4	3	3	4	3	
10	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
12	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3		
13	2	3	3	2	3	3	4	1	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	
14	3	3	4	2	3	3	3	2	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	2	3	3	3	2	3	3	
15	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
16	1	1	2	1	3	1	3	4	1	1	1	4	3	1	4	4	1	2	1	3	1	4	1	1	1	1	1	3	4	3	4	2	1	2	1	1	3	2	2	3	2	3	2
17	4	2	3	3	1	2	2	1	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1	4	3	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	3	4	2	
18	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	4	3	4	3	4	1	3	3	4	1	3	4	4	2	4	3	3	3	3	1	4	2	3	2	4	4	2	3	2	1	1	4	2	3	2	4	2	2	3	2	1	3	
20	4	2	2	4	4	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	3	4	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	
21	4	4	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	
22	3	2	3	1	3	2	3	2	2	1	2	1	2	4	2	1	4	1	3	2	4	1	1	2	2	2	2	3	3	2	3	1	3	1	3	1	2	3	1	2	3	2	2
23	4	4	4	4	4	3	2	2	4	3	4	2	3	3	4	1	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	1	3	4	4	4	4
24	2	1	2	1	3	3	4	1	4	3	4	2	4	1	4	3	3	3	3	4	1	4	3	3	4	3	3	3	1	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	
25	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
26	1	2	1	3	1	3	1	3	1	2	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	1	3	1	3	2	3	2	3	1	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2		
27	4	3	2	1	4	3	4	3	4	3	4	2	4	1	3	2	3	2	4	3	4	1	4	3	4	3	4	3	4	1	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	
28	2	2	2	1	3	3	2	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	
29	4	2	2	1	3	2	2	1	3	2	3	1	3	1	3	2	2	2	3	2	3	2	4	1	3	2	3	2	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3	3	1	
30	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	1	4	3	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
31	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
32	4	2	4	2	4	2	3	2	3	2	3	4	1	4	3	4	1	4	1	3	2	3	1	4	2	4	2	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	1	4	3	4
33	4	2	3	1	4	4	3	4	4	3	4	3	4	1	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
34	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
36	4	4	3	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	2	4	1	4	2	3	1	3	1	4	2	3	1	3	1	3	2	2	1	4	3	4	1	4	2	3	1	4	2	3
37	4	2	4	1	4	1	4	1	4	1	2	1	2	1	4	1	1	1	1	1	4	4	3	2	1	3	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	2	3	4	4	3	2	4
38	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	3	3	3	3	4	4	4	4

Untuk lebih lengkapnya silahkan cek di link:

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1hFxFvWXGA31i9a-OQknGxIK1HHItyscP/edit?usp=drive_link&oid=118214571011536936857&rtopf=true&sd=true

Lampiran 8. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

Putaran I	
Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,826	40

Item-Total Statistics

Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted

Aitem1	105,3820	125,660	,228	,824
Aitem2	106,0300	120,650	,477	,816
Aitem3	105,5150	127,242	,143	,826
Aitem4	106,1288	124,949	,239	,824
Aitem5	105,5451	126,577	,211	,824
Aitem6	106,0687	121,418	,433	,818
Aitem7	105,4335	128,755	,071	,828
Aitem8	106,2318	126,239	,170	,826
Aitem9	105,6481	122,962	,400	,819
Aitem10	106,0687	121,418	,433	,818
Aitem11	105,6652	122,491	,407	,819
Aitem12	106,0558	125,286	,264	,823
Aitem13	105,4979	126,311	,231	,824
Aitem14	106,1588	123,591	,366	,820
Aitem15	105,5494	124,956	,307	,822
Aitem16	105,9957	124,427	,282	,822
Aitem17	105,5966	121,733	,450	,817
Aitem18	105,8412	121,229	,456	,817
Aitem19	105,5279	124,043	,340	,821
Aitem20	105,9914	122,319	,412	,818
Aitem21	105,6481	122,962	,400	,819

Aitem22	106,3219	139,762	-,518	,844
Aitem23	105,6652	122,491	,407	,819
Aitem24	106,1245	121,704	,408	,818
Aitem25	105,4292	123,599	,389	,819
Aitem26	105,8755	121,549	,429	,818
Aitem27	105,5021	123,398	,410	,819
Aitem28	105,7210	121,211	,451	,817
Aitem29	105,5021	123,398	,410	,819
Aitem30	106,3391	139,182	-,508	,843
Aitem31	105,5579	127,067	,188	,825
Aitem32	105,9742	122,698	,438	,818
Aitem33	105,5751	126,375	,219	,824
Aitem34	106,0343	123,749	,354	,820
Aitem35	105,4893	125,225	,292	,822
Aitem36	105,8455	122,579	,402	,819
Aitem37	105,5751	123,806	,337	,821
Aitem38	105,8584	122,200	,372	,819
Aitem39	105,5064	126,777	,189	,825
Aitem40	105,7725	121,194	,465	,817

Putaran II

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,861	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem2	65,2017	85,912	,469	,854
Aitem6	65,2403	85,864	,470	,854
Aitem9	64,8197	87,123	,445	,855
Aitem10	65,2403	85,864	,470	,854
Aitem11	64,8369	86,896	,438	,855
Aitem14	65,3305	88,386	,359	,857
Aitem15	64,7210	90,150	,255	,860
Aitem17	64,7682	87,170	,419	,855
Aitem18	65,0129	86,125	,467	,854
Aitem19	64,6996	89,444	,285	,859
Aitem20	65,1631	87,146	,416	,855
Aitem21	64,8197	87,123	,445	,855
Aitem23	64,8369	86,896	,438	,855
Aitem24	65,2961	85,821	,462	,854
Aitem25	64,6009	88,793	,353	,857
Aitem26	65,0472	86,450	,435	,855
Aitem27	64,6738	88,333	,395	,856
Aitem28	64,8927	86,122	,460	,854
Aitem29	64,6738	88,333	,395	,856
Aitem32	65,1459	87,272	,458	,854
Aitem34	65,2060	88,138	,374	,857
Aitem36	65,0172	87,310	,410	,856

Aitem37	64,7468	88,966	,302	,859
Aitem38	65,0300	86,995	,378	,857
Aitem40	64,9442	86,096	,475	,854

Putaran III

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,859	23

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem2	59,2918	77,785	,464	,852
Aitem6	59,3305	77,352	,492	,851
Aitem9	58,9099	79,005	,435	,853
Aitem10	59,3305	77,352	,492	,851
Aitem11	58,9270	78,939	,417	,854
Aitem14	59,4206	79,796	,380	,855
Aitem17	58,8584	79,407	,383	,855
Aitem18	59,1030	77,808	,474	,852
Aitem20	59,2532	78,638	,434	,853
Aitem21	58,9099	79,005	,435	,853
Aitem23	58,9270	78,939	,417	,854
Aitem24	59,3863	77,161	,493	,851

Aitem25	58,6910	80,921	,317	,857
Aitem26	59,1373	78,162	,440	,853
Aitem27	58,7639	80,362	,368	,855
Aitem28	58,9828	77,732	,473	,852
Aitem29	58,7639	80,362	,368	,855
Aitem32	59,2361	78,767	,478	,852
Aitem34	59,2961	79,520	,397	,855
Aitem36	59,1073	78,863	,423	,854
Aitem37	58,8369	81,206	,261	,859
Aitem38	59,1202	78,451	,396	,855
Aitem40	59,0343	77,852	,478	,852

Putaran IV

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,859	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem2	56,3734	73,597	,462	,852
Aitem6	56,4120	73,002	,502	,851
Aitem9	55,9914	74,871	,426	,854
Aitem10	56,4120	73,002	,502	,851

Aitem11	56,0086	74,759	,412	,854
Aitem14	56,5021	75,355	,393	,855
Aitem17	55,9399	75,445	,361	,856
Aitem18	56,1845	73,556	,476	,852
Aitem20	56,3348	74,405	,433	,853
Aitem21	55,9914	74,871	,426	,854
Aitem23	56,0086	74,759	,412	,854
Aitem24	56,4678	72,776	,506	,851
Aitem25	55,7725	76,952	,290	,858
Aitem26	56,2189	73,741	,453	,853
Aitem27	55,8455	76,252	,353	,856
Aitem28	56,0644	73,354	,484	,851
Aitem29	55,8455	76,252	,353	,856
Aitem32	56,3176	74,450	,484	,852
Aitem34	56,3777	75,141	,406	,854
Aitem36	56,1888	74,490	,432	,853
Aitem38	56,2017	74,153	,400	,855
Aitem40	56,1159	73,551	,484	,851

Putaran V

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
------------------	------------

,858	21
------	----

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem2	53,3090	69,559	,460	,851
Aitem6	53,3476	68,831	,511	,849
Aitem9	52,9270	71,008	,407	,853
Aitem10	53,3476	68,831	,511	,849
Aitem11	52,9442	70,898	,394	,853
Aitem14	53,4378	71,049	,408	,853
Aitem17	52,8755	71,566	,343	,855
Aitem18	53,1202	69,365	,486	,850
Aitem20	53,2704	70,215	,441	,852
Aitem21	52,9270	71,008	,407	,853
Aitem23	52,9442	70,898	,394	,853
Aitem24	53,4034	68,621	,514	,849
Aitem26	53,1545	69,511	,465	,851
Aitem27	52,7811	72,396	,330	,855
Aitem28	53,0000	69,233	,489	,850
Aitem29	52,7811	72,396	,330	,855

Aitem32	53,2532	70,224	,496	,850
Aitem34	53,3133	70,906	,416	,853
Aitem36	53,1245	70,222	,446	,852
Aitem38	53,1373	70,067	,400	,853
Aitem40	53,0515	69,368	,493	,850

Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas dan Linearitas

Tests of Normality

Kolmogorov-Smirnov^a

	Statistic	df	Sig.
Stres Akademik	.066	233	.16

a. Lilliefors Significance Correction

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres Akademik * Emosi	Regulasi	Between Groups (Combined)	1646.876	14	117.634	1.068	.389
		Linearity	47.106	1	47.106	.428	.514
		Deviation from Linearity	1599.770	13	123.059	1.117	.346
Within Groups			24020.644	218	110.186		
Total			25667.519	232			

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres Akademik * Dukungan Sosial	Between Groups (Combined)	6195.114	37	167.436	1.677	.014
	Linearity	1439.420	1	1439.420	14.415	<.001
	Deviation from Linearity	4755.693	36	132.103	1.323	.119
	Within Groups	19472.406	195	99.858		
Total		25667.519	232			

Lampiran 10. Hasil Uji Multikolinearitas**Coefficients^a**

<u>Model</u>		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	Regulasi Emosi	.952	1.050
	Dukungan Sosial	.952	1.050

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Lampiran 11. Hasil Uji Heteroskedastisitas

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

		Correlations			
			Regulasi Emosi	Dukungan Sosial	ABS_RES
Spearman's rho	Regulasi Emosi	Correlation Coefficient	1.000	-.251**	-.060
		Sig. (2-tailed)	.	<.001	.358
		N	233	233	233
	Dukungan Sosial	Correlation Coefficient	-.251**	1.000	.129*
		Sig. (2-tailed)	<.001	.	.050
		N	233	233	233
	ABS_RES	Correlation Coefficient	-.060	.129*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.358	.050	.
		N	233	233	233

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 12. Hasil Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Stres Akademik	61.20	10.518	233
Regulasi Emosi	20.90	2.447	233
Dukungan Sosial	55.77	8.772	233

Lampiran 13. Hasil Uji Simultan X1 dan X2 dengan Y

Model Summary ^b						
Model	R	R Square	Adjusted Square	R	Std. Error of the Estimate	Durbin-Wats
1	.237 ^a	.056	.048		10.263	1.933

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Regulasi Emosi

b. Dependent Variable: Stres Akademik

ANOVA ^a					
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F
1	Regression	1441.538	2	720.769	6.843
	Residual	24225.981	230	105.330	
	Total	25667.519	232		

a. Dependent Variable: Stres Akademik

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Regulasi Emosi **Lampiran 14. Hasil Uji Parsial**

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	78.010	8.111		9.618	<.001
	Regulasi Emosi	-.040	.282	-.009	-.142	.887
	Dukungan Sosial	-.286	.079	-.239	-3.638	<.001

a. Dependent Variable: Stres Akademik

Lampiran 15. Hasil Uji Frekuensi Skala Regulasi Emosi, Dukungan Sosial dan Stres Akademik

Statistics

Regulasi_Emosi

N	Valid	233
	Missing	0
Mean		20,8970
Mode		20,00
Std. Deviation		2,44731
Minimum		12,00
Maximum		31,00
Sum		4869,00

Regulasi_Emosi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	11	4,7	4,7	4,7
	SEDANG	175	75,1	75,1	79,8
	TINGGI	47	20,2	20,2	100,0
	Total	233	100,0	100,0	

Statistics

Dukungan Sosial

N	Valid	233
	Missing	0
Mean		55,7725
Mode		63,00
Std. Deviation		8,77225
Minimum		25,00
Maximum		80,00
Sum		12995,00

Dukungan_Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	25	10,7	10,7	10,7
	SEDANG	173	74,2	74,2	85,0
	TINGGI	35	15,0	15,0	100,0
	Total	233	100,0	100,0	

Statistics

Stress Akademik

N	Valid	233
	Missing	0
Mean		61,2017
Mode		67,00
Std. Deviation		10,51836
Minimum		27,00
Maximum		88,00
Sum		14260,00

Stress_Akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	RENDAH	37	15,9	15,9	15,9
	SEDANG	159	68,2	68,2	84,1
	TINGGI	37	15,9	15,9	100,0
	Total	233	100,0	100,0	

Lampiran 16. Surat Permohonan Ijin Penelitian untuk Skripsi



YAYASAN PERGURUAN 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
FAKULTAS PSIKOLOGI

Program Studi Sarjana Psikologi (S1)
 Program Studi Magister Psikologi (S2)
 Program Studi Psikologi Profesi (S2)
 Kampus : Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya 60118 Telp. (031) 5990029; 5931800 (hunting) Ex 148, 149
 Homepage : www.untag-sby.ac.id : Email : psikologi@untag-sby.ac.id

Terakreditasi A
 Terakreditasi B
 Terakreditasi B

07 Oktober 2024

Nomor : 3422/K/F.Psi/X/2024
 Lampiran : -
 Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian untuk Skripsi**

Yth
 Kepala Sekolah SMA Dr. Sutomo
 Jl. Manyar Rejo I No.39, Menur Pumpungan
 Kec. Sukolilo, Surabaya, Jawa Timur 60118

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya menyampaikan, Terkait tugas akhir Skripsi mahasiswa strata satu (S-1) Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, dengan hormat untuk diperkenankan mengadakan penelitian / pengambilan data pada SMA Dr. Sutomo Surabaya yang Bapak/Ibu pimpin, Adapun informasi pendukung berkaitan dengan kegiatan penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

Nama : Isaac Lie
 NPM : 1512100011
 Alamat : Permata Megah Asri blok E/17, Buduran, Sidoarjo
 Judul Penelitian : Hubungan antara Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Atas
 Subjek Penelitian : Siswa Sekolah Menengah Atas Dr. Soetomo

Demikian surat permohonan ini, atas perhatian dan kerjasama disampaikan terima kasih.



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si, Psikolog
 NPP : 20510 02 0552

Tembusan
 1. Arsip

Lampiran 17. Surat Keterangan Sekolah



YAYASAN PENDIDIKAN CENDEKIA UTAMA SURABAYA

SMA Dr. SOETOMO

TERAKREDITASI A. NSS : 304056013140 NPSN : 20532387

JL. MANYAR REJO 1 No. 39 (KOMPLEK UNITOMO) SURABAYA

TELP. (031) 5991783, 5944422, 5944474, FAX : (031) 5944422

HOME PAGE : <https://smadrsoetomo.sch.id>

E-MAIL : smadors@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 356/YPCU/SMA/XII/LL/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMA Dr. Soetomo Surabaya menerangkan dengan sebenarnya, bahwa ;

- Nama : ISAAC LIE
 - NIM : 1512100011
 - Program Studi : Psikologi
- Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Telah melaksanakan Penelitian di SMA Dr. Soetomo Surabaya, pada tanggal 13 s.d. 20 November 2024 dengan judul penelitian " Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa Sekolah Menengah Atas "

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 5 Desember 2024

Kepala Sekolah,



MUKHILISH, M.Si

: 00.02.1.023

Lampiran 18. Hasil Turnitin

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRESS AKADEMIK PADA SEKOLAH MENENGAH ATAS

ORIGINALITY REPORT

12%	10%	3%	6%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	uia.e-journal.id Internet Source	1%
2	eprints.mercubuana-yogya.ac.id Internet Source	1%
3	journal.pubmedia.id Internet Source	1%
4	Submitted to Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Student Paper	1%
5	pdfs.semanticscholar.org Internet Source	1%
6	repository.untag-sby.ac.id Internet Source	1%
7	ejournal.unesa.ac.id Internet Source	1%
8	repository.upi.edu Internet Source	1%
9	Submitted to Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang	1%

Student Paper		
10	media.neliti.com Internet Source	<1 %
11	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	<1 %
12	Submitted to Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta Student Paper	<1 %
13	Submitted to Southville International School and Colleges Student Paper	<1 %
14	konsultasiskripsi.com Internet Source	<1 %
15	Ayu Budiarti. "PENGARUH KESADARAN MASYARAKAT, SANKSI PERPAJAKAN DAN KUALITAS PELAYANAN TERHADAP TINGKAT KEPATUHAN WAJIB PAJAK DALAM MEMBAYAR PAJAK KENDARAAN BERMOTOR DI SAMSAT KOTA YOGYAKARTA", INDONESIAN JOURNAL OF ECONOMIC AND SOCIAL SCIENCE, 2024 Publication	<1 %
16	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
17	Submitted to Hawaii Preparatory Academy Student Paper	<1 %
18	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %

19	Eko April Ariyanto, Fitriyana Dwi Ayu Ningrum, Sahat Saragih. "Keikutsertaan pada Organisasi Keagamaan dan Empati dengan Perilaku Prosocial pada Remaja yang Aktif Dalam Organisasi Keagamaan", PHILANTHROPY: Journal of Psychology, 2021 Publication	<1 %
20	Submitted to Universitas Diponegoro Student Paper	<1 %
21	digilib.uinsby.ac.id Internet Source	<1 %
22	Submitted to Universitas Hang Tuah Surabaya Student Paper	<1 %
23	Eva Marsusanti, Andi Riyanto, Resti Yulistria, Rifa Nurafifah Syabaniah, Rusli Nugraha. "DAMPAK PENDEMI COVID 19 TERHADAP PERUBAHAN SHIFT KERJA DAN KINERJA CLEANING SERVICE", Swabumi, 2021 Publication	<1 %
24	aksiologi.org Internet Source	<1 %
25	repository.iainpurwokerto.ac.id Internet Source	<1 %
26	www.scribd.com Internet Source	<1 %
27	repository.iainbengkulu.ac.id Internet Source	<1 %

		<1 %
28	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1 %
29	Submitted to IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung Student Paper	<1 %
30	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
31	jurnal.unimus.ac.id Internet Source	<1 %
32	Submitted to IAIN Purwokerto Student Paper	<1 %
33	Submitted to Universitas Negeri Malang Student Paper	<1 %
34	dspace.uii.ac.id Internet Source	<1 %
35	docplayer.info Internet Source	<1 %
36	ejournal.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
37	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	<1 %
38	Submitted to Universitas Bengkulu Student Paper	<1 %

39	core.ac.uk Internet Source	<1 %
40	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %
41	gamabali.com Internet Source	<1 %
42	raniavianti.wordpress.com Internet Source	<1 %
43	repositori.uma.ac.id Internet Source	<1 %
44	repository.upnvj.ac.id Internet Source	<1 %
45	LailiatuSovia, Eko Hardiansyah. "Hubungan Antara Psychological Well Being dengan Stress Akademik pada Siswa SMA Negeri 1 Porong Sidoarjo", <i>Intelektualitas Jurnal Penelitian LintasKeilmuan</i> , 2024 Publication	<1 %
46	felyaakublogadress.blogspot.com Internet Source	<1 %

Exclude quotes: Off

Exclude matches: Off

Exclude bibliography: On

Daftar Tabel

Tabel 1 Data populasi subjek siswa “X” Surabaya	29
Tabel 2 Data partisipan subjek siswa “X” Surabaya	30
Tabel 3 Skala Likert	31
Tabel 4 Blueprint Sebaran Aitem Skala Stres Akademik	33
Tabel 5 Hasil Uji Validasi Aitem Skala Stres Akademik	34
Table 6. Blueprint Aitem Skala Stres Akademik	35
Tabel 7 Blueprint Sebaran Aitem Skala Regulasi Emosi	37
Tabel 8 Blueprint Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial	39
Tabel 9 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Dukungan Sosial	41
Tabel 10 Blueprint Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial	42
Tabel 11 Hasil Uji Normalitas	44
Tabel 12 Hasil Uji Linieritas.....	45
Tabel 13 Hasil Uji Multikolinearitas	45
Tabel 14 Hasil Uji Heteroskedastisitas	46
Tabel 15 Data karakteristik responden berdasarkan kelas	47
Tabel 16 Data karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin	47
Tabel 17 Analisis uji deskriptif skala stress akademik	48
Tabel 18 Analisis uji deskriptif skala regulasi emosi	48
Tabel 19 Analisis uji deskriptif skala dukungan sosial	49
Tabel 20 Hasil uji simultan analisis regresi berganda variabel regulasi emosi dan dukungan sosial terhadap stress akademik.	50
Tabel 21 Hasil uji simultan analisis regresi berganda variabel regulasi emosi dan dukungan sosial terhadap stress akademik.	50

Daftar Gambar

Gambar 1 Dinamika Kerangka Berpikir	28
Gambar 2 Skema Desain Penelitian.....	30