

## Daftar Lampiran

### Lampiran 1. *Informed Consent*



## Call For Respondents



Hai, aku Ma'rifatullillah Destiana Cahyati, Mahasiswa Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

Saat ini aku sedang melakukan penelitian untuk tugas akhir, aku berharap teman-teman semua bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Adapun kriteria yang dibutuhkan untuk penelitian ini :

1. Mahasiswa di Surabaya
2. Pengguna Aplikasi Media Sosial TikTok
3. Usia 18 - 25 tahun

Aku ucapkan terimakasih banyak atas waktu dan pertisipasinya dalam membantu penelitian ini.



Silahkan Scan QR Code di samping atau klik link di bawah ini

<https://bit.ly/bantuifalulusyaa>



## Lampiran 2. Skala *Fear of Missing Out*

### KUISIONER AIEM SKALA *FEAR OF MISSING OUT*

Pada Kuisisioner ini anda akan dihadapkan pada lima pilihan jawaban sebagai berikut:

- 1 : Sangat Tidak Sesuai
- 2 : Tidak Sesuai
- 3 : Netral
- 4 : Sesuai
- 5 : Sangat Sesuai

Tidak ada jawaban benar atau salah, silahkan menjawab sesuai dengan kondisi ada yang sesungguhnya.

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Saya merasa perlu mengunggah aktivitas yang saya lakukan ke media sosial TikTok					
2	Saya merasa tidak perlu sering meng- <i>update</i> aktivitas ke media sosial Tiktok					
3	Saya ingin orang lain mengetahui apa yang sedang saya lakukan melalui media sosial TikTok					
4	Saya merasa terdorong untuk mengupdate kabar diri ke media sosial TikTok					
5	Saya merasa terganggu jika tidak bisa mengakses internet untuk update aktivitas ke media sosial TikTok					
6	Saya merasa senang saat orang lain mengetahui aktivitas saya melalui media sosial TikTok					
7	Saya merasa tidak perlu sering meng- <i>update</i> aktivitas ke media sosial TikTok					

8	Saya tidak peduli orang lain mengetahui aktivitas yang saya lakukan atau tidak					
9	Saya tidak merasa terdorong untuk meng-update kabar diri ke media sosial					
10	Saya merasa terganggu jika tidak mengikuti <i>trend</i> terbaru yang ada di media sosial TikTok					
11	Saya merasa khawatir jika tidak ikut mengomentari topik terbaru di media sosial Tiktok					
12	Saya sering merasa cemas saat tidak mengetahui trending topik yang dibicarakan orang lain di media sosial TikTok					
13	Saya tidak merasa terganggu jika tidak mengikuti <i>trend</i> terbaru di media sosial					
14	Saya merasa biasa saja saat tidak mengomentari topik terbaru di media sosial					
15	Saya tidak merasa perlu mengetahui apa yang dibicarakan orang lain di media sosial TikTok					
16	Saya sering memeriksa media sosial TikTok untuk mengetahui aktivitas yang sedang dilakukan orang lain					
17	Saya merasa khawatir jika tidak mengetahui aktivitas/informasi yang ada di media sosial TikTok					
18	Saya memeriksa media sosial terus-menerus karena takut melewatkan informasi terbaru di media sosial					

19	Saya tetap merasa tenang meski tidak mengetahui aktivitas orang lain di media sosial TikTok					
20	Saya tidak merasa perlu mencari tahu aktivitas orang lain di media sosial TikTok					

### Lampiran 3. Skala *Regulasi Diri*

#### KUISIONER AIEM SKALA REGULASI DIRI

Pada Kuisisioner ini anda akan dihadapkan pada lima pilihan jawaban sebagai berikut:

- 1 : Sangat Tidak Sesuai
- 2 : Tidak Sesuai
- 3 : Netral
- 4 : Sesuai
- 5 : Sangat Sesuai

Tidak ada jawaban benar atau salah, silahkan menjawab sesuai dengan kondisi ada yang sesungguhnya.

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Saya menetapkan standar yang jelas untuk setiap tindakan					
2	Saya tidak merasa perlu membuat standar khusus untuk mengevaluasi diri					
3	Saya memiliki kriteria tertentu dalam menilai keberhasilan tindakan saya					
4	Saya tidak tahu apakah tindakan saya sudah memenuhi standar yang saya buat					
5	Saya tahu kapan saya telah memenuhi standar yang saya buat sendiri					
6	Saya menetapkan tujuan yang jelas sebelum melakukan suatu tindakan					
7	Saya sering bertindak tanpa memikirkan tujuan yang ingin dicapai					

8	Saya tahu arah yang ingin saya capai dalam hidup					
9	Saya tidak memiliki prioritas dalam menentukan tujuan saya					
10	Saya merasa memiliki kendali penuh terhadap arah hidup saya					
11	Saya merasa arah hidup saya bergantung pada situasi luar yang tidak bisa saya kendalikan					
12	Saya membuat prioritas untuk tujuan yang ingin saya capai					
13	Saya selalu memantau perkembangan saya dalam mencapai tujuan					
14	Saya tidak merasa perlu meninjau kembali tindakan saya					
15	Saya menyadari kapan harus memperbaiki tindakan saya untuk mencapai tujuan					
16	Saya sulit menyadari ketika tindakan saya memerlukan perubahan					
17	Saya menyadari dampak dari setiap keputusan yang saya buat					
18	Saya sering membuat keputusan tanpa memikirkan dampaknya					
19	Saya mengetahui alasan di balik setiap tindakan saya					
20	Saya sering tidak menyadari jika saya melakukan kesalahan					

21	Saya selalu mengevaluasi tindakan saya dalam perjalanan mencapai tujuan					
22	Saya menilai diri secara objektif untuk memastikan tercapainya suatu tujuan					
23	Saya sering mengabaikan evaluasi terhadap diri sendiri					
24	Saya bisa mengidentifikasi kesalahan yang saya buat selama proses mencapai tujuan					
25	Saya hanya fokus pada hasil akhir tanpa peduli pada proses					
26	Saya memberikan waktu untuk merefleksi tindakan saya					
27	Saya bisa membandingkan kinerja saya dengan standar yang sudah saya buat					
28	Saya merasa tidak perlu mengevaluasi kinerja saya sendiri					
29	Saya mampu mengidentifikasi aspek yang perlu diperbaiki dalam diri saya					
30	Saya merasa tidak perlu mendengarkan kritik orang lain mengenai kinerja saya					
31	Saya terbuka terhadap kritik terhadap kinerja saya					
32	Saya memberikan penghargaan pada diri sendiri ketika mencapai tujuan					
33	Saya tidak merasa perlu memberikan hadiah atas keberhasilan saya					

34	Saya memberikan motivasi positif pada diri sendiri untuk tetap konsisten					
35	Saya merasa tidak perlu memiliki motivasi terhadap diri sendiri					
36	Saya berusaha lebih keras ketika tidak memenuhi standar yang saya buat					
37	Saya tidak berusaha keras untuk memenuhi standar yang saya buat					
38	Saya memberikan peringatan pada diri sendiri untuk tidak mengulangi kesalahan yang sama					
39	Saya tidak merasa perlu memperbaiki kesalahan meskipun tujuan tidak tercapai					
40	Saya belajar dari kegagalan dan membuat strategi baru untuk mencapai tujuan					

**Lampiran 4. Tabulasi Skor Skala *Fear of Missing Out***

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Σ	
1	1	1	2	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	1	1	29	
2	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	5	2	1	2	1	2	33	
3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	4	2	1	2	2	2	37	
4	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	25	
5	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	4	1	1	2	4	5	1	36
6	4	2	2	2	4	3	3	1	1	5	1	1	2	2	3	2	2	3	3	3	49	
7	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	26	
8	1	2	4	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	41	
9	2	2	2	1	2	1	4	2	1	1	1	5	1	1	2	1	2	1	2	1	35	
10	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	41	
11	3	2	3	2	4	2	3	1	3	1	1	1	1	3	2	3	1	1	1	3	41	
12	2	2	2	2	4	4	4	4	4	2	4	2	3	2	5	2	3	3	4	2	60	
13	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
14	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	46	
15	2	4	2	2	2	2	3	1	1	1	1	2	3	3	4	2	2	2	1	1	41	
16	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	1	3	4	3	2	1	1	1	49	
17	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	3	2	3	45	
18	1	1	2	1	1	1	2	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26	
19	1	3	1	1	1	5	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	28	
20	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	46	
21	4	1	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	4	4	3	2	2	2	3	2	48	
22	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	2	4	2	3	2	3	3	3	3	60	
23	3	5	1	4	1	5	2	3	1	4	1	3	3	4	3	3	3	3	2	3	57	
24	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	4	4	2	2	4	2	2	45	
25	1	5	1	5	1	4	1	1	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	55	
26	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	52	
27	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	24	
28	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	26	
29	3	1	1	3	3	1	3	1	1	1	3	3	3	3	3	1	1	1	3	1	40	
30	5	1	5	1	3	1	5	5	5	1	5	1	1	1	3	1	5	1	3	1	54	
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	
32	4	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	62	
33	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	47	
34	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	46	
35	2	5	2	2	2	4	4	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	4	2	2	52	
36	4	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	62	
37	1	1	1	1	1	1	1	5	2	5	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	46	
38	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40	
39	2	2	1	2	3	3	2	1	1	2	1	2	1	3	1	3	1	3	1	3	38	
40	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	55	
41	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	47	

42	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24		
43	3	3	3	2	4	3	4	4	3	1	1	2	1	2	4	2	4	2	3	2	53	
44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	1	1	25	
45	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	4	1	3	53	
46	4	4	5	4	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	5	2	1	4	5	5	63	
47	1	2	1	1	2	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	35	
48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	
49	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	4	1	1	1	1	1	28	
50	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	2	2	4	2	2	1	1	2	41	
51	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	3	2	3	3	3	2	2	1	5	4	50	
52	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	41	
53	5	4	4	2	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	2	2	2	1	5	4	76
54	5	4	5	5	4	4	5	5	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	4	5	70	
55	5	5	5	5	5	4	4	5	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	5	4	76	
56	5	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	5	5	5	4	48	
57	5	5	5	5	1	2	1	5	3	1	1	4	5	5	5	5	5	5	5	4	77	
58	5	5	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	4	1	1	5	40	
59	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	30	
60	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	5	5	4	51	
61	1	1	1	1	2	2	3	4	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	32	
62	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	5	5	4	52	
63	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	5	5	5	5	5	4	52	
64	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	5	5	5	4	52	
65	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	5	5	5	5	5	4	52	
66	2	5	1	5	1	1	4	2	2	2	1	1	1	5	4	5	1	5	1	2	51	
67	1	5	1	5	1	2	1	2	1	1	1	1	1	5	3	5	2	5	2	1	46	
68	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	4	55	
69	1	5	1	3	1	1	1	1	3	3	2	2	3	5	4	2	2	2	2	2	46	
70	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	40	
71	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	5	5	5	5	5	5	4	52	
72	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
73	5	5	5	5	5	1	5	1	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	4	5	65	
74	5	5	1	1	4	4	4	1	2	2	4	2	4	2	5	4	2	5	4	5	66	
75	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1	1	3	3	32	
76	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	5	5	5	5	5	4	52	
77	5	5	1	2	1	5	3	1	1	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	76	
78	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	5	5	5	4	52	
79	5	5	5	5	5	4	4	5	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	5	4	63	
80	5	5	5	5	5	4	4	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	4	57	
81	5	5	5	5	5	4	4	5	1	1	2	1	1	4	1	1	1	1	5	4	61	
82	5	5	5	5	5	4	4	5	2	2	1	2	2	4	2	2	1	1	5	4	66	
83	2	2	4	3	3	1	1	5	1	3	2	3	3	3	2	2	1	5	5	4	55	
84	5	5	5	5	5	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	4	61	
85	5	5	5	5	5	4	4	1	2	1	1	4	1	1	1	1	5	5	5	4	65	

86	5	5	5	5	5	4	4	2	1	2	2	4	2	2	1	1	5	5	5	4	69
87	5	5	5	5	5	4	4	3	2	3	3	3	2	2	1	5	5	5	5	4	76
88	5	5	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	4	39	
89	5	5	2	4	3	4	4	3	1	1	2	1	2	4	2	4	2	3	5	4	61
90	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	1	5	4	40
91	5	5	2	3	3	4	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	4	1	5	4	60
92	5	5	4	5	1	5	5	5	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	5	4	68
93	5	5	5	5	5	4	4	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	5	5	4	76
94	5	5	5	5	1	2	1	5	3	1	1	4	5	5	5	5	5	5	5	4	77
95	5	5	5	5	5	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	4	53	
96	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	4	39	
97	2	4	3	4	4	3	1	1	2	1	2	4	2	4	2	3	5	5	5	4	61
98	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	1	5	5	5	4	40
99	2	3	3	4	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	4	1	5	5	5	4	60
100	4	5	1	5	5	5	5	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	5	5	4	68
101	5	5	5	5	5	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	4	61	
102	5	5	5	5	5	4	4	1	2	1	1	4	1	1	1	1	5	5	5	4	65
103	5	5	5	5	5	4	4	2	1	2	2	4	2	2	1	1	5	5	5	4	69
104	5	5	5	5	5	4	4	3	2	3	3	3	2	2	1	5	5	5	5	4	76
105	5	5	5	5	5	1	2	1	5	3	1	1	1	2	1	5	3	1	1	4	57
106	5	5	5	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	5	5	5	5	4	61
107	5	5	5	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	5	5	5	5	4	65
108	5	5	5	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	5	5	5	5	4	71
109	5	5	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	4	5	5	5	5	4	60
110	5	5	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	5	5	5	5	5	4	65
111	5	5	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	5	5	5	5	5	4	71
112	5	5	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	5	5	5	5	5	4	75
113	5	5	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	5	5	5	5	5	4	61
114	5	5	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	5	5	5	5	5	4	65
115	5	5	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	5	5	5	5	5	4	71
116	5	5	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	5	5	5	5	5	4	75
117	5	5	5	5	5	4	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	5	5	5	4	77
118	5	5	5	5	5	4	4	5	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	5	4	76
119	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	1	2	1	5	3	1	1	5	5	4	76
120	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	76
121	5	5	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	5	5	5	5	5	4	61
122	5	5	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	5	5	5	5	5	4	65
123	5	5	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	5	5	5	5	5	4	71
124	5	5	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	5	5	5	5	5	4	75
125	5	5	5	5	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	5	5	5	4	61
126	5	5	5	5	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	5	5	5	4	65
127	5	5	5	5	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	5	5	5	4	71
128	5	5	5	5	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	5	5	5	4	75
129	5	5	5	5	5	4	4	5	5	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	4	76

130	5	5	5	5	5	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	5	5	5	5	4	78
131	5	5	5	5	5	4	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	4	66
132	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	66
133	5	5	5	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	5	5	5	5	4	61
134	5	5	5	2	1	1	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	4	56
135	5	5	5	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	5	5	5	5	4	71
136	5	5	5	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	5	5	5	5	4	75
137	5	5	5	5	5	4	4	5	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	60
138	5	5	5	5	5	4	4	5	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	64
139	5	5	5	5	5	4	4	5	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	70
140	5	5	5	2	1	2	1	2	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	59
141	5	5	5	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	5	5	5	5	4	65
142	5	5	5	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	5	5	5	5	4	71
143	5	5	5	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	5	5	5	5	4	75
144	5	5	5	5	5	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	5	5	5	5	4	78
145	5	5	5	5	5	4	4	5	5	1	2	1	5	3	1	1	5	5	5	4	76
146	5	5	5	5	5	4	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	5	4	60
147	5	5	5	5	5	4	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	5	4	64
148	5	5	5	5	5	4	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	5	4	70
149	5	5	5	5	5	4	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	5	4	74
150	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	4	25
151	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	2	2	5	1	37
152	5	1	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	4	51
153	2	1	1	2	2	4	2	1	1	5	1	1	1	1	2	5	1	2	1	1	37
154	4	4	4	4	4	3	3	3	1	3	1	3	3	3	1	5	2	5	5	4	65
155	2	2	2	1	5	2	4	2	1	2	1	2	1	2	1	5	1	2	2	2	42
156	3	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	5	3	1	1	5	3	1	38
157	2	5	2	2	2	1	3	4	2	2	4	2	1	1	4	2	2	4	4	4	53
158	5	5	5	5	5	5	4	4	4	1	4	4	4	1	2	1	5	2	4	2	72
159	1	1	1	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	39
160	5	2	2	1	2	1	4	5	2	5	5	1	4	2	1	2	4	4	5	1	58
161	5	2	4	4	5	4	4	1	4	1	5	2	5	4	5	2	4	1	5	1	68
162	5	5	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	4	5	55
163	5	5	5	5	5	4	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	51
164	5	5	4	4	5	5	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	52
165	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	22
166	2	3	5	2	4	4	4	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	42
167	4	4	3	4	4	4	4	1	2	2	1	1	2	1	4	2	1	2	2	1	49
168	4	1	5	5	5	5	5	1	5	5	5	1	5	5	1	1	2	2	2	1	66
169	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	5	2	2	5	2	1	2	3	2	37
170	2	2	4	1	4	1	4	1	2	1	2	1	2	1	4	1	3	2	5	4	47
171	2	3	4	3	3	2	4	2	2	4	3	3	2	4	3	3	1	4	2	3	57
172	1	2	4	2	4	3	4	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	3	3	2	45
173	2	1	3	2	4	4	4	2	2	2	1	1	2	2	5	1	2	2	3	2	47

174	2	2	2	2	3	3	4	2	2	2	3	1	2	1	3	2	2	2	4	1	45
175	1	2	2	1	3	3	4	2	1	2	3	2	1	1	3	2	2	1	3	2	41

### Lampiran 5. Tabulasi Skor Skala Regulasi Diri

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

42	5	5	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1
43	5	5	4	1	3	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5
44	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
45	4	2	4	2	4	4	4	4	4	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2
46	5	2	4	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1
47	5	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1
48	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	1	1	1	1	2	1
49	4	2	4	1	1	4	5	4	2	4	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1
50	4	4	4	4	4	4	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1	4	5	4	1	1	2
51	5	1	5	1	2	3	1	4	2	4	5	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2
52	4	4	3	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1	4	5	4	1	1	2	1	1	1
53	5	5	4	5	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1	2	2	1	2	1	2
54	1	1	1	1	2	3	2	2	2	2	4	4	2	1	4	2	2	1	2	1	1	4
55	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
56	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
57	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
58	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
59	5	1	5	5	4	4	4	4	5	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1	2
60	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	2	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
61	5	1	5	4	5	5	4	5	4	5	2	1	5	2	1	1	2	2	4	2	1	2
62	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
63	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
64	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
65	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	4	2	1
66	4	2	1	1	2	2	4	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2
67	5	1	5	5	5	5	1	1	2	2	4	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1
68	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
69	2	1	4	2	2	4	3	3	5	5	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1
70	4	1	4	4	4	4	1	1	1	1	2	4	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1
71	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
72	5	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1
73	1	1	4	4	4	2	2	1	1	2	5	4	4	2	5	2	2	2	2	2	1	2
74	5	1	5	5	5	4	4	5	5	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2
75	5	1	5	2	4	4	5	5	5	3	5	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2
76	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
77	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
78	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2
79	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
80	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1
81	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	4	2	1	2	2	1	2
82	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
83	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
84	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
85	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1



130	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
131	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
132	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
133	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
134	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
135	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
136	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
137	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
138	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
139	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
140	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
141	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
142	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
143	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
144	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
145	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
146	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
147	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
148	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
149	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
150	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
151	4	1	4	1	3	1	1	2	3	3	5	2	5	2	1	1	1	1	2	1	1	2
152	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
153	4	2	5	2	4	5	1	5	4	5	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2
154	4	4	5	4	5	2	1	5	4	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1
155	5	4	4	5	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1
156	5	5	5	2	4	4	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1
157	5	4	3	4	3	4	4	5	5	5	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1
158	1	5	2	2	5	2	1	2	1	2	2	5	5	4	1	1	2	5	2	5	2	4
159	4	4	4	5	5	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1
160	1	4	2	4	1	4	5	1	4	4	4	4	2	5	1	5	1	5	2	4	4	2
161	1	5	1	5	1	2	5	2	4	2	1	5	4	1	1	5	1	4	2	4	4	4
162	5	5	5	4	4	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2
163	5	5	4	4	5	1	2	2	1	1	4	4	5	5	4	4	1	2	2	1	2	1
164	5	5	4	4	4	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1
165	5	5	5	2	3	5	4	5	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1
166	5	4	4	4	5	5	2	2	2	4	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4
167	5	4	4	5	5	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
168	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2
169	4	4	4	1	5	5	3	3	4	4	2	1	5	4	5	5	4	1	1	1	1	2
170	4	4	5	3	4	4	3	5	4	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2
171	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2
172	5	4	4	3	4	5	4	5	3	4	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1
173	5	5	5	4	4	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1

174	5	4	2	4	5	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1
175	4	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2

	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	Σ
1	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	5	105
2	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	4	4	5	3	5	5	5	113
3	5	4	1	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	4	5	108
4	1	1	1	2	2	2	1	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	98
5	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	5	5	5	2	5	5	5	107
6	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	5	4	1	5	2	5	5	90
7	2	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	5	3	3	5	5	5	5	102
8	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	4	4	93
9	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	4	5	5	4	4	4	93
10	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	4	4	4	4	4	102
11	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	5	5	5	5	5	4	5	4	117
12	2	1	1	1	5	4	2	2	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	110
13	4	2	2	2	1	1	1	5	5	1	1	5	5	5	5	5	1	5	97
14	2	1	1	1	1	2	2	2	1	5	3	4	4	3	4	4	5	4	117
15	1	5	4	2	2	2	1	1	1	4	4	5	5	5	5	4	5	5	106
16	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	4	4	82
17	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	5	4	4	4	4	4	4	105
18	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	5	5	96
19	4	2	2	2	1	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	109
20	2	2	2	1	1	1	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	105
21	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	3	4	2	5	3	4	82
22	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	3	3	4	3	4	3	4	99
23	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	4	3	4	2	4	2	4	2	81
24	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	4	5	2	4	4	4	4	101
25	5	1	5	1	1	5	1	5	1	2	2	3	1	5	1	5	2	5	110
26	5	4	2	2	2	1	1	1	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	104
27	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	5	4	5	4	5	1	5	109
28	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	5	5	5	5	98
29	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	3	3	5	3	5	3	3	104
30	1	3	1	5	5	4	1	5	3	1	4	2	4	3	2	5	4	5	115
31	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	5	5	4	4	4	4	4	100
32	1	5	5	2	2	2	1	1	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	98
33	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	5	4	5	4	4	4	111
34	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	4	4	4	4	4	4	2	4	106
35	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	4	4	2	4	4	4	94
36	2	1	2	1	2	2	1	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	84
37	1	1	2	1	2	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	82
38	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	4	4	4	4	4	98
39	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	3	4	3	3	3	84

40	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	4	4	4	96
41	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	4	3	3	3	4	4	3	85
42	1	5	4	2	2	2	1	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	109
43	2	2	2	1	1	4	3	4	4	5	4	4	5	3	4	4	4	5	111
44	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	4	96
45	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	99
46	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	5	2	1	5	5	5	80
47	5	4	2	2	2	1	1	1	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	105
48	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	4	99
49	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	5	4	4	4	5	4	5	97
50	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	5	4	4	5	5	5	110
51	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	5	3	3	5	4	5	100
52	5	4	2	2	2	1	1	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	106
53	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	5	5	5	5	5	5	5	108
54	1	2	1	3	4	2	2	4	2	5	2	2	2	2	2	1	4	1	87
55	4	5	4	1	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	76
56	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	69
57	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	69
58	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	57
59	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	4	5	100
60	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	70
61	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	5	104
62	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	69
63	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	69
64	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	69
65	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	69
66	2	1	1	1	2	5	4	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	111
67	5	4	2	2	2	1	1	1	2	5	3	5	4	5	5	5	1	5	110
68	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	5	2	71
69	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	4	4	4	4	4	89
70	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	99
71	2	2	1	2	1	2	1	1	5	1	1	1	4	2	1	1	1	2	64
72	1	2	1	2	4	5	4	5	4	2	2	2	4	5	2	4	4	5	102
73	2	2	2	2	4	3	5	2	1	4	5	5	4	4	2	1	5	4	112
74	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	4	4	4	4	5	97
75	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	5	5	92
76	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
77	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
78	1	1	1	1	2	2	2	1	5	2	1	5	5	5	1	1	1	2	73
79	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
80	1	1	2	2	2	1	5	2	1	5	5	5	2	2	1	1	1	2	74
81	1	2	1	1	1	5	4	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	68
82	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
83	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67

84	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	5	2	1	5	5	5	1	2	74
85	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
86	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
87	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
88	1	1	1	2	2	2	1	5	2	1	5	5	5	2	1	1	1	2	73
89	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
90	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
91	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
92	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
93	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
94	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
95	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
96	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
97	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
98	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
99	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
100	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
101	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
102	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
103	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
104	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
105	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
106	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
107	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
108	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
109	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
110	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
111	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
112	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
113	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
114	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
115	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
116	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
117	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
118	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
119	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
120	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
121	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
122	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
123	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
124	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
125	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
126	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
127	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67

128	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
129	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
130	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
131	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
132	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
133	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
134	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
135	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
136	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
137	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
138	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
139	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
140	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
141	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
142	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
143	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
144	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
145	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
146	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
147	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
148	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
149	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
150	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	67
151	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	4	4	81
152	2	5	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	71
153	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	4	4	5	88
154	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	4	2	5	85
155	1	1	1	2	2	2	1	1	1	4	4	5	5	4	5	4	5	4	96
156	1	2	2	1	2	1	2	4	4	5	4	4	2	4	4	4	3	5	103
157	1	1	5	5	2	2	2	1	1	1	2	5	5	5	4	4	4	5	116
158	4	1	5	4	2	5	2	2	4	2	1	1	4	2	1	2	4	5	112
159	2	2	1	2	1	2	5	3	5	4	5	5	4	5	4	4	4	5	110
160	4	1	5	1	1	4	4	2	1	1	5	2	4	2	5	2	2	1	116
161	5	2	4	1	1	2	1	5	1	1	5	2	4	4	4	2	2	1	111
162	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	73
163	2	2	1	2	1	2	1	1	1	5	5	2	2	2	1	1	2	2	100
164	5	5	2	2	2	1	1	5	5	2	2	1	1	1	2	2	2	1	88
165	2	1	1	2	2	1	2	1	2	4	4	5	5	5	4	5	5	5	111
166	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	4	5	4	4	5	5	101
167	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	5	4	5	4	5	4	5	96
168	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	5	2	1	2	4	2	4	101
169	1	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	98
170	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	4	5	5	5	5	5	5	5	110
171	1	1	1	1	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	80

172	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	5	4	4	4	5	3	5	106
173	2	2	1	2	1	2	4	2	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	110
174	2	2	1	2	1	2	4	3	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	106
175	1	2	4	4	5	4	4	3	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	110

## Lampiran 6. Hasil Uji Validitas Skala *Fear of Missing Out*

Putaran 1

	<b>Item-Total Statistics</b>			
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Vy1	50.45	201.146	.710	.836
Vy2	50.43	207.442	.575	.842
Vy3	50.82	205.461	.623	.840
Vy4	51.00	208.839	.553	.843
Vy5	51.22	216.769	.398	.850
Vy6	51.46	220.089	.392	.850
Vy7	51.34	222.305	.356	.851
Vy8	51.70	222.245	.319	.853
Vy9	51.96	223.958	.342	.852
Vy10	51.98	228.293	.227	.856
Vy11	52.04	225.602	.318	.852
Vy12	52.01	226.879	.274	.854
Vy13	51.73	220.488	.399	.850
Vy14	51.47	224.285	.287	.854
Vy15	51.16	229.101	.149	.860
Vy16	51.27	216.016	.406	.850
Vy17	50.90	206.766	.578	.842
Vy18	50.73	210.131	.514	.845
Vy19	50.36	204.703	.662	.838
Vy20	50.89	213.810	.606	.843

Putaran 2

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Vy1	41.30	161.946	.759	.842
Vy2	41.27	167.924	.615	.850
Vy3	41.66	164.719	.700	.846
Vy4	41.85	168.580	.608	.851
Vy5	42.06	174.841	.474	.858
Vy6	42.31	180.766	.400	.861
Vy7	42.18	181.851	.390	.861
Vy8	42.55	183.513	.305	.865
Vy9	42.81	185.433	.316	.864
Vy11	42.89	186.826	.294	.864
Vy13	42.57	183.143	.349	.863
Vy16	42.12	181.692	.302	.866
Vy17	41.75	168.936	.578	.852
Vy18	41.57	174.177	.461	.858
Vy19	41.21	166.774	.670	.848
Vy20	41.74	174.620	.630	.851

## Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Fear of Missing Out*

### Putaran 1

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.855	20

### Putaran 2

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.864	16

## Lampiran 8. Hasil Uji Validitas Skala Regulasi Diri

### Putaran 1

	Item-Total Statistics			Cronbach's Alpha if Item Deleted
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	
Vx1	81.62	278.732	.750	.825
Vx2	82.03	289.235	.648	.830
Vx3	81.71	282.987	.705	.827
Vx4	82.09	291.819	.634	.831
Vx5	81.45	303.398	.471	.836
Vx6	82.09	292.010	.608	.831
Vx7	82.23	295.982	.572	.833
Vx8	81.77	314.203	.203	.843
Vx9	81.81	316.384	.168	.843
Vx10	82.37	300.509	.531	.835
Vx11	81.01	356.534	-.736	.865
Vx12	82.61	308.217	.445	.838
Vx13	82.06	320.898	.065	.845
Vx14	82.55	304.524	.565	.835
Vx15	82.16	326.285	-.116	.847
Vx16	82.50	307.389	.343	.839
Vx17	82.68	310.598	.432	.838
Vx18	82.13	321.575	.044	.845
Vx19	82.09	322.585	.015	.845
Vx20	82.54	314.491	.231	.842
Vx21	82.28	327.387	-.168	.848
Vx22	82.66	310.732	.402	.839
Vx23	82.15	322.415	.009	.846
Vx24	82.17	327.059	-.136	.848
Vx25	82.59	307.347	.423	.838
Vx26	82.18	322.549	.007	.846
Vx27	82.47	302.757	.520	.835
Vx28	81.94	315.611	.188	.843
Vx29	82.56	308.167	.407	.838
Vx30	82.46	305.537	.433	.837
Vx31	82.34	303.202	.415	.837
Vx32	80.44	360.098	-.622	.870
Vx33	80.48	357.389	-.589	.869
Vx34	81.47	300.319	.482	.836
Vx35	81.35	296.665	.591	.833

<b>Vx36</b>	<b>81.34</b>	<b>296.342</b>	<b>.587</b>	<b>.833</b>
<b>Vx37</b>	<b>81.91</b>	<b>284.198</b>	<b>.723</b>	<b>.827</b>
<b>Vx38</b>	<b>81.74</b>	<b>280.206</b>	<b>.741</b>	<b>.826</b>
<b>Vx39</b>	<b>81.70</b>	<b>280.212</b>	<b>.756</b>	<b>.825</b>
<b>Vx40</b>	<b>80.98</b>	<b>285.735</b>	<b>.803</b>	<b>.826</b>

## Putaran 2

	Item-Total Statistics			Cronbach's
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
Vx1	47.78	349.780	.830	.930
Vx2	48.19	364.284	.687	.933
Vx3	47.88	354.899	.783	.931
Vx4	48.26	367.548	.667	.933
Vx5	47.62	380.376	.513	.935
Vx6	48.25	368.040	.636	.934
Vx7	48.39	373.470	.582	.935
Vx10	48.53	379.515	.519	.935
Vx12	48.77	388.947	.407	.937
Vx14	48.72	384.237	.543	.935
Vx16	48.66	387.041	.337	.938
Vx17	48.85	389.407	.459	.936
Vx22	48.82	390.618	.396	.937
Vx25	48.75	387.543	.400	.937
Vx27	48.64	381.565	.519	.935
Vx29	48.73	387.028	.421	.936
Vx30	48.63	384.108	.445	.936
Vx31	48.50	381.194	.433	.937
Vx34	47.63	378.015	.498	.936
Vx35	47.51	374.079	.604	.934
Vx36	47.51	373.182	.611	.934
Vx37	48.07	357.966	.773	.932
Vx38	47.90	352.192	.810	.931
Vx39	47.86	353.119	.810	.931
Vx40	47.14	360.330	.845	.931

## Lampiran 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Diri

### Putaran 1

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.843	40

### Putaran 2

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.937	25

**Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		<b>Unstandardized Residual</b>
<b>N</b>		<b>175</b>
<b>Normal Parameters<sup>a,b</sup></b>	<b>Mean</b>	<b>.0000000</b>
	<b>Std. Deviation</b>	<b>10.54501908</b>
<b>Most Extreme Differences</b>	<b>Absolute</b>	<b>.077</b>
	<b>Positive</b>	<b>.065</b>
	<b>Negative</b>	<b>-.077</b>
<b>Test Statistic</b>		<b>.077</b>
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)<sup>c</sup></b>		<b>.014</b>
<b>Monte Carlo Sig. (2-Sig. tailed)<sup>d</sup></b>	<b>99% Confidence Interval</b>	
	<b>Lower Bound</b>	<b>.011</b>
	<b>Upper Bound</b>	<b>.017</b>

**a. Test distribution is Normal.**

**b. Calculated from data.**

**c. Lilliefors Significance Correction.**

**d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.**

**Lampiran 11. Hasil Uji Linearitas**

**ANOVA Table**

		<b>Sum of Squares</b>	<b>df</b>	<b>Mean Square</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>
<b>FOMO</b>	<b>Between</b>	<b>21198.179</b>	<b>38</b>	<b>557.847</b>	<b>5.744</b>	<b>.000</b>
<b>*</b>	<b>Groups</b>	<b>15056.825</b>	<b>1</b>	<b>15056.825</b>	<b>155.049</b>	<b>.000</b>
<b>REGU</b>	<b>Linearity</b>	<b>6141.354</b>	<b>37</b>	<b>165.983</b>	<b>1.709</b>	<b>.014</b>
<b>LASI</b>	<b>Deviation from Linearity</b>					
	<b>Within Groups</b>	<b>13206.999</b>	<b>136</b>	<b>97.110</b>		
	<b>Total</b>	<b>34405.177</b>	<b>174</b>			

**Lampiran 12. Distribusi Frekuensi *Fear of Missing Out* dan Regulasi Diri**

		Statistics	
		FOMO	REGULASI
N	Valid	175	175
	Missing	0	0
Mean		44.79	50.18
Std. Deviation		14.062	20.160
Range		54	55
Minimum		16	30
Maximum		70	85
Sum		7838	8781

**Lampiran 13. Hasil Uji Korelasi Spearman's rho**

*Correlations*

			<i>FOMO</i>	<i>REGULASI</i>
<i>Spearman's rho</i>	<i>FOMO</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	-.653**
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.000
		<i>N</i>	175	175
	<i>REGULASI</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	-.653**	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	.
		<i>N</i>	175	175

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