

LAMPIRAN

1. Skala Variabel Regulasi Emosi Sebelum Uji Validitas dan Uji

Reliabilitas

Angket Regulasi Emosi

Petunjuk pengisian :

1. Isilah identitas diri Anda secara lengkap.
2. Baca dan pahami setiap pernyataan, kemudian pilihlah salah satu jawaban SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai). Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, dengan cara mencentang (√) kotak yang sudah disediakan.
3. Isilah semua pernyataan, dan jangan ada yang terlewat.

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya mengetahui apa yang saya rasakan.				
2.	Saya tidak berlarut-larut dalam perasaan sedih saya.				
3.	Saya mencoba untuk berpikir positif.				
4.	Agar menjalin hubungan yang baik, saya akan menghindari respons negatif yang berlebihan.				
5.	Saya tidak bisa membedakan perasaan saya.				
6.	Saya menyimpan rasa marah dalam waktu berkepanjangan.				
7.	Saya akan bertindak berlebihan saat merasa marah.				
8.	Saya tidak peduli dengan keadaan pertemanan saya, selama saya merasa senang.				
9.	Saat guru menanyakan perasaan saya, saya tahu harus menjawab apa.				
10.	Saat kecewa, saya mencoba untuk tetap tenang dan menerimanya.				
11.	Saya akan memikirkan kemungkinan positif dahulu, saat dihadapkan pada sebuah masalah.				
12.	Saat saya mampu berpikir dengan tenang, saya akan menunjukkan respons yang lebih baik pula.				
13.	Saya bingung saat harus menyatakan yang saya rasakan.				
14.	Saya akan mengungkapkan rasa marah saya				

	dengan membentak teman-teman.				
15.	Saya akan mengutamakan rasa benci saya dan menunjukkannya.				
16.	Saya sering memikirkan kemungkinan terburuk dari sikap negatif saya.				

2. Tabulasi Skor Jawaban *Tryout* Skala Regulasi Emosi (X)

No Responden	Regulasi Emosi																JML
	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	
1	3	2	4	4	2	2	2	4	2	4	3	4	2	3	4	1	46
2	3	3	3	4	2	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	46
3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	2	4	4	3	51
4	3	3	4	3	2	2	3	4	2	3	4	4	2	4	4	1	48
5	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	1	3	3	1	43
6	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	1	51
7	2	3	4	3	1	3	1	3	1	2	3	3	1	3	2	2	37
8	4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	1	1	1	1	40
9	4	2	4	3	2	2	3	1	1	4	4	4	1	4	4	1	44
10	2	3	3	3	2	2	1	4	3	2	2	3	2	4	4	1	41
11	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	47
12	3	1	4	4	2	4	4	3	4	4	3	2	2	4	4	2	50
13	4	2	3	4	2	1	1	3	2	2	2	4	1	4	3	1	39
14	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	4	3	2	2	1	38
15	4	3	4	4	2	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	51
16	3	3	3	3	1	1	1	2	3	3	3	4	2	3	3	2	40
17	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	46
18	4	3	3	4	4	2	2	3	4	3	2	4	3	3	3	2	49
19	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	50
20	3	3	4	4	1	3	4	3	3	4	3	4	2	4	4	3	52

21	4	3	4	4	4	2	2	4	4	4	3	4	3	4	4	1	54
22	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	55
23	2	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	3	1	3	3	2	40
24	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	48
25	3	4	4	4	3	3	1	2	3	4	3	4	2	3	4	3	50
26	3	4	4	4	2	3	4	3	2	4	3	4	2	3	4	2	51
27	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	1	45
28	4	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	48
29	3	2	3	3	2	2	3	4	2	2	3	4	2	4	4	2	45
30	4	2	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	2	4	4	1	50
31	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	46
32	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	1	4	4	2	46
33	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	46
34	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	4	4	2	46
35	4	2	3	3	3	3	1	3	3	2	4	4	2	3	3	2	45
36	3	2	3	3	3	4	2	2	2	4	2	3	1	4	4	1	43
37	4	1	2	3	1	1	1	3	3	1	2	4	1	4	4	2	37
38	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	44
39	4	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	4	2	1	2	32
40	3	3	4	3	1	3	4	4	2	2	3	4	3	4	3	4	50

3. Uji Validitas Skala Regulasi Emosi

Item	r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
Item 1	0,460	0,312	Valid
Item 2	0,364	0,312	Valid
Item 3	0,544	0,312	Valid
Item 4	0,422	0,312	Valid
Item 5	0,504	0,312	Valid
Item 6	0,623	0,312	Valid
Item 7	0,646	0,312	Valid
Item 8	0,367	0,312	Valid
Item 9	0,392	0,312	Valid
Item 10	0,590	0,312	Valid
Item 11	0,417	0,312	Valid
Item 12	0,338	0,312	Valid
Item 13	0,429	0,312	Valid
Item 14	0,401	0,312	Valid
Item 15	0,610	0,312	Valid
Item 16	0,326	0,312	Valid

4. Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.763	16

5. Skala Penelitian

Petunjuk pengisian :

1. Isilah identitas diri Anda secara lengkap.
2. Baca dan pahamiilah setiap pernyataan, kemudian pilihlah salah satu jawaban SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai). Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, dengan cara mencentang (√) kotak yang sudah disediakan.
3. Isilah semua pernyataan, dan jangan ada yang terlewat.

Kuesioner 1

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya mengetahui apa yang saya rasakan.				
2.	Saya tidak berlarut-larut dalam perasaan sedih saya.				
3.	Saya mencoba untuk berpikir positif.				
4.	Agar menjalin hubungan yang baik, saya akan menghindari respons negatif yang berlebihan.				
5.	Saya tidak bisa membedakan perasaan saya.				
6.	Saya menyimpan rasa marah dalam waktu berkepanjangan.				
7.	Saya akan bertindak berlebihan saat merasa marah.				
8.	Saya tidak peduli dengan keadaan pertemanan saya, selama saya merasa senang.				

9.	Saat guru menanyakan perasaan saya, saya tahu harus menjawab apa.				
10.	Saat kecewa, saya mencoba untuk tetap tenang dan menerimanya.				
11.	Saya akan memikirkan kemungkinan positif dahulu, saat dihadapkan pada sebuah masalah.				
12.	Saat saya mampu berpikir dengan tenang, saya akan menunjukkan respons yang lebih baik pula.				
13.	Saya bingung saat harus menyatakan yang saya rasakan.				
14.	Saya akan mengungkapkan rasa marah saya dengan membentak teman-teman.				
15.	Saya akan mengutamakan rasa benci saya dan menunjukkannya.				
16.	Saya sering memikirkan kemungkinan terburuk dari sikap negatif saya.				

Kuesinoer 2

No.	Item	SS	S	TS	STS
1.	Saya dapat mengontrol amarah, meskipun sedang menghadapi masalah yang berat.				
2.	Sulit bagi saya untuk memahami perasaan saya ketika merasa marah.				
3.	Walaupun saya mempunyai banyak masalah, saya akan berusaha bersikap tenang.				
4.	Saya sering melampiaskan kemarahan pada orang lain.				
5.	Ketika saya merasa kecewa, saya mudah untuk bangkit dari kekecewaan tersebut.				
6.	Saya sering menceritakan masalah saya pada orang lain, agar mendapatkan solusinya.				

7.	Saya mudah tersinggung dan sakit hati, apabila ada yang mengejek saya.				
8.	Saya lebih memilih bersikap sabar, ketika merasa sakit hati atas perlakuan orang lain.				
9.	Saya tidak peduli, ketika berbuat salah pada orang lain.				
10.	Melampiasikan kemarahan pada orang lain, akan membuat saya lebih tenang.				
11.	Saya tidak pernah melampiaskan kemarahan saya pada orang lain.				
12.	Ketika mendapat pekerjaan atau tugas, saya akan langsung mengerjakannya.				
13.	Sulit bagi saya untuk menyesuaikan diri ditempat baru.				
14.	Saya lebih suka bermain dengan teman-teman, untuk melupakan kesedihan.				
15.	Saya adalah orang yang mudah memaafkan kesalahan orang lain.				
16.	Terkadang sulit bagi saya untuk memaafkan kesalahan orang lain.				
17.	Saya giat belajar untuk mempersiapkan masa depan saya.				
18.	Saya akan belajar, apabila hanya akan ujian saja.				
19.	Saya sering merasa ragu bila harus melakukan sesuatu yang belum pernah saya lakukan sebelumnya				
20.	Saya sangat antusias ketika melakukan hal yang baru.				

21.	Saya selalu pesimis bahwa apa yang saya lakukan akan berhasil.				
22.	Saya selalu percaya diri, ketika tampil didepan banyak orang.				
23.	Ketika tampil didepan banyak orang, saya sering merasa gugup.				
24.	Saya merasa sulit untuk menjadi pendengar yang baik, ketika ada teman yang ingin menceritakan masalahnya.				
25.	Saya dapat memberikan solusi/nasehat, ketika di minta untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi teman.				
26.	Ketika ada teman yang menceritakan masalahnya, saya bisa menjadi pendengar yang baik.				
27.	Ketika sedang diskusi, saya berani mengeluarkan pendapat yang menurut saya benar.				
28.	Ketika sedang diskusi, saya merasa malu mengeluarkan pendapat yang menurut saya benar.				
29.	Saya merasa ragu saat membuat suatu keputusan.				

6. Tabulasi Skor Skala Regulasi Emosi (X)

No Resp	Regulasi Emosi																JML
	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	47
2	4	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	1	4	4	4	54
3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	1	43
4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	1	4	3	1	42
5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	2	3	2	46
6	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	43
7	3	3	2	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	43
8	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	42
9	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	1	42
10	3	2	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	1	48
11	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	56
12	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	4	2	4	4	4	54
13	4	3	3	4	3	2	2	1	3	3	3	3	1	3	3	3	44
14	2	2	3	3	1	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	1	41
15	4	4	3	4	2	3	2	2	3	4	4	3	2	4	4	2	50
16	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	2	56
17	4	3	4	4	3	2	3	1	4	4	3	3	2	2	2	2	46
18	4	4	4	4	3	3	2	2	4	3	4	4	2	3	3	2	51
19	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	2	4	4	1	54
20	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	1	1	52

21	4	3	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	2	51
22	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	2	4	1	53
23	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	48
24	4	2	4	4	1	1	1	4	2	2	2	4	1	4	3	1	40
25	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	45
26	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	45
27	4	2	3	2	1	3	1	1	4	2	3	4	1	3	3	2	39
28	4	1	3	4	3	1	1	4	2	4	4	4	1	4	4	1	45
29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	61
30	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	46
31	3	3	4	3	1	3	1	4	2	3	3	4	2	4	4	1	45
32	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	2	3	3	2	52
33	3	3	4	4	1	3	3	2	3	3	4	4	3	2	2	2	46
34	4	3	4	4	3	3	2	1	4	4	4	4	3	3	4	2	52
35	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	4	1	3	3	1	36
36	3	4	2	4	2	3	3	3	2	4	4	4	2	4	4	2	50
37	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2	45
38	3	2	3	4	3	2	2	1	2	3	2	3	3	2	2	2	39
39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	47
40	3	2	3	4	2	3	2	1	3	4	3	4	1	3	3	1	42
41	4	3	4	3	2	1	1	1	2	2	2	4	1	1	3	1	35
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	47
43	2	4	3	4	1	1	1	3	2	3	3	4	1	2	3	1	38
44	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	40

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

69	4	2	2	3	4	1	2	3	2	4	3	3	1	3	4	1	42
70	3	4	3	3	1	1	1	3	2	4	3	3	1	1	1	2	36
71	4	3	4	4	1	2	3	3	4	4	4	4	1	4	4	2	51
72	4	3	3	3	1	3	1	3	2	3	2	4	1	3	3	1	40
73	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	47
74	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	4	4	1	4	4	1	50
75	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	2	3	3	2	48
76	4	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	4	1	49
77	3	3	3	4	1	3	1	3	2	2	3	4	1	2	3	1	39
78	3	4	4	4	3	3	1	3	2	3	3	4	2	3	4	2	48
79	3	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	4	2	4	3	3	46
80	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	4	2	41
81	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	4	3	4	3	2	51
82	4	2	3	2	1	2	1	2	2	3	3	3	1	3	2	2	36
83	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	41
84	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	47
85	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	50
86	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	46
87	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	47
88	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	46
89	4	2	2	3	2	1	2	3	4	3	2	4	4	2	2	1	41
90	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	4	2	3	3	1	50
91	4	4	4	4	2	3	4	2	3	4	4	4	2	4	4	1	53
92	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	4	1	47

93	2	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	4	2	4	4	1	48
94	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	55
95	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	3	3	1	1	1	1	32
96	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	4	3	2	43
97	2	4	3	4	1	2	2	3	2	3	3	4	1	2	4	1	41
98	3	3	2	3	1	3	2	4	1	4	2	3	1	3	4	1	40
99	3	4	1	4	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	1	42
100	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	1	3	3	2	47
101	3	2	2	2	1	1	2	4	3	3	2	3	2	4	3	2	39
102	4	3	3	4	2	1	3	2	2	4	3	3	1	3	4	2	44
103	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	4	2	45
104	2	2	1	3	2	3	1	4	1	4	1	3	2	3	4	3	39
105	2	3	1	3	1	1	2	1	2	2	3	2	1	2	1	2	29
106	4	2	4	4	2	3	3	4	2	4	4	4	2	4	4	2	52
107	4	2	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	1	4	3	2	47
108	4	3	2	4	2	1	2	3	1	3	3	4	1	3	3	1	40
109	3	3	4	3	3	2	3	1	3	4	3	3	2	4	3	2	46
110	4	3	3	3	3	1	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	46
111	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	47
112	4	2	3	4	4	1	1	4	4	2	3	3	3	4	4	2	48
113	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	45
114	2	2	3	3	1	1	1	3	2	2	2	4	1	2	3	2	34
115	4	4	4	3	2	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	1	51
116	4	2	3	3	4	2	2	4	3	3	3	4	2	3	2	1	45

117	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	1	43
118	3	4	4	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	1	44
119	2	3	4	3	3	3	4	4	2	3	3	4	2	4	3	2	49
120	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	41
121	3	3	4	3	2	1	3	3	3	4	4	4	2	4	4	2	49
122	2	2	3	3	2	2	4	3	1	4	3	3	2	4	4	1	43
123	4	3	4	4	2	3	4	4	2	3	4	4	1	4	4	1	51
124	2	3	2	4	2	1	3	3	3	2	2	4	1	3	3	2	40
125	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	1	49
126	4	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	3	2	4	4	3	51
127	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	1	3	3	1	45
128	3	3	4	3	2	2	3	3	3	4	3	4	2	1	2	1	43
129	4	4	3	4	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	1	43
130	3	4	3	3	3	3	3	2	2	1	3	4	3	4	2	2	45
131	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	4	4	1	56
132	3	1	2	2	2	1	2	4	2	3	1	4	1	3	3	1	35
133	3	3	4	4	3	2	2	1	3	4	3	4	1	4	3	2	46
134	4	3	3	3	3	2	1	3	2	4	2	3	2	2	3	3	43
135	4	3	4	4	3	1	2	4	2	3	3	4	3	4	4	2	50
136	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	3	3	4	4	1	49
137	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	3	4	4	56
138	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	2	3	2	2	45
139	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	45
140	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	42

141	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	2	47
142	2	2	3	4	2	1	2	3	2	4	2	3	1	4	3	1	39
143	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	2	4	2	3	2	1	42
144	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	58
145	3	2	3	4	1	3	3	4	2	3	3	4	1	4	3	3	46
146	3	3	4	3	2	3	4	4	2	3	3	4	2	4	4	2	50
147	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	51
148	3	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	1	52
149	3	3	4	2	3	2	1	4	2	2	3	2	1	3	2	1	38
150	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	1	46
151	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	4	2	46
152	4	1	3	4	1	1	1	4	1	1	2	4	1	1	3	2	34
153	2	4	4	4	1	4	1	2	3	4	2	4	1	4	4	1	45
154	1	1	4	4	1	1	1	1	1	3	1	4	1	3	2	1	30
155	4	2	3	3	2	1	2	1	3	2	3	3	1	3	3	1	37
156	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	44
157	4	2	4	4	4	3	1	3	4	4	4	4	3	4	4	1	53
158	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	4	2	4	3	1	49
159	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	47
160	2	1	2	2	2	2	1	3	2	2	3	4	2	3	3	2	36
161	4	2	3	3	3	3	2	4	4	2	2	4	1	4	4	2	47
162	3	3	4	3	3	3	1	4	3	4	2	4	1	4	4	1	47
163	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	42
164	3	4	3	3	3	1	2	1	3	4	4	3	3	3	2	3	45

165	3	3	3	3	2	1	1	2	2	3	3	3	1	4	4	1	39
166	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	1	2	3	1	46
167	3	3	4	3	2	1	1	2	2	3	3	4	1	3	3	2	40
168	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	47
169	2	2	3	3	1	1	1	3	2	3	3	1	1	4	4	1	35
170	1	1	1	1	4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	40
171	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	1	32
172	3	2	2	2	2	2	3	4	1	2	1	3	1	3	3	1	35
173	3	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	33
174	4	3	3	4	1	2	3	1	3	4	3	4	1	3	3	2	44
175	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	1	4	4	3	52
176	2	1	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	39
177	3	2	3	4	3	2	1	2	2	3	3	4	3	1	4	1	41
178	4	1	3	4	3	1	4	3	3	4	3	3	1	4	4	2	47
179	3	2	3	3	2	1	1	3	2	2	3	3	1	3	3	2	37
180	3	2	4	4	1	1	1	1	4	3	2	4	2	3	4	1	40
181	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	4	4	2	42
182	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	47
183	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	46
184	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4	55
185	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	43
186	3	3	4	3	3	1	2	1	1	3	4	4	1	3	3	2	41
187	4	3	4	4	4	2	2	2	2	3	4	4	4	4	3	2	51
188	4	4	4	4	1	3	3	1	2	4	4	4	1	3	3	1	46

189	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	2	2	48
190	4	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	2	3	3	1	51
191	2	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	4	4	2	44
192	4	3	4	3	4	1	2	4	1	3	3	3	2	3	3	4	47
193	4	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	1	47
194	3	4	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	2	4	4	1	48
195	4	3	3	4	3	1	2	4	3	2	2	4	1	3	3	2	44
196	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	42
197	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	1	3	3	2	40
198	4	2	3	4	4	4	4	2	1	4	2	3	1	4	4	2	48
199	3	2	4	4	3	2	3	4	2	4	4	4	1	4	4	1	49
200	3	2	2	4	3	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	39
201	3	4	2	2	2	2	1	4	1	3	2	1	2	4	2	4	39
202	4	3	3	3	4	2	2	1	3	4	3	3	3	3	3	2	46
203	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	2	48
204	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	4	1	3	3	1	41
205	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	2	3	1	4	3	1	47
206	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	4	2	4	4	2	47
207	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	45
208	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	46
209	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	1	3	3	2	40
210	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	44
211	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1	4	4	50
212	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	2	45

7. Tabulasi Skor Skala *Self Awareness* (Y)

No Resp	<i>Self Awareness</i>																			
	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20
1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
2	4	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	2	4
3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	4	2	2	4
4	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	2	2	1	3	3	2	3	2	2	3
5	3	1	3	3	2	4	2	3	3	3	2	2	1	3	4	4	3	1	2	4
6	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
7	2	2	3	3	2	4	1	1	4	3	2	2	3	2	2	1	3	1	2	4
8	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2
9	2	1	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3
10	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4
11	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3
12	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
13	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2
14	3	2	3	2	2	4	1	3	3	3	2	3	1	4	2	2	3	3	2	3
15	4	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	4	2	3	4	3	4	4	2	3
16	4	3	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	2	4
17	2	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	1	4	4	2	2	1	1	4
18	3	2	3	3	3	3	1	4	4	1	4	4	4	2	3	1	4	4	4	4
19	4	3	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	2	4
20	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4

21	4	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	1	4	2	2	4	1	1	3
22	4	2	4	4	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	2	1	4
23	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3
24	2	1	4	4	4	4	1	3	3	3	2	2	1	4	1	1	4	4	1	1
25	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
26	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	4	1	2	3
27	2	2	2	3	3	4	1	1	3	2	2	2	1	4	3	3	3	3	1	3
28	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	3	1	4	4	3	4	3	1	4
29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
30	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
31	2	1	3	4	2	2	4	3	4	4	4	4	3	2	3	2	4	4	2	3
32	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2	2	4
33	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	2	3
34	4	2	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	1	4	4	3	3	2	3	4
35	2	1	2	3	1	3	1	3	3	4	2	2	1	4	3	3	2	3	1	4
36	2	2	3	4	3	1	1	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	1	4
37	2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	2	4
38	2	2	3	2	2	3	2	4	4	2	2	2	1	4	3	1	3	2	2	4
39	3	2	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
40	2	1	4	4	3	1	2	3	4	3	3	3	1	4	2	2	3	3	3	4
41	1	1	3	1	4	4	1	2	3	1	2	2	2	4	4	1	4	3	1	4
42	3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
43	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	1	3	2	2	3	2	1	3
44	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2

45	3	1	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	3	3	4	2	3	2	3	4
46	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	1	2	3
47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	3
48	2	3	2	2	2	3	1	1	3	3	2	1	1	3	1	1	2	1	1	2
49	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3
50	2	1	2	4	1	2	1	4	4	4	4	3	1	4	4	2	4	3	1	1
51	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3
52	4	2	4	2	2	3	1	1	3	3	2	2	2	3	2	2	4	1	3	4
53	3	1	4	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	4	2	1	3	2	2	4
54	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
55	2	1	3	2	2	4	3	4	3	3	1	2	2	4	4	2	3	2	1	3
56	1	1	4	1	1	1	1	4	4	2	2	1	1	4	4	4	3	2	1	2
57	4	2	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	1	2
58	1	1	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	1	3	4	2	3	2	1	3
59	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
60	2	1	4	2	2	2	2	3	4	4	2	3	4	4	3	2	4	3	2	3
61	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	1	3	3	3	2	2	2	3
62	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3
63	4	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	1	4	4	2	3	3	2	3
64	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3
65	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	2	3	1	4	2	1	4	2	1	3
66	3	2	2	2	3	3	1	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3
67	3	1	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	2	4	3	2	3	2	2	3
68	3	1	3	4	3	1	1	4	4	4	2	3	1	2	4	4	4	1	1	3

69	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	1	2	1	2	1	4	3	2	1	3
70	2	1	3	1	2	3	1	3	3	1	1	2	1	4	2	1	3	2	2	2
71	3	1	4	2	2	3	2	4	4	2	2	2	1	4	4	2	4	3	1	4
72	2	3	4	2	3	1	1	4	3	2	2	2	3	4	3	3	4	3	1	4
73	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2
74	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	2	2	4	4	4	3	3	1	3
75	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3
76	3	2	3	1	3	1	2	3	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	3	2
77	2	1	3	1	2	3	1	2	3	2	2	3	2	4	3	1	3	3	1	3
78	3	1	4	2	1	1	1	3	4	2	2	2	1	4	2	2	3	2	2	4
79	2	2	4	3	2	1	3	2	4	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3
80	1	2	3	3	2	1	2	3	4	3	2	2	2	3	3	2	2	1	1	2
81	4	3	4	2	1	3	4	2	3	2	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4
82	2	1	2	2	2	2	1	3	3	3	1	4	1	3	2	2	3	2	2	3
83	3	2	3	3	3	2	1	4	3	3	3	2	1	2	4	3	3	2	1	3
84	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
85	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3
86	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2
87	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3
88	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2
89	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3
90	3	2	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3
91	4	2	4	4	3	3	2	4	4	4	4	3	1	4	4	1	4	4	2	4
92	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3

93	3	1	3	4	3	1	3	4	3	3	2	2	2	4	3	4	3	2	1	4
94	3	2	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3
95	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2	1	2
96	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3
97	2	1	3	3	2	1	2	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	1	3
98	4	1	4	4	3	2	2	4	4	4	3	3	1	3	4	3	3	3	1	3
99	2	2	3	4	1	1	3	3	4	4	3	2	3	4	2	2	3	2	3	4
100	2	2	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	1	3
101	3	1	3	3	2	1	1	3	3	4	3	2	2	4	3	3	3	2	1	3
102	2	1	3	2	2	4	1	4	2	2	1	2	1	4	3	2	3	2	1	3
103	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	4	3	3	3	3	1	2
104	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	2	2	2	4	3	2	3	2	3	3
105	2	2	2	2	3	2	2	1	3	4	2	3	4	4	2	1	2	1	2	4
106	3	2	3	4	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	1	4
107	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3
108	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	3
109	4	1	4	4	2	1	3	4	4	4	3	3	1	3	2	4	3	1	1	3
110	3	3	3	3	3	1	3	4	3	4	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3
111	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3
112	3	1	3	4	2	1	1	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4
113	3	1	4	3	2	2	3	3	4	3	2	2	1	4	3	3	2	2	1	3
114	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	1	4	2	1	3	3	2	3
115	3	2	4	4	3	3	2	3	3	4	3	2	2	4	3	2	4	3	2	3
116	2	4	3	3	2	3	1	3	4	4	2	3	1	4	3	2	3	2	1	4

117	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3
118	3	2	3	4	3	1	1	3	4	4	4	3	1	3	3	3	3	2	1	3
119	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3
120	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	4	2	2	3	2	2	2
121	4	2	4	4	3	2	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	2	4
122	4	3	3	4	3	2	3	4	2	3	4	2	1	3	4	3	2	2	1	3
123	2	1	3	2	2	2	1	3	4	3	1	2	1	4	4	4	2	1	1	4
124	2	2	3	4	3	1	3	3	3	4	4	2	1	4	1	2	2	1	1	3
125	3	2	3	4	3	2	2	4	4	4	3	3	2	3	2	2	3	2	1	2
126	3	3	3	4	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3
127	2	1	3	3	3	2	2	2	4	4	3	2	2	4	2	2	2	2	3	3
128	2	1	3	1	3	4	3	4	4	3	1	2	3	3	3	1	3	2	2	3
129	3	1	3	4	2	1	3	3	3	3	3	2	1	4	1	1	3	2	1	2
130	3	2	2	3	2	3	1	3	3	4	3	2	1	4	2	1	2	2	2	4
131	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	2	2
132	1	1	3	3	1	2	1	3	3	4	2	1	1	4	3	3	2	3	1	3
133	3	1	4	2	2	3	1	4	2	1	2	2	1	4	2	1	3	3	1	4
134	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3
135	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3
136	4	3	4	3	3	2	2	4	3	4	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3
137	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	2	3
138	3	1	3	2	2	4	2	3	4	3	2	2	3	3	1	2	3	3	1	3
139	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	4	2	2	3	4	1	3
140	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2

141	4	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	2	1	3	4	3	2	1	1	2
142	2	2	3	3	1	3	2	4	4	4	2	2	3	4	2	2	2	2	1	2
143	3	2	3	3	2	2	2	4	4	4	4	2	2	3	4	3	3	2	1	2
144	4	2	4	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	2	4
145	3	1	3	4	2	4	1	4	4	4	1	1	2	3	4	1	2	2	1	3
146	4	2	3	3	2	3	2	3	4	4	2	3	1	2	3	2	3	2	1	3
147	3	2	4	4	2	4	3	3	4	4	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3
148	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	1	2
149	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	2	4	2	4	2	1	3	3	2	3
150	3	3	3	4	2	2	3	4	4	4	3	2	1	4	3	3	3	3	2	3
151	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3
152	2	1	1	3	1	3	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	2	3	1	4
153	3	2	4	3	3	3	2	3	4	2	2	3	1	3	3	2	3	2	1	4
154	1	1	3	2	1	3	4	3	4	4	1	1	1	3	4	4	3	2	3	4
155	2	2	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	1	3	3	2	4	2	1	4
156	2	2	2	3	2	1	3	2	4	3	2	3	3	2	2	2	3	2	1	2
157	3	3	4	3	3	2	1	4	4	3	4	4	2	4	4	1	4	2	1	4
158	3	1	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	2	4	3	2	4	3	3	4
159	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3
160	1	2	3	3	1	3	1	2	4	3	3	2	1	4	3	2	2	2	1	3
161	3	1	4	3	2	1	3	3	4	4	2	4	2	4	4	4	3	2	1	3
162	3	2	3	2	2	1	1	4	4	3	2	3	1	4	3	3	3	3	1	3
163	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	2	2
164	3	3	3	2	4	1	3	2	1	3	2	2	4	2	1	2	4	3	2	3

165	4	1	3	2	2	2	2	3	4	3	2	3	1	4	2	1	3	3	1	3
166	3	2	3	4	2	2	3	3	4	4	3	2	3	4	3	2	4	3	2	3
167	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	3	3	1	1	2	2	3	3	2	2
168	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	2	4
169	3	1	4	2	2	4	1	4	4	3	3	3	1	4	4	3	2	1	1	4
170	1	4	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1
171	3	1	4	4	2	3	1	4	4	3	2	4	1	4	3	2	3	3	1	2
172	3	2	4	4	2	3	1	3	4	4	4	2	1	4	4	4	3	2	1	2
173	3	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	1	4	2	2	3	2	2	2
174	4	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	1	3	3	1	3	3	1	3
175	3	2	4	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3
176	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	3
177	3	3	4	4	1	4	2	3	4	3	2	3	1	4	3	2	3	4	2	3
178	3	2	4	4	3	1	1	4	4	4	4	3	4	4	3	1	4	2	2	4
179	2	1	3	2	2	3	2	2	4	3	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3
180	2	1	4	3	3	4	1	3	4	4	1	2	1	4	4	1	4	1	1	4
181	2	2	3	4	2	3	3	4	4	4	2	3	2	4	4	2	3	2	1	3
182	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3
183	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	4	3	3	2	2	2	3
184	4	2	4	4	1	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	1	4
185	3	4	3	4	1	1	2	3	4	3	1	3	4	1	1	4	1	4	4	1
186	4	1	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	1	3	4	2	3	3	1	3
187	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3
188	1	4	4	3	3	4	1	4	4	4	4	3	1	4	3	2	4	3	1	4

189	4	4	4	3	2	3	1	4	3	4	2	2	4	4	2	2	3	2	1	3
190	3	3	4	3	4	4	2	3	4	3	2	3	2	4	3	2	3	1	1	3
191	2	2	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	2	4	4	4	3	2	2	3
192	1	4	3	4	3	3	4	3	3	3	1	4	1	4	1	2	3	4	2	1
193	3	2	3	3	2	1	2	3	4	3	2	4	1	4	2	2	4	2	1	3
194	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	1	4
195	2	2	3	4	3	3	1	3	4	4	4	2	1	4	2	1	3	1	1	3
196	2	2	3	3	2	1	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3
197	1	1	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	1	3
198	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	1	4	1	4
199	3	2	3	4	2	1	1	4	4	4	3	2	2	3	4	3	3	1	2	4
200	2	1	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3
201	3	1	3	3	2	1	1	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	3
202	3	2	4	3	3	2	2	3	4	3	3	4	2	4	3	2	4	3	2	4
203	4	3	3	4	3	2	2	3	3	4	3	4	3	2	3	1	3	3	2	3
204	3	2	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3
205	3	3	4	4	3	2	3	3	2	4	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4
206	3	2	4	2	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1	4
207	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	1	3
208	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3
209	2	2	3	4	1	3	2	4	4	4	2	1	2	4	3	2	2	1	1	3
210	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3
211	2	2	4	2	3	2	1	4	4	4	3	3	1	4	4	2	3	2	1	2
212	3	2	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3

213	3	3	3	4	2	2	3	4	4	4	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3
214	3	2	3	4	2	2	2	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3
215	3	1	4	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2
216	3	1	4	4	2	1	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	3	1	4
217	2	1	4	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	3	1	1	3	3	3	4
218	2	2	3	3	2	3	2	2	4	4	2	3	3	3	2	2	4	3	1	2
219	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3
220	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	4	3	1	3
221	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	1	3	2	3	3	2	3	3	1	3
222	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3
223	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	4	3	2	4	2	2	3	2	2	3
224	3	2	2	4	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
225	2	1	3	1	2	4	1	3	4	3	3	4	1	4	3	2	4	3	1	4
226	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3
227	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3
228	4	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3
229	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	2	2	4
230	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	3	4
231	3	3	4	4	4	2	3	2	4	4	2	3	3	4	2	1	4	3	2	3
232	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3
233	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3

Lanjutan, <i>Self Awareness</i>									JML
Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26	Y27	Y28	Y29	
2	2	2	3	3	3	3	3	3	82
2	4	2	2	4	4	4	4	3	92
2	3	2	3	3	3	3	3	3	81
3	3	2	4	3	4	2	2	2	76
3	2	2	4	4	4	4	3	3	82
3	3	3	3	3	3	3	3	3	85
4	2	1	1	3	4	2	2	3	69
3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
3	3	2	2	3	3	2	2	2	75
3	3	3	3	3	2	2	2	2	80
3	4	2	3	3	4	4	3	3	92
3	3	3	3	3	3	3	3	3	87
2	2	2	3	3	4	4	3	3	79
2	2	2	1	3	3	4	3	2	73
2	4	3	4	4	3	4	3	3	96
1	4	2	4	4	4	4	3	4	99
1	1	1	3	2	4	2	1	2	69
1	4	3	4	4	4	3	2	2	88
3	4	3	3	3	4	3	3	3	99
1	2	1	4	4	4	4	1	1	91
4	2	2	3	4	4	4	2	2	87

1	4	3	2	3	4	4	2	1	82
2	2	2	3	3	4	4	4	4	90
1	2	1	1	1	4	4	4	4	72
2	2	2	2	3	3	3	2	2	78
1	3	2	2	3	3	3	2	1	78
1	2	1	3	4	4	4	4	4	75
1	2	2	3	3	4	4	4	1	86
4	4	4	4	4	4	4	4	4	116
2	2	2	3	3	3	3	2	2	79
3	1	1	3	4	4	4	3	3	86
3	3	1	3	4	4	4	4	4	100
3	3	3	3	3	3	3	3	3	88
2	2	2	3	3	3	3	3	3	88
3	2	1	1	3	3	3	2	1	67
3	1	1	2	2	3	2	2	2	76
3	2	2	2	3	2	3	3	2	76
2	1	1	4	4	4	2	2	2	72
2	2	2	3	3	3	4	3	2	82
3	2	1	2	3	3	3	2	1	75
3	2	1	4	4	4	4	1	1	72
3	3	2	3	3	3	3	3	2	86
1	2	2	4	3	3	3	3	1	71
3	1	1	3	3	3	3	3	2	69
3	3	3	3	3	4	3	3	4	82

1	1	1	3	3	4	2	1	1	64
3	2	2	3	3	3	3	3	3	83
3	1	1	2	3	4	3	3	2	59
2	2	2	3	3	3	2	2	2	78
1	4	3	3	4	4	2	1	1	75
3	2	2	3	3	3	3	3	2	82
4	3	3	3	4	4	4	3	3	81
2	2	1	3	3	4	2	2	2	76
3	2	2	3	3	3	3	2	2	78
3	2	2	1	3	4	3	3	2	74
1	1	1	1	2	3	2	2	2	59
1	2	1	3	4	4	4	3	3	83
1	2	1	3	3	3	3	3	1	69
2	1	2	2	2	3	3	2	2	65
2	2	1	3	2	3	3	2	1	75
3	4	1	3	2	3	1	2	2	74
3	2	2	3	2	3	2	2	2	76
2	2	1	3	4	3	2	1	2	81
3	2	2	3	3	3	3	3	2	76
2	2	1	3	4	4	4	3	2	80
2	4	1	3	2	3	2	2	2	71
3	2	1	3	3	3	3	2	2	74
2	1	1	3	3	4	3	3	2	75
2	1	2	4	3	4	3	4	2	83

2	1	1	2	3	2	3	1	2	57
2	2	1	3	4	4	3	1	2	76
3	3	1	4	4	4	4	4	4	85
3	2	2	3	3	3	3	3	3	82
1	2	1	4	3	4	2	1	1	82
2	3	2	2	3	3	3	3	3	79
1	1	2	2	4	1	1	1	1	71
1	2	1	1	3	3	3	1	1	61
2	1	1	4	4	4	2	2	1	67
3	2	2	3	3	3	3	2	2	73
2	1	1	2	2	2	2	1	2	59
1	3	2	3	3	1	4	4	4	87
2	1	2	2	2	3	2	2	2	62
3	2	2	2	2	3	2	2	2	71
2	2	2	3	3	3	3	3	2	79
2	3	3	3	3	3	3	3	3	83
3	2	2	3	2	4	2	2	2	78
2	2	2	2	3	3	3	3	2	75
3	2	2	3	3	3	3	3	3	81
2	2	2	3	3	3	4	4	3	72
2	2	1	3	3	4	4	3	2	86
3	3	2	4	3	4	4	4	3	95
3	2	2	3	3	3	3	3	2	83
3	2	2	3	3	3	3	3	2	79

2	2	1	3	3	3	3	3	2	84
1	2	1	2	2	2	3	1	1	57
2	2	2	3	3	3	3	2	2	76
4	2	2	3	3	4	3	2	1	70
3	2	1	3	3	3	3	2	2	81
3	3	3	4	4	4	4	3	2	85
2	2	1	3	3	4	2	2	2	70
3	1	1	3	3	4	3	3	2	73
2	1	1	2	3	4	3	1	1	63
2	2	2	3	3	3	3	3	2	77
1	1	1	3	3	3	3	3	3	72
2	4	3	3	4	4	4	4	3	79
2	3	3	2	3	3	3	3	1	89
3	2	2	3	2	3	2	2	2	73
2	2	2	3	3	3	3	3	1	68
2	2	2	4	3	4	3	2	1	78
2	2	2	2	2	3	3	3	2	76
3	2	1	3	3	3	3	3	3	75
1	2	1	4	3	4	4	4	4	88
3	1	1	4	4	4	3	3	2	76
2	2	1	3	3	4	3	3	1	63
1	2	2	3	3	4	4	3	3	84
1	1	1	3	3	3	3	2	2	73
3	3	3	3	3	4	4	4	3	74

2	2	1	2	3	4	2	1	1	72
3	2	2	3	3	3	3	2	1	80
2	1	2	4	3	3	3	3	2	75
2	3	2	4	3	4	3	3	2	92
2	1	1	3	3	3	3	3	2	77
3	2	1	3	4	4	4	4	1	73
1	2	1	1	2	3	2	2	1	64
2	2	1	3	3	4	2	2	2	75
2	3	3	3	2	3	3	2	1	84
1	3	2	3	4	3	3	3	3	76
2	2	1	4	4	4	4	4	2	78
1	1	1	4	4	4	3	4	1	69
1	1	1	4	3	3	2	2	3	69
4	2	2	4	4	4	4	4	2	98
1	1	1	2	3	3	3	3	1	63
1	2	1	1	2	4	3	2	1	63
3	3	3	4	4	4	3	3	2	83
3	2	2	4	3	4	3	3	3	83
3	3	2	4	4	4	4	3	3	87
4	2	2	4	3	3	4	4	4	99
2	2	2	4	4	4	4	4	3	79
3	2	1	3	2	3	2	2	1	72
2	2	2	3	3	3	3	3	2	71
2	2	1	3	3	3	3	3	1	79

2	2	2	4	3	3	3	3	1	73
2	2	1	4	4	4	3	2	2	79
4	4	2	4	4	4	4	4	4	105
1	2	1	4	3	4	2	2	1	70
2	1	1	3	3	4	3	3	3	75
2	3	2	4	3	4	3	3	3	85
1	2	1	4	4	4	4	4	2	92
3	2	1	2	3	3	4	4	2	75
3	2	1	3	4	4	2	2	1	81
3	2	2	4	3	3	3	3	2	84
1	1	1	3	3	3	1	1	2	55
3	2	2	3	3	3	3	3	2	77
3	1	1	4	3	4	2	2	1	73
3	2	1	3	3	3	3	3	3	80
2	3	3	3	3	2	3	3	3	71
4	2	1	4	4	4	4	4	3	90
2	2	1	3	3	4	3	3	2	86
3	3	2	3	3	3	3	3	2	83
3	2	1	1	4	4	2	2	2	67
1	1	1	3	3	3	3	3	1	76
1	2	1	3	3	3	3	3	2	72
3	2	2	3	3	3	3	3	2	70
3	4	3	4	4	4	4	4	2	82
1	1	1	4	4	4	3	4	2	73

3	1	1	3	3	4	3	3	2	82
2	1	1	4	2	3	3	2	2	68
3	2	1	2	3	4	4	1	2	84
2	1	1	3	3	4	2	1	1	72
4	1	4	4	1	1	1	4	4	71
1	1	1	3	3	3	3	3	1	73
3	1	1	3	3	3	2	1	2	76
3	1	1	2	3	3	3	2	2	65
2	1	1	3	3	4	3	2	2	77
2	2	1	4	3	3	3	3	2	83
2	2	2	2	2	3	3	3	2	65
1	2	1	3	4	4	4	3	1	81
1	2	2	4	3	4	3	3	1	84
3	2	2	4	3	4	3	3	2	74
1	3	1	4	4	4	4	2	1	76
2	1	1	3	2	4	3	1	2	76
2	2	2	3	3	3	3	3	2	77
2	2	2	3	3	3	2	2	2	73
2	3	1	3	4	4	3	1	2	90
4	2	4	3	1	1	1	3	4	75
3	2	2	3	3	4	4	4	2	80
2	1	1	4	4	4	4	3	3	88
2	2	1	2	3	4	4	1	1	81
1	2	2	3	3	4	3	3	3	81

3	4	1	3	4	4	4	3	2	85
2	2	1	3	3	4	2	2	2	81
2	1	1	3	3	3	3	4	2	76
2	2	1	3	3	3	3	3	2	73
3	2	1	3	3	4	3	3	1	91
2	2	1	3	3	4	3	2	1	72
3	3	3	2	2	2	3	3	2	70
1	2	1	3	3	3	3	3	1	67
3	1	1	4	4	4	4	3	2	92
2	1	2	3	3	4	4	3	2	79
2	1	1	3	3	3	3	3	2	67
2	1	1	3	2	3	2	2	2	61
2	3	2	3	4	3	3	3	4	87
3	3	2	3	3	4	4	4	3	87
2	2	1	3	3	3	3	3	2	71
2	2	1	3	2	4	2	2	3	77
2	3	3	3	2	3	3	2	2	75
2	2	2	3	3	4	3	3	1	80
3	2	2	2	3	3	3	3	3	77
2	2	1	2	2	3	2	1	2	67
2	2	2	2	2	2	2	3	3	73
1	1	1	3	3	3	2	1	1	69
3	2	2	3	3	3	3	3	2	79
3	2	2	3	3	4	4	4	3	87

2	2	2	3	3	3	3	3	2	78
2	1	2	3	3	3	3	3	2	71
2	2	2	4	4	4	3	3	2	88
3	1	1	4	3	4	2	2	1	68
2	1	1	3	3	4	4	3	2	75
2	2	1	3	2	3	3	3	3	75
2	3	3	2	3	3	3	3	2	77
1	2	1	2	3	2	3	2	1	68
2	2	2	3	3	3	2	2	2	79
2	3	2	4	4	4	3	3	3	84
3	2	2	3	3	4	3	3	2	82
2	2	1	1	2	4	4	3	1	73
3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
3	3	3	3	3	4	4	3	3	96
3	3	3	3	3	4	3	3	3	86
3	4	3	3	4	4	4	3	2	88
3	4	4	3	3	3	3	3	4	99
3	3	1	4	4	4	3	3	3	88
2	3	2	3	2	2	2	2	2	69
3	3	2	3	3	3	3	3	3	81

8. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

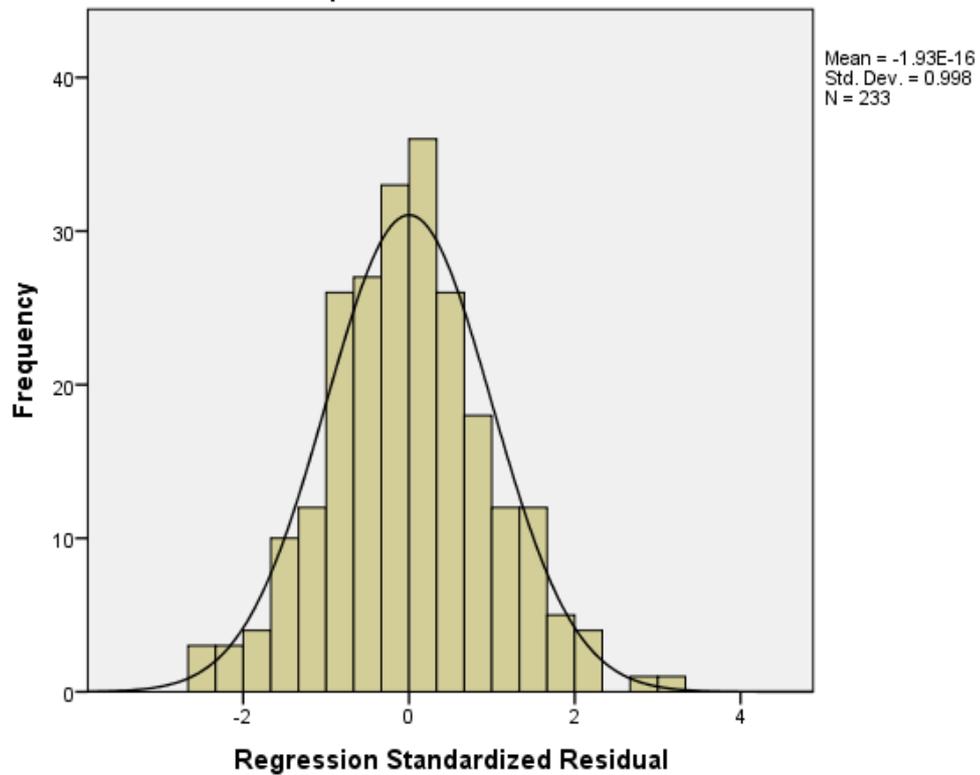
		Unstandardized Residual
N		233
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.27130934
	Absolute	.046
Most Extreme Differences	Positive	.046
	Negative	-.027
Kolmogorov-Smirnov Z		.706
Asymp. Sig. (2-tailed)		.701

a. Test distribution is Normal.

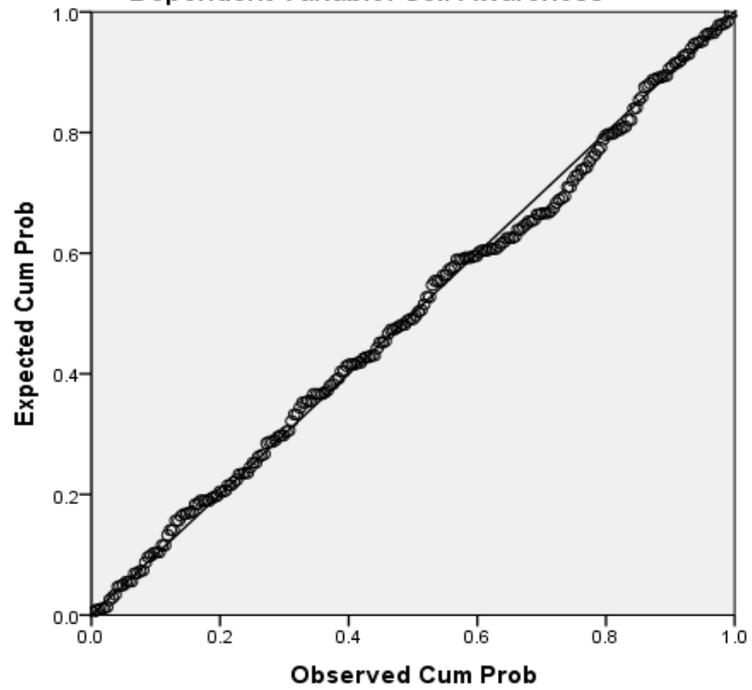
b. Calculated from data.

Histogram

Dependent Variable: Self Awareness

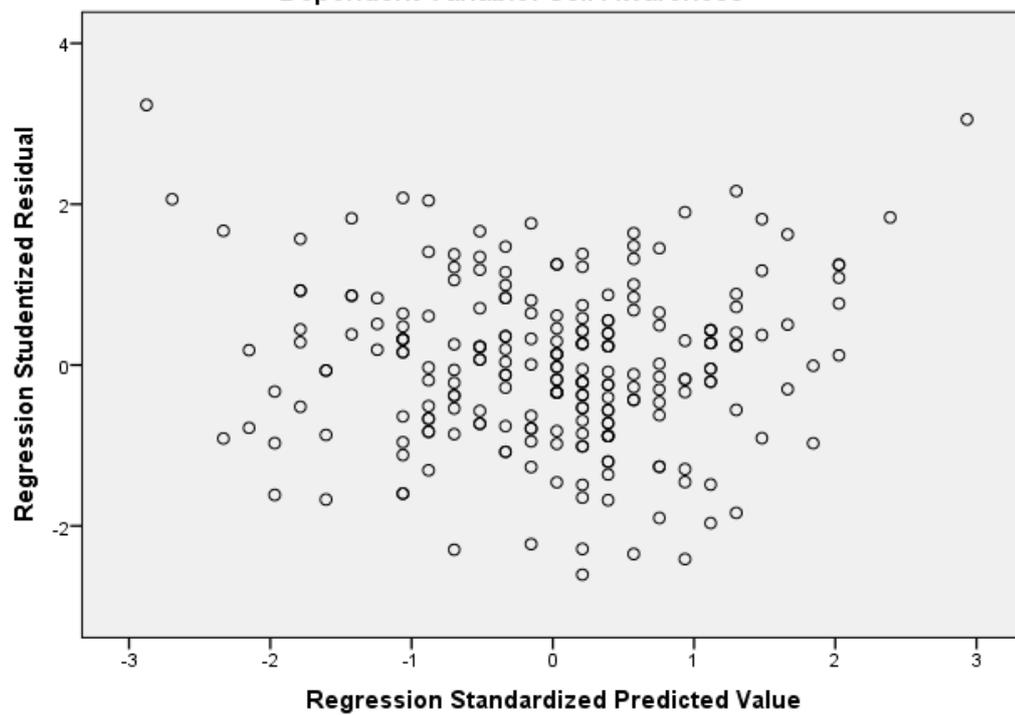


Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual
Dependent Variable: Self Awareness



Scatterplot

Dependent Variable: Self Awareness



9. Uji Linieritas

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Self Awareness * regulasi emosi	233	100.0%	0	0.0%	233	100.0%

Report

Self Awareness

regulasi emosi	Mean	N	Std. Deviation
29	79.00	1	.
30	73.00	1	.
32	65.00	2	11.314
33	62.00	2	4.243
34	59.00	3	4.000
35	70.00	6	4.427
36	63.25	4	4.787
37	74.75	4	3.775
38	73.00	3	2.000
39	70.31	13	6.473
40	71.64	11	6.485
41	72.91	11	6.610
42	76.50	12	4.964
43	76.93	15	4.935
44	75.18	11	7.012
45	77.89	19	4.215
46	77.20	25	6.158
47	78.17	24	4.351
48	83.64	11	7.352
49	81.00	11	6.033
50	81.25	8	8.137
51	84.33	12	4.868
52	88.25	8	7.206
53	91.50	4	7.326
54	92.67	3	6.028
55	87.00	2	4.243
56	96.80	5	2.950
58	105.00	1	.

61	116.00	1	.
Total	77.96	233	9.076

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			12309.557	28	439.627	13.183	.000
Self Awareness * regulasi emosi	Between	Linearity	9988.250	1	9988.250	299.511	.000
	Groups	Deviation from Linearity	2321.307	27	85.974	2.578	.000
	Within Groups		6803.095	204	33.349		
Total			19112.652	232			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Self Awareness * regulasi emosi	.723	.523	.803	.644

10. Uji Hipotesis

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	regulasi emosi ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Self Awareness

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.723 ^a	.523	.521	6.285

a. Predictors: (Constant), regulasi emosi

b. Dependent Variable: Self Awareness

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	9988.250	1	9988.250	252.870	.000 ^b
	Residual	9124.402	231	39.500		
	Total	19112.652	232			

a. Dependent Variable: Self Awareness

b. Predictors: (Constant), regulasi emosi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	24.539	3.385		7.250	.000
	regulasi emosi	1.191	.075	.723	15.902	.000

a. Dependent Variable: Self Awareness

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	59.09	97.21	77.96	6.561	233
Std. Predicted Value	-2.877	2.933	.000	1.000	233
Standard Error of Predicted Value	.412	1.278	.556	.173	233
Adjusted Predicted Value	58.26	96.39	77.95	6.559	233
Residual	-16.337	19.915	.000	6.271	233
Std. Residual	-2.599	3.169	.000	.998	233
Stud. Residual	-2.605	3.234	.001	1.004	233
Deleted Residual	-16.410	20.744	.012	6.348	233
Stud. Deleted Residual	-2.639	3.303	.001	1.009	233
Mahal. Distance	.001	8.602	.996	1.445	233
Cook's Distance	.000	.218	.006	.021	233
Centered Leverage Value	.000	.037	.004	.006	233

a. Dependent Variable: Self Awareness

11. Surat Keputusan Seminar Proposal

**SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UIN ANTASARI BANJARMASIN
NOMOR 218 TAHUN 2021**

**Tentang
PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA
DAN PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING**

- Menimbang** :
- a. Bahwa proposal skripsi yang berjudul: "Hubungan Regulasi Emosi dengan Self Awareness di SMAN 7 Banjarmasin" telah ditelaah oleh Dosen Penelaah.
 - b. Bahwa persetujuan atau penolakan judul skripsi mahasiswa perlu dituangkan dalam sebuah surat keputusan
- Memperhatikan** :
- Hasil sidang Jurusan Psikologi Islam yang diselenggarakan pada tanggal 24 Juni 2021
- Mengingat** :
1. Undang-Undang RI No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Sistem Pendidikan Nasional
 2. Peraturan Pemerintah No 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan dan Pengelolaan Perguruan Tinggi
 3. Peraturan Presiden No 36 Tahun 2017 tentang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
 4. Peraturan Menteri Agama No 20 Tahun 2017 tentang Organisasi dan tata Kerja UIN Antasari Banjarmasin
 5. Peraturan Menteri Agama No 29 Tahun 2017 tentang Statuta UIN Antasari Banjarmasin
 6. Keputusan Direktur jenderal Pendidikan Islam No 102 Tahun 2019 tentang Standar Keagamaan Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam
 7. Keputusan Rektor Uin Antasari No 289 Tahun 2018 tentang Pedoman Pelaksanaan Sistem Kredit Semester UIN Antasari Banjarmasin

MEMUTUSKAN

- Menetapkan**
Pertama :
- Menyetujui proposal skripsi mahasiswa yang berjudul: "Hubungan Regulasi Emosi dengan Self Awareness di SMAN 7 Banjarmasin" untuk digarap oleh mahasiswa/i:

Nama/NIM: Namira Hafizhah/ "180103040009
Program Studi : PSIKOLOGI ISLAM

- Kedua** :
- Menunjuk dan menetapkan Prof. Dr. H. Asmaran As., M.A sebagai Dosen Pembimbing I dan Mahdia Fadhila M.Psi Psikolog sebagai Dosen Pembimbing II untuk mahasiswa tersebut di atas.
- Ketiga** :
- Apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan dibetulkan sebagaimana mestinya

Ditetapkan di : Banjarmasin
pada tanggal : 24 Juni 2021



Noor, M.Hum
104142003121005

- Tembusan:**
1. Jurusan
 2. Dosen Pembimbing
 3. Arsip

12. Surat Izin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 ANTASARI BANJARMASIN
 FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
 Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593

SURAT RISET

Nomor: 1077/Un.14/III.3/TL.00/05/2022

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini menerangkan bahwa:

N a m a : Namira Hafizhah
 N I M : 180103040009
 Semester : VIII (Delapan)
 Jurusan : Psikologi Islam
 Alamat sekarang : Jl. Cengkeh no 22 kec Banjarmasin Timur kel Kebun Bunga, kota Banjarmasin
 Tugas : Melakukan riset/penelitian ilmiah dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan skripsi sarjana dengan judul

HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN SELF AWARENESS SISWA DI SMAN7 BANJARMASIN

Tempat yang dituju : Sman 7 Banjarmasin
 Barang yang dibawa : Seperangkat alat penelitian
 Lamanya riset : 1 (satu) bulan
 Dari tanggal : 12/05/2022
 Sampai tanggal : 12/06/2022

Demikian Surat Riset ini diberikan kepada yang bersangkutan agar pihak-pihak yang terkait dapat memberikan bantuan sepenuhnya

11 Mei 2022

Dekan



Dzikri Nirwanah



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 ANTASARI BANJARMASIN
 FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
 Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593

Nomor 1078/Un.14/III.3/TL.00/05/2022
 Sifat Biasa
 Lamp. 1 (satu) berkas
 Hal Riset Dalam Rangka Penyusunan Skripsi

11 Mei 2022

Yth. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Kalimantan Selatan
 Kepala Sekolah SMAN 7 Banjarmasin

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, sehubungan rencana penelitian yang akan dilaksanakan oleh mahasiswa (i) dalam rangka penyusunan skripsi, maka dengan ini kami mohon izin serta bantuan Bapak/Ibu agar kiranya berkenan memberikan informasi/data yang diperlukan oleh:

Nama	Namira Hafizhah
NIM	180103040009
Jurusan	Psikologi Islam
Alamat	Jl. Cengkeh no 22 kec Banjarmasin Timur kel Kebun Bunga, kota Banjarmasin

Sebagaimana surat terlampir, Demikian surat ini di sampaikan, atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu serta kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alalkum Wr. Wb.

Dekan,

 Dzikri Nirwana

13. Surat Izin Riset dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi

Kalimantan Selatan



PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN SELATAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

Komplek Perkantoran Pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan
 Jalan Dharma Praja II No.1 Trikora Banjarbaru
 Website www.Disdikbud.kalselprov.go.id

Banjarbaru, 18 MAY 2022

Nomor : 070/ 2970 -Set/Disdikbud
 Lampiran : -
 Perihal : Izin Penelitian

Kepada
 Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
 UIN Antasari Banjarmasin
 di -

Tempat

Menindaklanjuti surat dari Saudara tanggal 11 Mei 2022 nomor: 1078/Un.14/III/TL.00/05/2022, perihal izin melakukan penelitian di SMAN 7 Banjarmasin dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan Skripsi, atas nama :

Nama : **NAMIRA HAFIZHAH**
 N I M : 180103040009
 Jurusan : Psikologi Islam
 Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
 Judul Penelitian : **HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN SELF AWARENESS SISWA DI SMAN 7 BANJARMASIN**

Pada prinsipnya :

1. Kami dapat menyetujui dan memberi izin melakukan penelitian di SMAN 7 Banjarmasin;
2. Penelitian dilaksanakan sesuai prosedur dan norma yang berlaku di SMAN 7 Banjarmasin;
3. Hasil penelitian harap dilaporkan ke SMAN 7 Banjarmasin.

Demikian disampaikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

a.n. KEPALA DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 PROVINSI KALIMANTAN SELATAN
 SEKRETARIS,



Hadel Rosyaidi, S.Sos, M. Pd.
 Pembina Tk. I
 NIP. 19680103 199203 1 010

Tembusan Yth :

1. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Prov.Kalsel (Sebagai Laporan)
2. Kepala Bidang Pembinaan Sekolah Menengah Atas
3. Kepala SMAN 7 Banjarmasin

14. Surat Telah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN SELATAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 7 BANJARMASIN
Jl. Dharma Praja V No.47 RT.17 Banjarmasin 70249 Kalimantan Selatan
Telp (0511) 3253206, Fax (0511) 3250016
Website : www.sman7-bjm.sch.id E-mail : info@sman7-bjm.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 074/ 266-SMAN7/Disdikbud/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **H. Arusliadi, M.Pd.**
NIP : 19660807 199512 1 003
Pangkat/gol.ruang : Pembina Tingkat I, IV/b
Jabatan : Kepala Sekolah

dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **Namira Hafizhah**
Nomor Induk Mahasiswa : 180103040009
Jurusan : Psikologi Islam
Prodi : S1-Psikologi Islam
Universitas : UIN Antasari Banjarmasin
Tempat : SMA Negeri 7 Banjarmasin
Jangka waktu : Bulan 17 Mei- 24 Mei 2022

benar-benar telah melakukan Penelitian untuk memperoleh informasi/data dalam rangka penyusunan Skripsi pada Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 7 Banjarmasin, sesuai dengan surat dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Kalimantan Selatan.

Nomor : 070/ 2970-Set/Disdikbud
Tanggal : 18 Mei 2022

Dengan judul : **“HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN SELF AWARENESS SISWA DI SMAN 7 BANJARMASIN”**

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 15 Juni 2022
Kepala,

H. Arusliadi, M.Pd
Pembina Tingkat I
NIP.19660807 199512 1 003

15. Surat Keterangan Lulus Plagiasi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Hasil Uji Plagiasi

Nama : Namira Hafizhah

NIM : 180103040009

Bab	Tahap		Ket
	1	2	
1	29	26	Lulus
2	28	28	Lulus
3	29	29	Lulus
4	27	27	Lulus
5	30	30	Lulus

Banjarmasin, 13 Juni 2022

Menyetujui
An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris



[Signature]
Julia Hairina

16. Letter Of Publish



KEMENTERIAN AGAMA RI
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
 FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
 PRODI PSIKOLOGI ISLAM
 Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website pi.uin-antasari.ac.id

Alamat : Jl. Jend. A. Yani KM.4,5 Telp 3266593 Banjarmasin Kode Post 70235

Letter of Publish

Nomor: 43/Al Husna/06/2022

Pimpinan Redaksi Jurnal Al Husna Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora menerangkan bahwa:

Judul Artikel/Naskah : "Regulasi Emosi dengan Self Awareness Siswa di SMAN 7 Banjarmasin"

Nama Penulis : Namira Hafizhah

NIM : 180103040009

Prodi : Psikologi Islam

Akan diterbitkan di Jurnal Al Husna. Artikel/naskah tersebut dapat dibaca dan diakses dalam versi online pada website Jurnal Al Husna (<https://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/alhusna>).

Demikian *Letter of Publis* ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 17 Juni 2022

An. Editor In Chief
 Journal Manager



17. Lembar Konsultasi



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Namira Hafizhah

Dosen Pembimbing

Nim : 180103040009

1. Dra. Hj. Siti Faridah, M.Pd

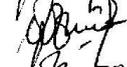
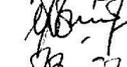
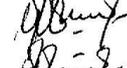
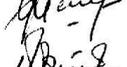
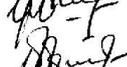
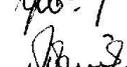
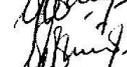
Judul : Hubungan Regulasi Emosi

2. Mahdia Fadhila, M.Psi Psikolog

dengan *Self Awareness* Siswa

di SMAN 7 Banjarmasin

No.	Tanggal	Deskripsi Masalah Yang DiKonsultasikan	Tanda tangan
1.	28 Okt 2021	Konfirmasi pergantian dospem 1 dan Melanjutkan revisi serta konsultasi	
2.	3 Nov 2021	Mengirimkan revisi bab I	
3.	4 Nov 2021	Mendapat feed back bab I	
4.	25 Nov 2021	Mengirimkan revisi bab I	
5.	15 Des 2021	Mengirimkan revisi bab I	
6.	16 Des 2021	Acc bab I lanjut mengerjakan bab II	
7.	30 Des 2021	Mengirimkan bab II	
8.	19 Jan 2022	Mengirimkan revisi bab II	
9.	24 Jan 2022	- Memperbaiki tulisan sesuai KTI - Menambah ayat quran & hadis	
10.	27 Jan 2022	- Mengirim revisi bab II - Menambah teori keislaman	
11.	Feb 2022	Mengirimkan revisi bab II	
12.	10 Feb 2022	Mengirimkan bab III	
13.	15 Feb 2022	Mengirimkan revisi bab III	

14.	17 Feb 2022	Revisi bab III, dan di ACC	
15.	29 April 2022	ACC skala penelitian. 1 skala Modifikasi, 1 skala adaptasi	
16.	1 Mei	Melakukan Try Out	
17.	10 Mei 2022	- Sudah selesai tryout serta hasil Validitas reliabilitas.	
18.	18 Mei 2022	- Izin riset - dapat izin riset dari dinas, lanjut ke sekolah - Lanjut sebar angket penelitian ke SMAN 7 Banjarmasin.	
19.	12 Mei 2022	- Mendapat izin dari sekolah	
20.	31 Mei 2022	Mengirimkan Bab IV	
21.	6 Juni 2022	- Mengirimkan revisi bab IV dan bab V - Izin ujian komprehensif jurusan - Izin Uji Plagiasi Bab - Bab 5	

Banjarmasin, 9 Juni 2022

Ketua Prodi Psikologi Islam



Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog
Nip. 198302152015032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN**

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Namira Hafizhah

Nim : 180103040009

Judul : Hubungan Regulasi Emosi
dengan *Self Awareness* Siswa
di SMAN 7 Banjarmasin

Dosen Pembimbing

1. Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag

2. Mahdia Fadhila, M.Psi Psikolog

No.	Tanggal	Deskripsi Masalah Yang DiKonsultasikan	Tanda tangan
1.	3 November 2021	Mengirimkan revisi bab 1	
2.	24 Desember 2021	Mendapatkan feedback bab 1 untuk: -Memperbaiki wawancara studi pendahuluan -Alasan pemilihan lokasi penelitian -Memperbaiki manfaat praktis	
3.	27 Desember 2021	Mengirimkan revisi bab 1 yang sudah diperbaiki	
4.	12 Januari 2022	Mendapatkan feedback bab 1 untuk: -Menambahkan data statistik penelitian -Lebih mendalami isi studi pendahuluan -Memperbaiki kalimat yang kurang pas	
5.	21 Januari 2022	Mengirimkan revisi bab 1 ke 3	
6.	28 Januari 2022	Mendapatkan feedback untuk: -Mengirimkan guide wawancara -Menambah pembahasan lebih mendalam dibagian studi pendahuluan -Dan mengirimkan bab 2	
7.	31 Januari 2022	-Konsultasi tentang manfaat praktis penelitian -Mengirimkan guide wawancara	
8.	9 Februari 2022	Mengirimkan revisi untuk guide wawancara dan studi pendahuluan	

9.	22 Februari 2022	Mendapatkan feedback untuk melanjutkan studi pendahuluan	
10.	23 Februari 2022	Mengirimkan revisi	
11.	7 Maret 2022	Mendapat feedback untuk : -Memperkuat statement dengan referensi yang relevan -Mengirimkan kerangka berfikir	
12.	9 Maret 2022	Mengirimkan revisi Bab 2	
13.	28 Maret 2022	Mendapatkan feedback untuk: -Membuat paragraf penutup setiap akhir pembahasan -Membuat benang merah antara dua variabel penelitian -Memperbaiki sistematika penulisan	
14.	11 April 2022	Mengirimkan revisi bab 2 dan penulisan bab 3	
15.	21 April 2022	Mendapat feedback untuk: -Mencari skala penelitian yang telah valid -Mengirimkan skala penelitian dengan format profesional judgement -Memperbaiki kata dalam penulisan bab 3	
16.	22-25 April 2022	Konsultasi terkait skala penelitian yang akan dipakai	
17.	27 April 2022	Mengirimkan skala yang sudah valid untuk variabel regulasi emosi	
18.	29 April 2022	-Mendapatkan izin untuk tryout penelitian -Mengirimkan kuesioner tryout penelitian	
19.	9 Mei 2022	-Mengkonsultasikan uji validitas dan reliabilitas skala regulasi emosi -Mendapatkan izin pengambilan data penelitian	
20.	23 Mei 2022	Mengirimkan revisi bab 3	
21.	28 Mei 2022	Mendapat feedback untuk: -Memperbaiki penulisan bab 3	

22.	30 Mei 2022	Mengirimkan hasil bab 4	
23.	2 Juni 2022	-Mengirimkan revisi bab 4 Mendapatkan feedback bab 4 untuk: -Menambah teori dibagian pembahasan -Membuat diagram lingkaran	
24.	6 Juni 2022	Mengirimkan revisi bab 3 dan 4 serta mengkonsultasikannya -Mengkonsultasikan terkait bab 5 -Mendapatkan izin untuk ujiann kompre	
25.	7 Juni 2022	Meminta ttd untuk uji plagiasi validasi bab1- bab 5	
26.	9 Juni 2022	-Mengirimkan seluruh naskah skripsi lengkap -Mengkonsultasikan jurnal	

Banjarmasin, 9 Juni 2022

Ketua Prodi Psikologi Islam



Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog
Nip. 198302152015032002

18. Jurnal

Regulasi Emosi dengan *Self Awareness* Siswa di SMAN 7 Banjarmasin

Namira Hafizhah, Siti Faridah, Mahdia Fadhila

Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin

Abstract

Adolescence is a stage of progress between adulthood and adolescence. A person's improvement during puberty and adolescence will shape his progress in adulthood. With the guidance of a large feeling capacity to monitor the condition, thus the problems faced will be resolved by themselves. Research uses a quantitative approach. The author in this context wants to know the level of positive relationship between emotion regulation and self-awareness of students at SMAN 7 Banjarmasin with a population of 703 student and a research sample of 233 student. The results of this study are students with a fairly high level of willpower can increase their high self-awareness of the community environment and environmental factors. aspects of monitoring emotions and evaluating emotions have a significant predictor of the self-awareness variable. While the aspect of emotion modification is 0.298 ($p>0.05$), which means that this aspect does not significantly predict the self-awareness variable in students at SMAN 7 Banjarmasin.

Keywords: Awareness; Emotions; School; Students

Abstrak

Masa remaja merupakan tahap kemajuan antara masa dewasa dan masa remaja. Peningkatan seseorang di masa pubertas dan remaja nantinya akan membentuk kemajuan dirinya di masa dewasa. Dengan pedoman kapasitas perasaan yang besar dapat mengawasi kondisi, dengan demikian masalah yang dihadapi akan dapat diselesaikan sendiri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Peneliti dalam konteks ini ingin mengetahui tingkat hubungan positif antara regulasi emosi dengan kesadaran diri siswa di SMAN 7 Banjarmasin dengan populasi sebanyak 703 siswa dan sampel penelitian sebanyak 233 siswa. Hasil penelitian ini adalah siswa dengan regulasi emosi yang cukup tinggi kemauan dapat meningkatkan kesadaran diri yang tinggi terhadap lingkungan masyarakat dan faktor lingkungannya. Aspek memonitor emosi dan mengevaluasi emosi memiliki prediksi yang signifikan terhadap variabel *self awareness*. Sedangkan aspek modifikasi emosi sebesar 0,298 ($p>0,05$) yang artinya aspek ini tidak memprediksi secara signifikan terhadap variabel *self awareness* pada siswa di SMAN 7 Banjarmasin

Kata kunci: Emosi; Kesadaran; Sekolah; Siswa

Lingkungan sekolah adalah lingkungan tempat siswa mendapatkan persiapan dan pelatihan formal untuk membantu siswa agar dapat menumbuhkan kekuatan dirinya, baik

yang berkaitan dengan sudut sosial, keilmuan, atau moral-dunia lain. Sekolah adalah lingkungan yang bisa kita yakini sebagai tempat mencari ilmu. Manusia hidup dan manusia tidak akan bisa mencapai prestasi tanpa melalui pengalaman pendidikan. Metode yang berbeda dalam sebuah penelitian pada kebutuhan yang diklaim oleh siswa sehingga siswa dapat mencapai eksekusi yang diharapkan (S J Kahar, Situmorang, dan Urbayatun 2022).

Masa remaja merupakan suatu tahap kemajuan antara masa dewasa dan masa anak-anak. Peningkatan seseorang di masa remaja ini nantinya akan membentuk suatu kemajuan dan pertumbuhan dirinya di masa yang akan datang. Masa remaja disebut juga dengan masa pubertas yang mana pada masa perkembangan inilah yang memungkinkan remaja menghadapi masa darurat. Salah satu masalah yang dialami anak muda diantaranya adalah menangani masalah dengan dirinya sendiri. Seorang remaja pada masa ini akan menghadapi perasaan kompleks yang berkembang seiring dengan perubahan dalam dirinya (Ferawati 2020).

Anak-anak muda atau para remaja yang kesal dengan peraturan cenderung mengalami masalah yang lebih kompleks daripada remaja biasa secara keseluruhan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Edianti didapat bahwa sejumlah 236 responden menghadapi masalah-masalah mendalam yang mencakup orang dewasa, pemuda, dan remaja di wilayah Jawa Tengah. Problem emosi yang timbul meliputi *externalizing* ataupun *internalizing problems* dan dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perlu untuk mengembangkan emosi para remaja agar lebih baik kedepannya dan mereka dapat mengarahkan emosi positif terhadap diri sendiri. (Choirunissa dan Edianti 2018).

Dari penelitian terdahulu di atas didapat sebuah informasi bahwa kenakalan dan masalah remaja memang sering terjadi di lingkungan sekitar baik dalam sekolah ataupun luar sekolah. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mencari tahu lebih dalam tentang bagaimana para remaja mengatasi emosi negatif dalam diri dan bagaimana cara mereka untuk membentuk kesadaran dalam diri agar terhindar dari masalah-masalah. Seperti dalam penelitian Azmi berjudul Potensi Emosi Pemuda dan Perkembangan menunjukkan hasil yaitu, perasaan mempunyai hubungan yang erat dengan manusia karena ada dalam diri dan semua orang sebagai manusia pasti memilikinya. Kesimpulan dari penelitian ini

menunjukkan bahwa perasaan yang rendah akan membuat seseorang mempunyai ketidakberdayaan mengawasi serta menyelesaikan perasaan dengan benar (Azmi 2015).

Pada saat seseorang dapat menunjukkan kapasitas perasaan besar yang dapat mengawasi kondisi, maka masalah yang dihadapi akan dapat diselesaikan sendiri. Seseorang juga akan dapat mengatasi perasaannya sendiri sehingga dapat menjaga dirinya agar tidak melakukan apa yang dapat merugikan orang lain. Ketika regulasi emosi tinggi, seseorang itu juga akan memiliki kemampuan sosial yang tinggi dan akan memiliki kesadaran terhadap apa yang ia lakukan. Kemudian, jika regulasi emosi rendah, kontrol diri juga cenderung rendah, lemah akan sosial, suka memaksa, dan tidak berharga. Jika perasaan dapat dikelola dengan baik, maka akan membentuk kehidupan yang makmur, sementara jika dipaksa maka akan membentuk kegugupan. Seseorang yang mengalami regulasi emosi yang cenderung rendah maka bisa membuatkan sering mengalami masalah perasaan (Kota 2019).

Perasaan yang bersifat sensitif dan mudah marah maka akan menimbulkan reaksi yang berlebihan terhadap apa yang dirasakan, maka dari itu penting untuk mengelola perasaan dengan baik dan kesadaran diri karena merupakan suatu hal yang penting untuk dibentuk dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Havighurst, setiap langkah kehidupan memiliki kemajuan tugas yang harus dilakukan. Kesadaran diri adalah konsep diri yang memiliki arti penting, karena individu dapat memandang dunia dan dirinya sendiri, yang tidak hanya memberikan efek pada perilaku, tetapi juga tingkat kepuasan yang didapat dalam hidupnya. Pada saat seseorang tidak memiliki kesadaran diri untuk menggunakan pengetahuan dirinya sendiri, maka seseorang itu pasti tidak memiliki respons yang cukup dalam melakukan pilihan. Seseorang yang memiliki perhatian yang buruk tidak akan memiliki kemantapan atau kesempurnaan diri, dan tidak dapat memahami dirinya sendiri dengan baik (Ferawati 2020).

Kesadaran diri benar-benar penting untuk kita memahami diri sendiri dengan baik. Sehingga diri memiliki memiliki wawasan untuk melibatkan pemahaman keunikan dalam diri sendiri. Remaja adalah masa dimana mereka sudah memiliki keinginan dalam menentukan pilihan sendiri, hal ini tentu memberi dampak positif dan negatif tergantung remaja tersebut mengarahkan kepada pilihan yang mana. Pada masa remaja ini, perubahan-

perubahan sering kali muncul secara umum karena semakin maju zaman, faktor lingkungan sekitar dan pertemanan remaja berpengaruh juga dalam pertumbuhan dirinya, maka sangat perlu mencari lingkungan yang positif dan pertemanan yang mendukung. Perilaku yang dilakukan para remaja untuk membentuk menjadi manusia kamil salah satunya dengan menumbuhkan kesadaran diri dalam bersosialisasi dengan orang sekitar. (Malikah 2013)

Mengacu pada latar belakang yang sudah dijabarkan tersebut ada kesimpulan bahwasanya regulasi emosi penting guna diimplementasikan pada kehidupan sehari-hari dan bagaimana meningkatkan kesadaran diri terhadap apa yang kita perbuat serta bagaimana dampak dari perilaku tersebut. Peneliti tertarik meneliti lebih mendalam dan merasa penelitian ini penting untuk diteliti terkait variabel yang sudah dijelaskan tersebut. Penelitian ini dilakukan disalah satu sekolah di kota Banjarmasin, yang merupakan salah satu SMAN terbaik di Provinsi Kalimantan Selatan, maka dari itu tempat penelitian yang dipilih adalah di SMAN 7 Banjarmasin.

Metode

Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini, penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat hubungan antara 2 variabel, dan tidak melakukan perubahan apapun terhadap data yang sudah diperoleh. Peneliti dalam konteks ini ingin mengetahui tingkat hubungan positif antara regulasi emosi dengan kesadaran diri siswa di SMAN 7 Banjarmasin. Lokasi yang dipilih sesuai dengan judul yang sudah tertera sebelumnya yakni SMAN 7 Banjarmasin Jl. Dharma Praja V No.47, Pemurus Luar, Kecamatan Banjarmasin Timur, Kota Banjarmasin, Kalsel. Pada penelitian ini yang menjadi populasi penelitian ialah siswa/siswi SMAN 7 Banjarmasin yang berjumlah 703 orang tahun angkatan 2021/2022 untuk kelas X dan XI, mencakup 2 jurusan per tahun angkatan yakni IPS dan IPA. Sample dalam penelitian ini dipilih secara acak dengan memakai teknik *simple random sampling* berdasarkan tabel Issac dan Michael dengan taraf kesalahan 5% maka sampel penelitian ini berjumlah 233 siswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini ialah dengan menggunakan skala psikologi dibagi menjadi 2 yaitu skala regulasi emosi dan *self awareness*. Skala regulasi emosi disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Thompson yaitu memonitor emosi, mengevaluasi emosi dan modifikasi emosi. Skala *self awareness* disusun berdasarkan aspek

yang dikemukakan oleh Goleman yaitu mengenali emosi, pengakuan diri yang akurat dan kepercayaan diri. Analisis data pada penelitian ini dengan metode statistik *parametrik* menggunakan uji korelasional, dimana ingin menguji hubungan antara 1 variabel dependen dengan 1 variabel independen.

Hasil

Uji Asumsi

Uji ini adalah cara yang dipakai dalam melaksanakan uji normalitas, berikut merupakan hasil dari uji normalitas variabel regulasi emosi dengan *self awareness*.

Tabel 1
Uji Normalitas Regulasi Emosi dengan Self Awareness

		Unstandardized Residual
N		233
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.27130934
Most Extreme Differences	Absolute	.046
	Positive	.046
	Negative	-.027
Kolmogorov-Smirnov Z		.706
Asymp. Sig. (2-tailed)		.701

Dari hasil uji normalitas pada tabel 1 di atas, data regulasi emosi dan *self awareness* didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) adalah 0,701 ($p > 0,05$) yang artinya bahwa data dari variabel penelitian berdistribusi normal. Di bawah ini tabel uji normalitas variabel regulasi emosi dengan *self awareness*.

Selanjutnya dilakukan uji linieritas yaitu sebuah uji yang dibutuhkan guna memahami bentuk korelasi yang ada diantara variabel yang tengah diteliti. Berikut hasil dari uji linieritas yang dilakukan.

Tabel 2
Uji Linieritas Variabel Regulasi Emosi dengan Self Awareness

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self Awareness	Between (Combined)	12309.557	28	439.627	13.183	.000

* regulasi emosi	Groups	Linearity	9988.250	1	9988.250	299.511	.000
		Deviation from Linearity	2321.307	27	85.974	2.578	.000
		Within Groups	6803.095	204	33.349		
		Total	19112.652	232			

Dari hasil uji linieritas variabel regulasi emosi dan *self awarenss* pada tabel *deviation from linearity* sebesar (sig < 0,05) 0,000 < 0,05 sehingga regulasi emosi dengan *self awareness* menunjukkan hubungan yang linier.

Uji Hipotesis

Penelitian ini juga melakukan uji korelasi untuk membuktikan hipotesis yang telah dibuat untuk mengetahui hubungan variabel bebas terhadap variabel terikat. Dari hasil analisis korelasi antara variabel regulasi emosi dengan variabel *self awareness* didapatkan nilai sig sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis dapat diterima dan dinyatakan bahwa adanya hubungan positif antara regulasi emosi dengan *self awareness* siswa di SMAN 7 Banjarmasin. Di bawah ini tabel hasil uji korelasi antara variabel regulasi emosi dengan *self awareness*:

Tabel 3
Uji Korelasi Regulasi Emosi dengan Self Awareness

		Regulasi emosi	<i>Self Awareness</i>
Regulasi emosi	Pearson Correlation	1	.723**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	233	233
<i>Self Awareness</i>	Pearson Correlation	.723**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	233	233

Pada tabel 3, terdapat nilai r sebesar 0,723 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Sehingga dapat diartikan bahwa variabel regulasi emosi dengan *self awareness* mempunyai hubungan yang positif dan signifikan. Dari hasil perhitungan data nilai mean pada skala regulasi emosi sebesar 44,85, dan standar deviasi adalah 5,508. Nilai tersebut digunakan untuk menentukan subjek yang berada pada kategori tinggi, sedang, dan rendah. Hasil dari analisa ini bisa dibuktikan pada tabel 2 berikut:

Tabel 4
Analisis Tingkat Regulasi Emosi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	36	15.5	15.5	15.5
	Sedang	158	67.8	67.8	83.3
	Rendah	39	16.7	16.7	100.0
	Total	233	100.0	100.0	

Berdasarkan data yang terdapat pada tabel di atas, tingkat regulasi emosi dengan kategori tinggi berjumlah 36 siswa, kategori sedang berjumlah 158 siswa dan kategori rendah berjumlah 39 siswa. Jika dimuat dalam angka persentase siswa SMAN 7 Banjarmasin dengan kategori tinggi sebesar (15,5%), siswa dengan kategori sedang sebesar (67,8%), dan pada kategori rendah sebesar (16,7%). Dari hasil perhitungan pada nilai mean pada skala *self awareness* sebesar 77,96 dan standar deviasi adalah 9,076. Nilai tersebut digunakan untuk menentukan subjek yang berada pada kategori tinggi, sedang, dan rendah. Hasil dari analisa ini bisa dibuktikan pada tabel 4.3 berikut.

Tabel 5
Analisis Tingkat Self Awareness

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	30	12.9	12.9	12.9
	Sedang	175	75.1	75.1	88.0
	Rendah	28	12.0	12.0	100.0
	Total	233	100.0	100.0	

Berdasarkan data tabel 5 di atas, tingkat *self awareness* dengan kategori tinggi berjumlah 30 orang, kategori sedang berjumlah 175 orang dan kategori rendah berjumlah 28 orang. Jika dimuat dalam persentase siswa di SMAN 7 Banjarmasin dengan kategori tinggi sebesar (12,9%), dengan kategori sedang sebesar (75,1%), dengan kategori rendah sebesar (12,0%). Selanjutnya untuk mengetahui sumbangan total dapat dilihat pada tabel R Square yakni sebesar 0,523 atau 52,3%. Kemudian didapatkan hasil dari sumbangan efektif untuk setiap aspek regulasi emosi terhadap aspek *self awareness*, sebagai berikut

Tabel 6
Perhitungan Sumbangan Efektif Aspek Regulasi Emosi Terhadap Self Awareness

Aspek	Beta	r	SE Total
Memonitor Emosi	0,312	0,533	0,523

Mengevaluasi Emosi	0,531	0,672
Modifikasi Emosi	0,050	0,315

SE Memonitor Emosi : $0,312 \times 0,533 \times 100 = 17\%$

SE Mengevaluasi Emosi : $0,531 \times 0,672 \times 100 = 36\%$

SE Modifikasi Emosi : $0,050 \times 0,315 \times 100 = 1,6\%$

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa hasil dari sumbangan efektif total untuk aspek regulasi emosi adalah sebesar 52,3%. Adapun aspek dari regulasi emosi yang memberikan sumbangan efektif paling besar terhadap *self awareness* adalah aspek mengevaluasi emosi dengan persentase 36% yang kedua adalah memonitor emosi sebesar 17% dan terakhir adalah aspek modifikasi emosi. Artinya dalam penelitian ini aspek mengevaluasi emosi paling berkontribusi terhadap *self awareness* pada siswa. Kemudian kecilnya peran aspek modifikasi emosi sebesar 1,6% bukan berarti bahwa aspek tersebut tidak menyumbang terhadap variabel *self awareness*, tetapi terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab kecilnya nilai sumbangan tersebut

Tabel 7
Nilai Signifikan Aspek Regulasi Emosi Terhadap Self Awareness

Aspek	p Value	Keterangan
Memonitor Emosi	0,000	Signifikan
Mengevaluasi Emosi	0,000	Signifikan
Modifikasi Emosi	0,298	Tidak Signifikan

Untuk melihat nilai signifikansi setiap aspek (dengan sig. < 0,05), dapat dilihat pada tabel 5 bahwa nilai signifikansi untuk aspek memonitor emosi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan aspek mengevaluasi emosi 0,000 ($p < 0,05$), yang artinya aspek memonitor emosi dan mengevaluasi emosi memiliki prediksi yang signifikan terhadap variabel *self awareness*. Sedangkan aspek modifikasi emosi sebesar 0,298 ($p > 0,05$) yang artinya aspek ini tidak memprediksi secara signifikan terhadap variabel *self awareness* pada siswa di SMAN 7 Banjarmasin.

Pembahasan

Masa pubertas adalah masa perubahan dari remaja menuju dewasa. Kata remaja, sesuai dengan yang dikemukakan Santrock dalam bahasa latin yaitu *adolescence* yang artinya seseorang yang tumbuh dan berkembang menjadi remaja dan menuju dewasa. Steinberg membedakannya menjadi 3 kelompok yakni remaja awal (11-14 tahun), remaja madya (15-18 tahun) serta remaja akhir (18-21) tahun. Masa remaja juga sering diartikan dengan masa yang penuh dengan tantangan, masa yang penuh dengan emosi yang dapat membuat perubahan fisik lewat berbagai faktor. Meskipun emosi remaja sangat kuat, namun dari tahun ke tahun akan mengalami perbaikan perilaku emosional (Tambuan dan Ediati 2016).

Siswa pada tingkat Sekolah Menengah Atas yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah mereka yang berada pada masa remaja tengah, dimana masa remaja merupakan masa kemajuan perubahan antara remaja dengan dewasa. Dalam perubahan menuju dewasa, remaja dihadapkan pada suatu perubahan, bertemu dengan hal-hal baru, juga peningkatan tugas yang baru. Remaja tidak selalu bisa dibedakan dengan hal-hal yang negatif, ada juga hal-hal positif yang dilakukan oleh anak muda seperti tindakan prososial (Rizky 2018). Banyak anak muda yang masih mempertimbangkan sosial lingkungan dan menjadi relawan, seperti siswa-siswi di SMAN 7 Banjarmasin yang ikut serta dalam menggalang dana bagi korban banjir di wilayah terdampak seperti Barabai pada tahun 2021.

Berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) di tingkat SMA pada tumbuh kembangnya, dalam artian peserta didik matang secara emosional apabila mereka mengetahui bagaimana cara untuk menghindari sebuah masalah di lingkungan sekitar, selain itu peserta didik mampu menumbuhkan toleransi pada beragam ekspresi perasaan diri sendiri maupun orang lain, serta mampu mengekspresikan perasaannya secara terbuka dan aman serta mampu menahan diri agar tidak terjadi suatu masalah.(Dzata dan Khusumadewi 2021).

Regulasi emosi adalah proses yang seseorang lakukan pada perasaan mereka, juga sebuah proses bagaimana seseorang mengekspresikan apa yang mereka alami. Pengaturan emosi dalam prosesnya mungkin secara sadar atau tidak sadar, otomatis atau terkontrol, serta mungkin berpengaruh terhadap satu poin atau lebih dalam proses generatif emosi.

Individu tidak sebatas mempunyai emosi saja, namun perlu pula untuk mengatur emosinya, atau secara sederhananya perlu untuk bersikap atas emosi mereka serta menerima akibat dari tindakan emosionalnya. Maka dari itu setiap individu dirasa penting agar bisa mengatur emosinya untuk lebih positif agar terhindar dari masalah yang disebabkan oleh emosi itu sendiri (Saputri dan Sugiariyanti 2016).

Orang yang bisa menahan kekesalannya sampai ia merasa lega maka dia akan memiliki kendali atas logikanya dan tidak akan melakukan perilaku yang mengerikan dan membahayakan. Jadi ketika seseorang dalam keadaan marah atas perilaku orang lain akan lebih baik baginya berusaha untuk menjaga amarahnya terlebih dahulu, kemudian jika dia memiliki kendali atas diri sendiri dan kemarahan tersebut sudah mereda, maka setelahnya bisa melakukan tindakan wajar sebagai jawaban atas perlakuan individu terhadap dirinya sendiri (Kartika dan Nisfiannoor 2017).

Regulasi emosi juga merupakan anjuran dari Rasulullah, serta bentuk kesabaran kita dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga seseorang yang mampu meregulasi emosinya cenderung lebih positif dalam memandang kehidupan, mampu bersikap sabar, serta mengelola perasaan dengan baik. Dengan perasaan yang tidak mudah marah akan membuat individu merasakan kebahagiaan, mudah beradaptasi, dan lebih semangat dalam menikmati hidup. Pernyataan ini diperkuat dari penelitian Sialen dan Dewi yang menyebutkan bahwa ketika seseorang mempunyai regulasi emosi yang baik maka ia mampu menganalisa situasi yang ada dihadapannya secara positif dan mampu mengubah pikiran serta mampu mengendahkan emosi yang harus selalu positif pula (Silaen dan Dewi 2015).

Dalam pengumpulan data, peneliti mendapatkan bahwa tingkat regulasi emosi dan kesadaran diri pada siswa berbeda-beda. Hal ini dapat ditunjukkan melalui data statistik yang diperoleh untuk variabel regulasi emosi dari hasil analisa diketahui bahwa 15,5% siswa memiliki skor regulasi emosi yang tinggi, sejumlah 67,8% siswa memiliki skor regulasi emosi yang sedang dan 16,7% siswa memiliki skor regulasi emosi yang rendah. Sedangkan untuk variabel *self awareness* berdasarkan data statistik yang didapat menunjukkan hasil bahwa 12,9% siswa memiliki *self awareness* yang tinggi, sejumlah 75,1% siswa memiliki nilai *self awareness* yang sedang dan 12,0% siswa memiliki skor *self awareness*

yang rendah. Dari hasil analisis yang telah dijabarkan di atas, bahwa tingkat regulasi emosi dan *self awareness* siswa di SMAN 7 Banjarmasin dominan berada dalam kategori sedang. Dalam hal ini artinya para siswa sudah mampu mengelola dan mengetahui emosi diri sendiri, dan memiliki kesadaran terhadap diri sendiri dan apa yang akan dia lakukan.

Dari hasil penelitian ini juga diperoleh skor rata-rata berdasarkan tingkat kelas dan jenis kelamin siswa di SMAN 7 Banjarmasin. Untuk variabel regulasi emosi menunjukkan hasil bahwa berdasarkan tingkatan kelas, nilai rata-rata kelas XI sebesar 45.20 lebih tinggi dari pada skor rata-rata kelas X sebesar 44.49. Dan berdasarkan skor rata-rata dari jenis kelamin menunjukkan hasil bahwasanya nilai rata-rata variabel regulasi emosi pada siswa laki-laki 47.05 lebih besar dari pada nilai rata-rata siswa perempuan yaitu 44.35. Kemudian untuk variabel *self awareness* menunjukkan hasil bahwa berdasarkan tingkat kelas siswa, siswa kelas XI memiliki skor rata-rata lebih tinggi yaitu 78.14 dan kelas X 77.78. Dan berdasarkan jenis kelamin skor rata-rata siswa laki-laki sebesar 81.44 dan perempuan 77.17. Dari data statistik yang didapat untuk skor rata-rata pada kedua variabel menunjukkan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka ia mempunyai kemampuan untuk meregulasi emosi serta memiliki kesadaran diri yang lebih baik, kemudian pada kategori jenis kelamin menunjukkan hasil bahwa laki-laki lebih dominan untuk bisa meregulasi emosi dan memiliki kesadaran terhadap diri sendiri dari pada perempuan.

Jika dikaitkan dalam kajian keislaman kesadaran diri menyiratkan bagaimana seorang manusia memiliki kesadaran diri bahwa dirinya adalah makhluk yang diciptakan oleh Allah SWT dan diberikan kekuatan berupa akal untuk berpikir. Diantara cara menumbuhkan kesadaran diri (*self awareness*) dalam Islam diantaranya adalah dengan melakukan muhasabah. Muhasabah yakni instropeksi, mawas atau meneliti diri, yang dilakukan setiap saat, baik setiap hari, tahun, dan bulan. Oleh karenanya muhasabah tidak hanya dilaksanakan di saat tertentu seperti tiap bulan dan tahun, tetapi pula setiap hari dan saat. Kemampuan dalam bermuhasabah akan menghadirkan kesadaran diri, sehingga akan menumbuhkan perilaku yang memiliki kepekaan akan kebaikan, mampu memilah yang baik dan buruk (*furqan*) serta mampu mengetahui dirinya sendiri (*ma'rifatun nafsi*) (Syukur 2006). Sebagaimana dituliskan dalam Q.S: *al-Hasyr* 19/59.

Artinya : *Dan apakah kamu tidak menyukai orang-orang yang melalaikan Allah, maka Allah menjadikan mereka melalaikan diri sendiri. Mereka itulah orang-orang yang fasik."*

Terjemahan ayat di atas merupakan teguran keras bagi kita kaum muslim yang melalaikan kewajiban untuk muhasabah diri. Dimana Allah SWT menyatakan seseorang yang lupa akan kesadaran dirinya sendiri maka ia sama dengan orang fasik yang melupakan Allah SWT.

Hasil penelitian ini untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan *self awareness* siswa di SMAN 7 Banjarmasin, hal ini dibuktikan dengan uji hipotesis menggunakan uji koefisien korelasi didapat $0,000 < 0,05$. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antara variabel regulasi emosi dengan *self awareness* siswa di SMAN 7 Banjarmasin. Kemudian pada pengukuran penelitian menunjukkan bahwa $r = 0,073$ dalam koefisien klasifikasi membentang antara $0,60-0,799$ berarti tingkat antara variabel regulasi emosi dengan *self awareness* dinyatakan kuat dan dapat diterima. Kemudian, pada aspek regulasi emosi yang memberikan sumbangan efektif paling besar kepada variabel *self awareness* adalah aspek mampu mengevaluasi emosi dengan persentase 36% yang kedua adalah memonitor emosi sebesar 7 % dan terakhir adalah aspek modifikasi emosi 1,6 %. Terlebih lagi, nilai signifikansi aspek modifikasi emosi sebesar 0,298 ($p > 0,05$) yang artinya aspek ini tidak memprediksi secara signifikan terhadap variabel *self awareness*. Sedangkan pada aspek memonitor emosi dan mengevaluasi emosi mempunyai prediksi yang signifikan terhadap variabel *self awareness* yaitu dengan nilai tiap aspeknya sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Dari uraian di atas dan hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki regulasi emosi dan kesadaran yang positif akan memiliki dukungan kemandirian yang lebih besar dan dapat menyadari serta memahami dirinya sendiri untuk dapat bertindak berhasil dalam berbagai keadaan. Pada penelitian ini khususnya siswa SMAN 7 memahami dirinya sendiri, mengelola emosi, mempunyai kesadaran diri yang baik sebagai siswa dan makhluk sosial. Jika siswa tidak bisa mengendalikan emosi dengan baik maka setiap dia marah atau kecewa maka akan mengeluarkan respons yang tidak baik seperti memendam perasaannya, mengungkapkan marah dengan membentak orang disekitar, serta bertindak berlebihan ketika marah. Oleh karena itu penting mempunyai kesadaran diri untuk mengontrol keadaan ketika tidak dapat memahami perasaan ataupun pikiran diri sendiri (Widjaja, Sitorus, dan Himawan 2020).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari analisa data dan pembahasan yang telah peneliti lakukan, maka diketahui tingkat regulasi emosi pada siswa di SMAN 7 Banjarmasin berkategori tinggi yaitu berjumlah 36 siswa dengan persentase 15,5%, kategori sedang berjumlah 158 siswa dengan persentase 67,8% dan kategori rendah berjumlah 39 siswa dengan persentase 16,7%. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat regulasi emosi yang paling dominan adalah siswa kategori sedang sebanyak 158 siswa dengan persentase 67,8%.

Tingkat *self awareness* pada siswa di SMAN 7 Banjarmasin dengan kategori tinggi yaitu berjumlah 30 siswa dengan persentase 12,9%, kategori sedang berjumlah 175 siswa dengan persentase 75,1% dan kategori rendah berjumlah 28 siswa dengan persentase 12,0%. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat *self awareness* yang paling dominan adalah pada kategori sedang sebanyak 158 siswa dengan persentase 75,1%. Regulasi emosi memiliki hubungan positif terhadap *self awareness* siswa di SMAN 7 Banjarmasin. Hasil tersebut dinyatakan dengan nilai R square sebesar 0,532. Berdasarkan hasil ini membuktikan bahwa kemampuan regulasi emosi dalam menerangkan *self awareness* sebesar 52,3%. Kemudian 47,7% lainnya dijabarkan oleh faktor lain.

Nilai signifikan variabel regulasi emosi dengan *self awareness* adalah $0,000 < 0,05$. Nilai tersebut bahwasanya regulasi emosi siswa di SMAN 7 Banjarmasin memiliki hubungan yang positif dengan *self awareness*. Kekuatan hubungan antara variabel regulasi emosi dengan *self awareness* penelitian ini dapat dilihat dari nilai R yaitu 0,723. Hasil ini menerangkan bahwa antara kedua variabel tersebut berada pada tingkat tinggi atau kuat.

Saran

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi dan kesadaran diri siswa berada pada kategori sedang. Maka dari itu disarankan untuk lebih meningkatkan lagi, seperti dengan melatih kesabaran untuk variabel regulasi emosi dan melatih muhasabah dalam diri atau intropeksi diri untuk variabel kesadaran diri. Para siswa juga diharapkan untuk menumbuhkan ikatan emosional dengan teman di sekolah sehingga terciptanya

pertemanan yang tenang dan aman. Selanjutnya mencoba memulai percakapan, menentukan pendapat hingga mempunyai kepercayaan diri dalam beradaptasi di lingkungan sekitar. Terdapat variabel lain yang juga memiliki pengaruh dan hubungan terhadap variabel regulasi emosi dan *self awareness* maka untuk peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema penelitian ini disarankan untuk menggunakan beberapa variabel seperti dukungan sosial, kesabaran dan pola asuh untuk variabel regulasi emosi. Asertivitas, muhasabah dan *self control* untuk variabel *self awareness*.

Referensi

- Amin Syukur. 2006. *Tasawuf Bagi orang Awam ,(Menjawab Problematika Kehidupan)*. Yogyakarta: LPK-2, 2006.
- Anantasia Christie Silaen, dan Kartika Sari Dewi."Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Asertivitas." *Jurnal Empati* Vol. 4, No. 2, 2015.
- Azmi, Nurul."Potensi Emosi Remaja Dan Pengembangannya." *Jurnal Pendidikan Sosial* Vol 2, No. 1, 2015.
- Choirunissa R., dan Ediati A. 2018. "Hubungan antara komunikasi interpersonal remaja-orangtua dengan regulasi emosi pada siswa SMK." *Jurnal Empati, Agustus* Vol 7, No. 3, 2018.
- Ferawati, Amalia Rahmandani."Hubungan Antara Pemaafan Diri Dengan Regulasi Emosi Pada Anak Didik Lembaga Pembinaan Khusus Anak (Lpka) Kelas I Kutoarjo Dan Kelas Ii Yogyakarta." *Empati* Vol. 8, No. 3, 2020.
- Kartika, Yuni, dan M. Nisfiannoor."Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja." *Jurnal Psikologi* Vol. 2, No. 2, 2017.
- Kota, Smpn X. "Hubungan Dukungan Sosial dengan Regulasi Emosi pada Siswa Korban Bullying di SMPN ' X ' Kota Bandung The Correlation Between Social Support and Emotion Regulation in Victims of" 2019.
- Malikah."Kesadaran Diri Proses Pembentukan Karakter Islam." *Jurnal Al-Ulum*Vol. 13, No. 1, 2013.
- Rizky, Arianty. "Pengaruh Konformitas dan Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Cyberbullying." *Jurnal Psikoborneo* Vol. 6, No. 4, 2018.
- S J Kahar, Mu'mina Kurniawati, Nina Zulida Situmorang, dan Siti Urbayatun."Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif pada Siswa SMA di Yogyakarta." *Psyche 165 Journal* Vol. 15, No. 1, 2022.

- Saputri, Indah Kurnia eka, dan Sugiariyanti. "Hubungan Sibling Rivalry Dengan Regulasi Emosi Pada Masa Kanak Akhir." *Jurnal Ilmiah Psikologi* Vol. 8, No. 2, 2016.
- Shafira Dzata S.W, dan Ari Khusumadewi. "Kesabaran dalam Regulasi Emosi pada Santri di SMA Al Muqoddasah." *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol. 4, No. 2, 2021.
- Tambuan, Yandari Agnes Theresia, dan Annastasia Ediati. "Problem Emosi Remaja Ditinjau Dari Pola Asuh Orangtua: Studi Komparasi Pada Siswa SMA Parulian 1 MEDAN." *Jurnal Empati* Vol. 5, No. 2, 2016.
- Widjaja, Madeline S., Kartika S. Sitorus, dan Karel K. Himawan. 2020. "Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan burnout pada karyawan bagian pemasaran." *Jurnal Psikologi Ulayat* Vol. 3, No. 1, 2020.

RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap : Namira Hafizhah
Tempat dan Tanggal Lahir : Ampah, 23 November 2000
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Status Perkawinan : Belum Menikah
Agama : Islam
Alamat Lengkap : Jl. Raden Sosilo rt 1, rw 1, Ampah Kota, kec Dusun Tengah, kab Barito Timur, Prov Kalimantan
Telepon/Hp : 0822-6917-3744
Email : Namirahfzh@gmail.com

Pendidikan Formal

2006-2012 : Lulus MIN Ampah
2012-2015 : Lulus MTS Normal Islam Puteri Rasyidiyah Khalidiyah Amuntai (RAKHA)
2015-2018 : Lulus MA Normal Islam Puteri Rasyidiyah Khalidiyah Amuntai (RAKHA)

Keluarga

Ayah : H. Marzuki
Tempat, Tanggal Lahir : Amuntai, 12 Juni 1980
Pekerjaan : Wiraswasta
Ibu : Hj. Riani Elviana
Tempat, Tanggal Lahir : Mengkatip, 2 Februari 1982
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Saudara : 1 orang