

LAMPIRAN

Lampiran 1. Rincian Populasi Remaja tahun 2023

Kelompok Umur	Penduduk (Laki-Laki) (Ribu)	Penduduk (Perempuan) (Ribu)	Penduduk (Laki-Laki + Perempuan) (Ribu)
0-4	11.499,3	11.012,6	22.511,8
5-9	11.237,6	10.762,4	22.000,1
10-14	11.316,5	10.746,7	22.063,2
15-19	11.419,7	10.714,6	22.134,4
20-24	11.489,7	10.871,1	22.360,9
25-29	11.509,1	10.986,4	22.495,6
30-34	11.243,9	10.845,1	22.089,0
35-39	10.834,1	10.570,3	21.404,5
40-44	10.274,3	10.130,8	20.405,2
45-49	9.544,2	9.514,7	19.058,9
50-54	8.415,0	8.450,9	16.865,9
55-59	7.133,3	7.231,3	14.364,6
60-64	5.676,6	5.813,7	11.490,3

Lampiran 2. Tabel Jumlah *Sample* Berdasarkan Jumlah Populasi dari Isaac dan Michael

lain menghitung jumlah
jumlahnya dengan rumus
5.1 telah diberikan
tentukan jumlah sampel
an 10%. Rumus Isaac dan Michael

$$s = \frac{\lambda^2 N P Q}{d^2(N-1) + \lambda^2 P Q} = \frac{3,841 \times 1000 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2 \times (1000-1) + 3,841 \times 0,5 \times 0,5} = 277$$

jadi untuk populasi 1000 dengan tingkat *sampling error* dan *confidence level* 5% jumlah sampelnya 277

TABEL 5.1
PENENTUAN JUMLAH SAMPEL DARI POPULASI TERTENTU
DENGAN TARAF KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%

N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	163	138
15	15	14	14	290	202	166	140
20	19	19	19	300	207	169	143
25	24	24	23	320	216	175	147
30	29	28	27	340	225	181	151
35	33	32	31	360	234	187	155
40	38	36	35	380	242	192	158
45	42	40	39	400	250	197	162
50	47	44	42	420	257	201	165
55	51	48	46	440	265	206	168
60	55	52	49	460	272	210	171
65	59	56	53	480	279	214	173
70	63	59	56	500	285	218	176
75	67	63	59	550	301	227	182
80	71	66	62	600	315	235	187
85	75	70	65	650	329	242	191
90	79	73	68	700	341	249	195
95	83	76	71	750	352	255	199
100	87	80	73	800	363	261	202
110	94	86	78	850	373	266	205
120	102	92	83	900	382	270	208
130	109	97	88	950	391	275	211
140	116	103	92	1000	399	277	213
150	122	108	97	1100	414	286	217
160	129	113	101	1200	427	292	221
170	135	118	105	1300	440	298	224
180	142	123	108	1400	450	303	227
190	148	128	112	1500	460	307	229
200	154	132	115	1600	469	311	232
210	160	136	118	1700	477	315	234
220	165	140	122	1800	485	318	235
230	171	144	125	1900	492	321	237
240	176	148	127	2000	498	324	238
250	182	152	130	2200	510	329	241
260	187	156	133	2400	520	333	243
270	192	159	135	2600	529	336	245
							∞
							664
							386
							271

masalah dari suatu
tersebut (populasi)
populasi 1000 orang
ta sampel dengan

5.1) selanjutnya
el tidak dikuadratkan

3

ng derajat kebebasan
basan 1 dan kesalahan
= 3,841. Lihat tabel
3,841 tidak dikuadratkan
dengan rata-rata
mpel) = 5% = 0,05

Lampiran 3. Aitem UCLA *Loneliness Scale Version 3*

No.	Bahasa Inggris	Translasi (sebelum <i>expert judgement</i>)	Sesudah <i>expert judgement</i>
1.	How often do you feel that you are “in tune” with the people around you?	Seberapa sering anda merasa selaras dengan orang-orang di sekitar?	Seberapa sering Anda merasa cocok dengan orang-orang disekitar Anda?
2.	How often do you feel that you lack companionship?	Seberapa sering anda merasa gagal dalam menjalin persahabatan?	Seberapa sering Anda tidak memiliki teman dekat?
3.	How often do you feel that there is no one you can turn to?	Seberapa sering anda merasa tidak ada orang yang dapat anda andalkan	Seberapa sering Anda merasa tidak ada seorang pun yang dapat Anda andalkan?
4.	How often do you feel alone?	Seberapa sering anda merasa sendirian?	Seberapa sering Anda merasa sendiri?
5.	How often do you feel part of a group of friends?	Seberapa sering anda merasa menjadi bagian dari sekelompok teman	Seberapa sering Anda merasa menjadi bagian dari kelompok?
6.	How often do you feel that you have a lot in common with the people around you?	Seberapa sering anda merasa memiliki banyak kesamaan dengan orang-orang di sekitar?	Seberapa sering anda merasa memiliki banyak kesamaan dengan orang-orang di sekitar?
7.	How often do you feel that you are no longer close to anyone?	Seberapa sering anda merasa tidak dekat dengan siapapun	Seberapa sering Anda merasa tidak ada satu orang pun yang dekat dengan Anda?
8.	How often do you feel that your interests and ideas are not shared by those around you?	Seberapa sering anda merasa ide atau usulan anda tidak ditanggapi oleh orang-orang di sekitar anda?	Seberapa sering anda merasa ide atau usulan anda tidak ditanggapi oleh orang-orang di sekitar anda?

No.	Bahasa Inggris	Translasi (sebelum <i>expert judgement</i>)	Sesudah <i>expert judgement</i>
9.	How often do you feel outgoing and friendly?	Seberapa sering anda merasa ramah dan bersahabat	Seberapa sering Anda merasa menjadi orang yang mudah bergaul dan ramah?
10.	How often do you feel close to people?	Seberapa sering anda merasa dekat dengan orang lain?	Seberapa sering Anda merasa dekat dengan orang lain?
11.	How often do you feel left out?	Seberapa sering anda merasa ditinggalkan?	Seberapa sering Anda merasa ditinggalkan?
12.	How often do you feel that your relationship with others are not meaningful?	Seberapa sering anda merasa hubungan anda dengan orang lain tidak berarti?	Seberapa sering Anda merasa hubungan sosial Anda dengan orang lain tidak berarti?
13.	How often do you feel that no one really knows you well?	Seberapa sering anda merasa tidak ada satu orang pun yang mengenal anda dengan baik?	Seberapa sering Anda merasa tidak satu pun orang mengenal Anda dengan baik?
14.	How often do you feel isolated from others?	Seberapa sering anda merasa terisolasi dari orang lain di sekitar anda?	Seberapa sering Anda merasa terisolasi dari orang lain?
15.	How often do you feel you can find companionship when you want it?	Seberapa sering anda merasa dapat menemukan sahabat ketika anda menginginkannya?	Seberapa sering Anda mendapatkan bantuan orang lain ketika Anda membutuhkannya?
16.	How often do you feel that there are people who really understand you?	Seberapa sering anda merasa memiliki teman yang dapat mengerti anda?	Seberapa sering Anda merasa bahwa ada orang yang benar-benar dapat mengerti Anda?
17.	How often do you feel shy?	Seberapa sering anda merasa malu?	Seberapa sering Anda merasa malu?

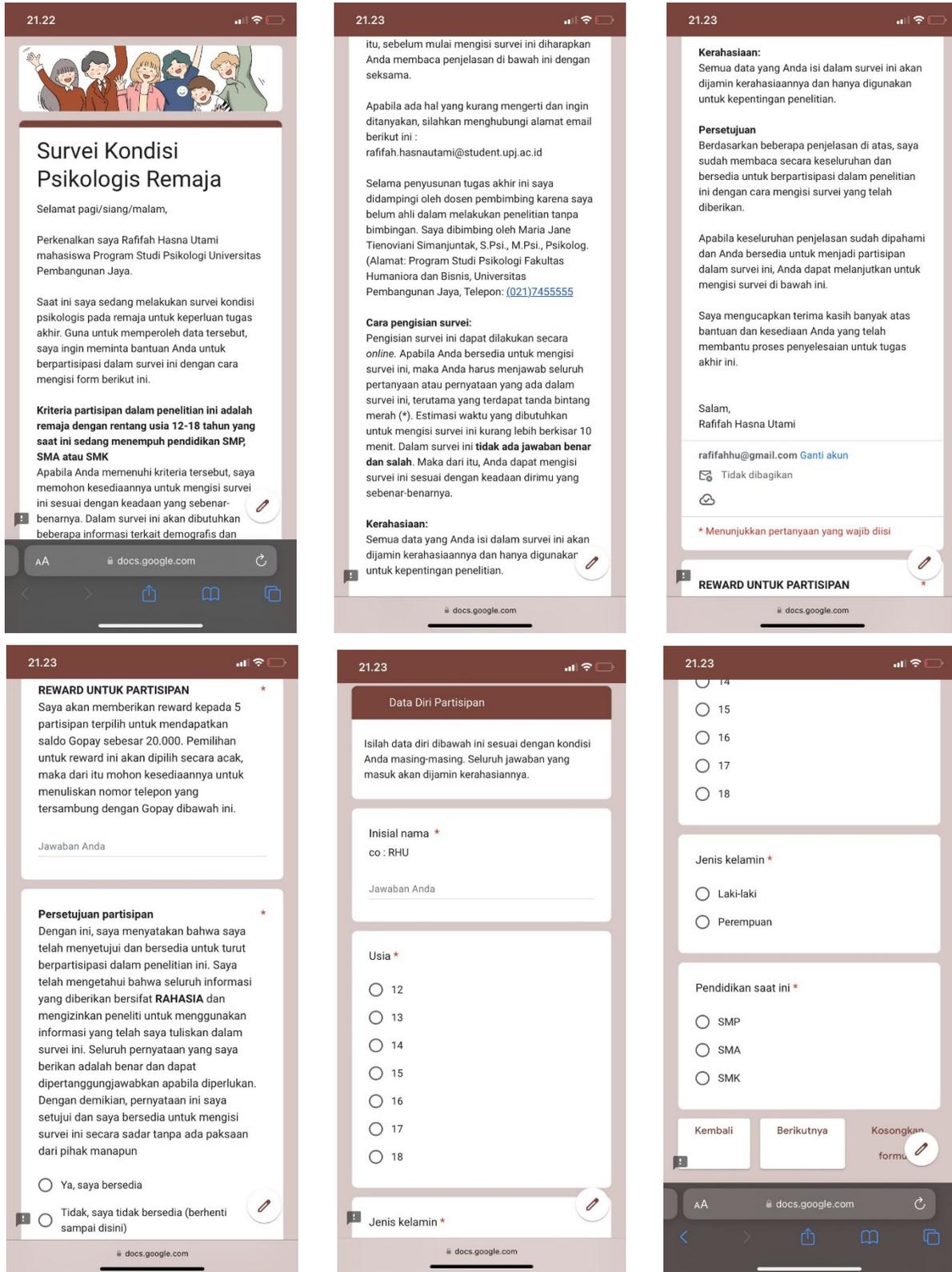
No.	Bahasa Inggris	Translasi (sebelum <i>expert judgement</i>)	Sesudah <i>expert judgement</i>
18.	How often do you feel that people are around you but not with you?	Seberapa sering anda merasa kesepian walaupun banyak orang di sekitar anda?	Seberapa sering Anda merasa kesepian ketika ada banyak orang disekitar Anda?
19.	How often do you feel that there are people you can talk to?	Seberapa sering anda merasa mempunyai teman yang dapat anda ajak berbicara?	Seberapa sering anda merasa mempunyai teman yang dapat anda ajak berbicara?
20.	How often do you feel that there are people you can turn to?	Seberapa sering anda merasa memiliki tempat untuk berkeluh kesah?	Seberapa sering Anda merasa bahwa ada orang yang bisa dijadikan tempat berbagi cerita?

Lampiran 4. Aitem *Revised Cheek and Buss Shyness Scale*

No.	Bahasa Inggris	Translasi (sebelum <i>expert judgement</i>)	Sesudah <i>expert judgement</i>
1.	I feel tense when I'm with people I don't know well.	Saya merasa tegang saat bersama orang yang tidak saya kenal dengan baik.	Saya merasa tegang saat bersama orang yang tidak saya kenal dengan baik.
2.	I am socially somewhat awkward.	Saya secara sosial agak canggung.	Saya merasa canggung secara sosial.
3.	I do not find it difficult to ask other people for information.	Saya tidak merasa kesulitan untuk meminta informasi kepada orang lain.	Saya merasa mudah untuk meminta informasi kepada orang lain.
4.	I am often uncomfortable at parties and other social functions.	Saya sering merasa tidak nyaman di pesta dan acara sosial lainnya.	Saya sering merasa tidak nyaman ketika berada di pesta dan acara sosial lainnya.
5.	When in a group of people, I have trouble thinking of the right things to talk about.	Saat berada dalam kelompok, saya kesulitan memikirkan hal yang tepat untuk.	Saat berada dalam kelompok, saya kesulitan memikirkan topik pembicaraan yang tepat.
6.	I does not take me long to overcome my shyness in new situation.	Tidak butuh waktu lama bagi saya untuk mengatasi rasa malu saya dalam situasi baru.	Tidak butuh waktu lama bagi saya untuk mengatasi rasa malu saya dalam situasi baru.
7.	It is hard for me to act natural when I am meeting new people.	Sulit bagi saya untuk bersikap natural saat bertemu orang baru.	Sulit bagi saya untuk merasa nyaman saat bertemu dengan orang baru.
8.	I feel nervous when speaking to someone in authority	Saya merasa gugup ketika berbicara dengan seseorang yang berwenang.	Saya merasa gugup ketika berbicara dengan seseorang yang berwenang.

No.	Bahasa Inggris	Translasi (sebelum <i>expert judgement</i>)	Sesudah <i>expert judgement</i>
9.	I have no doubts about my social competence	Saya tidak meragukan kompetensi sosial saya.	Saya tidak meragukan kompetensi sosial saya.
10.	I have trouble looking someone right in the eye.	Saya kesulitan dalam menatap mata seseorang.	Saya kesulitan untuk melakukan kontak mata dengan orang lain.
11.	I feel inhibited in social situation	Saya merasa terhambat dalam situasi sosial.	Saya merasa terhambat dalam situasi sosial.
12.	I do not find it hard to talk to strangers	Saya tidak merasa sulit untuk berbicara dengan orang asing.	Saya tidak merasa sulit untuk berbicara dengan orang asing.
13.	I am more shy with members of the opposite sex	Saya lebih pemalu dengan lawan jenis.	Saya merasa malu saat berhadapan dengan lawan jenis.

Lampiran 5. Kuesioner Alat Ukur *Loneliness* dan *Shyness* dalam *Google Forms*



21.24

Refleksi Diri

Apakah Anda merasakan kesepian? *
Kesepian yang dimaksud adalah perasaan kosong, hampa, merasa sendirian, tidak nyaman untuk berkomunikasi dengan orang lain dan kurang memiliki teman

Ya
 Tidak

Apakah perasaan kesepian itu memengaruhi suasana hati Anda sehari-hari? *

Ya
 Tidak

Apa yang menyebabkan Anda merasakan kesepian? *

Merasa malu dalam bersosialisasi
 Merasa kurang percaya diri

AA docs.google.com

21.24

Apa yang menyebabkan Anda merasakan kesepian? *

Merasa malu dalam bersosialisasi
 Merasa kurang percaya diri
 Tidak memiliki teman dekat
 Yang lain:

Apakah Anda menggunakan media sosial setiap hari? *

Ya
 Tidak

Apakah Anda sering berkomunikasi dengan teman-teman di media sosial? *

Ya
 Tidak

Apakah Anda pernah merasakan kesepian meskipun sudah berinteraksi dengan

AA docs.google.com

21.24

Apakah Anda pernah merasakan kesepian meskipun sudah berinteraksi dengan teman-teman di media sosial? *

Pernah
 Tidak pernah

Seberapa banyak jumlah teman (friends) yang Anda miliki? *

1-2
 3-4
 lebih dari 4

Seberapa banyak jumlah teman dekat (best friend) yang Anda miliki? Teman dekat adalah suatu hubungan dekat antara individu yang melibatkan kebersamaan, saling mendukung, dan memiliki keakraban satu sama lain

1-2
 3-4
 lebih dari 4

AA docs.google.com

21.24

3-4
 lebih dari 4

Apakah Anda merasa sulit untuk membangun hubungan yang dekat dengan teman? *

Ya
 Tidak

Apakah Anda merasa bahwa teman Anda hanya mendekati untuk mendapatkan keuntungan dari Anda? *

Ya
 Tidak

Apa makna teman bagi Anda? *

Jawaban Anda

AA docs.google.com

21.25

Bagian 1

Pada bagian ini, Anda dimohon untuk membaca setiap pertanyaan dan menjawab salah satu dari 4 pilihan yang sesuai dengan kondisi Anda saat ini. Pilihan tersebut mulai dari Tidak Pernah (TP) sampai Sangat Sering (SS)

Keterangan :
1. TP = Tidak Pernah
2. J = Jarang
3. S = Sering
4. SS = Sangat Sering

1. Seberapa sering Anda merasa cocok dengan orang-orang di sekitar Anda? *

Tidak pernah
1
2
3
4
Sangat sering

2. Seberapa sering Anda merasa tidak ada seorang pun yang dapat Anda andalkan? *

AA docs.google.com

21.25

2. Seberapa sering Anda merasa tidak ada seorang pun yang dapat Anda andalkan? *

Tidak pernah
1
2
3
4
Sangat sering

3. Seberapa sering Anda merasa sendiri? *

Tidak pernah
1
2
3
4
Sangat sering

4. Seberapa sering Anda merasa menjadi bagian dari kelompok? *

AA docs.google.com

21.25

4. Seberapa sering Anda merasa menjadi bagian dari kelompok? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

5. Seberapa sering anda merasa memiliki banyak kesamaan dengan orang-orang di sekitar? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

6. Seberapa sering Anda merasa tidak ada

docs.google.com

21.25

6. Seberapa sering Anda merasa tidak ada satu orang pun yang dekat dengan Anda? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

7. Seberapa sering anda merasa ide atau usulan anda tidak ditanggapi oleh orang-orang di sekitar anda? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

8. Seberapa sering Anda merasa menjadi

docs.google.com

21.25

7. Seberapa sering anda merasa ide atau usulan anda tidak ditanggapi oleh orang-orang di sekitar anda? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

8. Seberapa sering Anda merasa menjadi orang yang mudah bergaul dan ramah? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

docs.google.com

21.25

9. Seberapa sering Anda merasa dekat dengan orang lain? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

10. Seberapa sering Anda merasa ditinggalkan? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

11. Seberapa sering Anda merasa hubungan sosial Anda dengan orang lain

docs.google.com

21.25

11. Seberapa sering Anda merasa hubungan sosial Anda dengan orang lain tidak berarti? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

12. Seberapa sering Anda merasa tidak satu pun orang mengenal Anda dengan baik? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

docs.google.com

21.25

13. Seberapa sering Anda merasa terisolasi dari orang lain? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

14. Seberapa sering Anda mendapatkan bantuan orang lain ketika Anda membutuhkannya? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

15. Seberapa sering Anda merasa bahwa

docs.google.com

21.26

15. Seberapa sering Anda merasa bahwa * ada orang yang benar-benar dapat mengerti Anda?

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

16. Seberapa sering Anda merasa malu? *

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

17. Seberapa sering Anda merasa kesepian * ketika ada banyak orang disekitar Anda?

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

19. Seberapa sering Anda merasa bahwa * ada orang yang bisa dijadikan tempat berbagi cerita?

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

Kembali Berikutnya Kosongkan formu

docs.google.com

21.26

17. Seberapa sering Anda merasa kesepian * ketika ada banyak orang disekitar Anda?

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

18. Seberapa sering anda merasa * mempunyai teman yang dapat anda ajak berbicara?

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

19. Seberapa sering Anda merasa bahwa * ada orang yang bisa dijadikan tempat berbagi cerita?

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

Kembali Berikutnya Kosongkan formu

docs.google.com

21.26

berbicara?

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

19. Seberapa sering Anda merasa bahwa * ada orang yang bisa dijadikan tempat berbagi cerita?

Tidak pernah

1

2

3

4

Sangat sering

Kembali Berikutnya Kosongkan formu

docs.google.com

21.26

Bagian 2

Pada bagian ini, Anda dimohon untuk membaca setiap pertanyaan dan menjawab salah satu dari 5 pilihan yang sesuai dengan kondisi Anda saat ini. Pilihan tersebut mulai dari Sangat Tidak Setuju (STS) sampai Sangat Setuju (SS)

Keterangan :

1. STS = Sangat Tidak Setuju
2. TS = Tidak Setuju
3. N = Netral
4. S = Setuju
5. SS = Sangat Setuju

1. Saya merasa tegang saat bersama orang * yang tidak saya kenal dengan baik.

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

docs.google.com

21.26

2. Saya merasa canggung secara sosial. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

3. Saya merasa mudah untuk meminta * informasi kepada orang lain.

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

docs.google.com

21.27

4. Saya sering merasa tidak nyaman ketika * berada di pesta dan acara sosial lainnya.

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

5. Saat berada dalam kelompok, saya * kesulitan memikirkan topik pembicaraan yang tepat.

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

docs.google.com

21.27

6. Tidak butuh waktu lama bagi saya untuk mengatasi rasa malu saya dalam situasi baru. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

7. Sulit bagi saya untuk merasa nyaman saat bertemu dengan orang baru. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

docs.google.com

21.27

8. Saya merasa gugup ketika berbicara dengan seseorang yang berwenang. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

9. Saya tidak meragukan kompetensi sosial saya. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

docs.google.com

21.27

10. Saya kesulitan untuk melakukan kontak mata dengan orang lain. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

11. Saya merasa terhambat dalam situasi sosial. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

docs.google.com

21.27

12. Saya tidak merasa sulit untuk berbicara dengan orang asing. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

13. Saya merasa malu saat berhadapan dengan lawan jenis. *

Sangat tidak setuju

1

2

3

4

5

Sangat setuju

docs.google.com

Lampiran 6. Tabel Reliabilitas Alat Ukur UCLA *Loneliness Scale Version 3*

Frequentist Scale Reliability Statistics	
Estimate	Cronbach's α
Point estimate	0,931

Lampiran 7. Tabel Reliabilitas Alat Ukur *Revised Cheek and Buss Shyness Scale*

Frequentist Scale Reliability Statistics	
Estimate	Cronbach's α
Point estimate	0,910

Lampiran 8. Hasil Uji Independensi Error dengan *Durbin Watson*

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE	Durbin-Watson		
					Autocorrelation	Statistic	p
M ₀	0,000	0,000	0,000	11,629	0,299	1,398	<0,001
M ₁	0,765	0,586	0,585	7,491	0,069	1,860	0,122

Lampiran 9. Formulir Pembimbingan Skripsi

	FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA	SPT-I/03/SOP-28/F-03
		No. Pelaman

Nama Mahasiswa : Raffah Hasna Utami
 Prodi/NIM : Psikologi / 2019031047
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Pengaruh *Shyness* terhadap *Loneliness* pada Remaja

No	Tanggal	Materi Pembimbingan	Paraf Mhs	Paraf Dosen Pembimbing
1	03/06/2024	Pembahasan setelah sidang proposal skripsi		
2	11/11/2024	Pembahasan bab 1 dan pembuatan kuesioner		
3	13/11/2024	Pembahasan terkait kuesioner		
4	14/11/2024	Pembahasan final terkait penyebaran kuesioner		
5	26/11/2024	Revisi bab 1-3		
6	04/12/2024	Update progress data		
7	05/12/2024	Update hasil olah data sementara		
8	09/12/2024	Update hasil olah data setelah menambahkan subjek		
9	13/12/2024	Pembahasan bab 4		
10	18/12/2024	Pembahasan bab 4-5		

* Jika pembimbingan lebih dari minimal 8 kali, mohon membuat salinan formulir ini

	
Raffah Hasna Utami	Maria Jane Tienoviani Simanjuntak, S.Psi., M.Psi, Psikolog
Mahasiswa	Dosen Pembimbing

