

**PENGARUH KESEPIAN, REGULASI EMOSI, DAN RELIGIUSITAS
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL DISTRESS* PADA MAHASISWA YANG
SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI**



Oleh:

Daimatunnisa Ayu Patricia

1801620138

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2024

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Pengaruh Keseharian, Regulasi Emosi, dan Religiusitas terhadap *Psychological Distress* pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi”

Nama Mahasiswa : Daimatunnisa Ayu Patricia
 NIM : 1801620138
 Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 26 Juni 2024

Pembimbing I

Pembimbing II




Gita Irianda Rizkyani Medellu, M.Psi., Psikolog
 NIP. 198912192019032015

Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog
 NIP. 199505312022032017

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si. (Dekan/Penanggung jawab)*		31/7-2024
Dr. Gungum Gumelar, M.Si. (Wakil Dekan/Wakil Penanggung jawab)**		30/9-2024
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si. (Ketua Penguji)***		31/7-2024
Deasyanti, Ph.D (Anggota)****		9/7/2024
Ermita Zakiah, M.Psi., Psikolog (Anggota)****		11/7/2024

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Daimatunnisa Ayu Patricia
NIM : 1801620138
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **“Pengaruh Kesepian, Regulasi Emosi, dan Religiusitas terhadap *Psychological Distress* pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari sampai dengan bulan Juni 2024.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 8 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan,



(Daimatunnisa Ayu Patricia)

LEMBAR MOTO DAN PERSEMBAHAN

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya
bersama kesulitan ada kemudahan”
QS. Al-Insyirah: 5-6

“May your trials end in full bloom”
so far away – Agust D

Penelitian ini dipersembahkan kepada dua orang yang paling berharga dalam hidup penulis yaitu kedua orang tua yang selalu memberikan kasih sayang dan senantiasa selalu mendoakan penulis sepanjang hidupnya.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN
Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Daimatunnisa Ayu Patricia
NIM : 1801620138
Fakultas/Prodi : FPPsi I Psikologi
Alamat email : daimatunnisaayu@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :
Pengaruh Kesehatan, Regulasi Emosi, dan Resiliensi terhadap Psychological Distress
pada Mahasiswa yang sedang Mengetik Skripsi

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 4 Agustus 2024



(Daimatunnisa Ayu Patricia)
nama dan tanda tangan

DAIMATUNNISA AYU PATRICIA

**PENGARUH KESEPIAN, REGULASI EMOSI, DAN RELIGIUSITAS
TERHADAP DISTRES PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA YANG
SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2024

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kesepian, regulasi emosi, dan religiusitas terhadap distres psikologis yang mencakup stres, kecemasan, dan depresi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik *purposive sampling* dan melibatkan 405 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *UCLA Loneliness Scale Version 3* untuk mengukur kesepian, *Emotional Regulation Questionnaire (ERQ)* untuk mengukur regulasi emosi, *Centrality of Religiosity Scale-15 (CRS-15)* untuk mengukur religiusitas, dan *Depression, Anxiety, and Stress Scale-21 (DASS-21)* untuk mengukur distres psikologis. Analisis statistika yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara kesepian, regulasi emosi, dan religiusitas terhadap stres dengan kontribusi sebesar 25,8%, serta terdapat pengaruh positif antara kesepian dan regulasi emosi dengan kontribusi sebesar 25,8% terhadap kecemasan dan 42,6% terhadap depresi.

Kata kunci: Kesepian, Regulasi Emosi, Religiusitas, Distres Psikologis, Mahasiswa Tingkat Akhir

DAIMATUNNISA AYU PATRICIA

**THE INFLUENCE OF LONELINESS, EMOTION REGULATION, AND
RELIGIOSITY ON PSYCHOLOGICAL DISTRESS AMONG
FINAL-YEAR STUDENTS IN WRITING THESIS**

Thesis

Jakarta: Study Program of Psychology

Faculty of Educational Psychology

Universitas Negeri Jakarta

2024

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of loneliness, emotion regulation, and religiosity on psychological distress that includes stress, anxiety, and depression among final-year students who were working on the thesis. This study used quantitative research methods with purposive sampling techniques and involved 405 final-year students who were working on the thesis. The measuring instruments used in this study are UCLA Loneliness Scale Version 3 to measure loneliness, Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) to measure emotion regulation, Centrality of Religiosity Scale-15 (CRS-15) to measure religiosity, and Depression, Anxiety, and Stress Scale-21 (DASS-21) to measure psychological distress. The results of this study indicate that there is a positive influence between loneliness, emotion regulation, and religiosity on stress with a contribution of 25.8%, and there is a positive influence between loneliness and emotion regulation with a contribution of 25.8% to anxiety and 42.6% to depression.

Keywords: Loneliness, Emotion Regulation, Religiosity, Psychological Distress, Final-Year Students

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kesepian, Regulasi Emosi, dan Religiusitas terhadap *Psychological Distress* pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam memenuhi tugas akhir Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta. penulis menyadari masih terdapat kekurangan dalam skripsi ini. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang terlibat dalam setiap proses penyelesaiannya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar, M.Si. selaku Wakil Dekan I, Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D. selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Mira Ariyani, P.hD. selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si. selaku Koordinator Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Mbak Gita Irianda Rizkyani Medellu, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing I yang senantiasa selalu memberikan saran dan dukungan selama masa perkuliahan dan masa proses penulisan skripsi.
5. Mbak Anggi Mayangsari, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa selalu memberikan saran dan dukungan selama proses penulisan skripsi.
6. Bapak dan Ibu dosen serta staf Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
7. Keluarga penulis, yaitu kedua orang tua dan abang yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan terbaik selama penulisan skripsi.
8. Seluruh teman-teman Psikologi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2020, khususnya Aisyah Noer Yasmien yang telah kebersamai penulis dan

memberikan dukungan sejak awal perkuliahan hingga saat ini, Tannia Annisa Marta, Rahma Ardani Putri, dan Kirana Azzahra sebagai teman dekat penulis yang juga selalu memberikan dukungan terbaiknya selama masa perkuliahan. Kemudian, Putri Devrina Syahrial dan Sagita Zahra Tarias selaku teman satu bimbingan yang juga selalu memberikan dukungan kepada penulis dan menjadi teman berdiskusi selama masa pengerjaan skripsi.

9. Seluruh responden yang terlibat dalam penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis terbuka untuk segala saran dan kritik yang membangun. Besar harapan bahwa skripsi ini dapat bermanfaat sebagai sumber wawasan bagi khalayak umum, khususnya dalam bidang Psikologi.

Jakarta, 21 Juni 2024

Penulis,



Daimatunnisa Ayu Patricia

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Pembatasan Masalah.....	9
1.4 Rumusan Masalah.....	9
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat Penelitian	10
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.6.2 Manfaat Praktis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 <i>Psychological Distress</i>	11
2.1.1 Definisi <i>Psychological Distress</i>	11
2.1.2 Dimensi <i>Psychological Distress</i>	12
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Psychological Distress</i>	12
2.1.4 Dampak <i>Psychological Distress</i>	14
2.2 Kesepian	15
2.2.1 Definisi Kesepian.....	15
2.2.2 Aspek Kesepian	16
2.2.3 Jenis Kesepian.....	16
2.2.4 Faktor Penyebab Kesepian.....	17
2.3 Regulasi Emosi	18
2.3.1 Definisi Regulasi Emosi	18
2.3.2 Strategi Regulasi Emosi	19
2.3.3 Proses Regulasi Emosi.....	20
2.3.4 Faktor yang Memengaruhi Regulasi Emosi.....	21
2.4 Religiusitas	22
2.6.1 Definisi Religiusitas.....	22
2.6.2 Dimensi Religiusitas	23
2.6.3 Dampak Religiusitas pada Mahasiswa.....	24
2.5 Hubungan <i>Psychological Distress</i> dengan Kesepian	25
2.6 Hubungan <i>Psychological Distress</i> dengan Regulasi Emosi	26
2.7 Hubungan <i>Psychological Distress</i> dengan Religiusitas	27

2.8 Kerangka Konseptual	28
2.9 Hipotesis	30
2.10 Hasil Penelitian yang Relevan	31
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Tipe Penelitian	34
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	34
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	34
3.2.2 Definisi Konseptual Variabel	35
3.2.3 Definisi Operasional Variabel	36
3.3 Populasi dan Sampel	37
3.3.1 Populasi	37
3.3.2 Sampel	37
3.4 Teknik Pengumpulan Data	38
3.4.1 <i>Depression, Anxiety, and Stress Scale-21 (DASS-21)</i>	38
3.4.2 <i>UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	41
3.4.3 <i>Emotional Regulation Questionnaire (ERQ)</i>	42
3.4.4 <i>Centrality of Religiosity Scale (CRS)</i>	44
3.5 Hasil Uji Coba Instrumen	45
3.5.1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Depression, Anxiety, and Stress Scale-21 (DASS-21)</i>	46
3.5.2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	48
3.5.3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Emotional Regulation Questionnaire (ERQ)</i>	50
3.5.4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Centrality of Religiosity Scale-15 (CRS-15)</i>	51
3.6 Analisis Data	53
3.6.1 Uji Asumsi Prasyarat	53
3.6.2 Uji Hipotesis	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	56
4.1 Gambaran Responden Penelitian	56
4.1.1 Gambaran Responden Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin	56
4.1.2 Gambaran Responden Penelitian berdasarkan Usia	56
4.1.3 Gambaran Responden Penelitian berdasarkan Agama	57
4.1.4 Gambaran Responden berdasarkan Domisili Perguruan Tinggi	58
4.1.5 Gambaran Responden Penelitian berdasarkan Semester Kuliah	58
4.2 Prosedur Penelitian	59
4.2.1 Persiapan Penelitian	59
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	61
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	61
4.3.1 Hasil Data Deskriptif	62
4.3.1.1 Hasil Data Deskriptif <i>Psychological distress</i>	62
4.3.1.2 Hasil Data Deskriptif <i>Kesepian</i>	64
4.3.1.3 Hasil Data Deskriptif <i>Religiusitas</i>	65
4.3.1.4 Hasil Data Deskriptif <i>Regulasi Emosi</i>	65
4.3.2 Kategorisasi <i>Psychological Distress</i>	67
4.3.3 Hasil Analisis Dimensi Stres	69
4.3.4 Hasil Analisis Dimensi Kecemasan	74
4.3.5 Hasil Analisis Dimensi Depresi	79

4.4 Pembahasan	84
4.5 Keterbatasan Penelitian	91
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	92
5.1 Kesimpulan.....	92
5.2 Implikasi	93
5.3 Saran	93
5.3.1 Bagi Mahasiswa.....	93
5.3.2 Bagi Penelitian Selanjutnya.....	94
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN	105



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	30
--------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala <i>Depression, Anxiety, and Stress Scale-21</i>	39
Tabel 3.2 <i>Blueprint Depression, Anxiety, and Stress Scale-21</i>	40
Tabel 3.3 Skala <i>UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	42
Tabel 3.4 <i>Blueprint UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	42
Tabel 3.5 Skala <i>Emotional Regulation Questionnaire (ERQ)</i>	43
Tabel 3.6 <i>Blueprint Emotional Regulation Questionnaire (ERQ)</i>	44
Tabel 3.7 Skala <i>Centrality of Religiosity Scale-15 (CRS-15)</i>	44
Tabel 3.8 <i>Blueprint Centrality of Religiosity Scale-15 (CRS-15)</i>	45
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas <i>Depression, Anxiety, and Stress Scale-21</i>	47
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas DASS-21 Dimensi Stres.....	48
Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas DASS-21 Dimensi Kecemasan	48
Tabel 3.12 Hasil Uji Reliabilitas DASS-21 Dimensi Depresi	48
Tabel 3.13 Hasil Uji Validitas <i>UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	48
Tabel 3.14 Hasil Uji Reliabilitas <i>UCLA Loneliness Version 3</i>	49
Tabel 3.15 Hasil Uji Validitas <i>Emotional Regulation Questionnaire (ERQ)</i>	50
Tabel 3.16 Hasil Uji Reliabilitas ERQ Dimensi <i>Reappraisal</i>	51
Tabel 3.17 Hasil Uji Reliabilitas ERQ Dimensi <i>Suppression</i>	51
Tabel 3.18 Hasil Uji Validitas <i>Centrality of Religiosity Scale-15</i>	52
Tabel 3.19 Hasil Uji Reliabilitas <i>Centrality of Religiosity Scale-15</i>	52
Tabel 4.1 Gambaran Responden berdasarkan Jenis Kelamin	56
Tabel 4.2 Gambaran Responden berdasarkan Usia.....	57
Tabel 4.3 Gambaran Responden berdasarkan Agama	57
Tabel 4.4 Gambaran Responden berdasarkan Domisili Perguruan Tinggi	58
Tabel 4.5 Gambaran Responden berdasarkan Semester Kuliah	59
Tabel 4.6 Data Deskriptif Dimensi Depresi	62
Tabel 4.7 Data Deskriptif Dimensi Kecemasan	63
Tabel 4.8 Data Deskriptif Dimensi Stres	63
Tabel 4.9 Data Deskriptif Kesepian	64
Tabel 4.10 Data Deskriptif Religiusitas	65
Tabel 4.11 Data Deskriptif Dimensi <i>Reappraisal</i>	66
Tabel 4.12 Data Deskriptif Dimensi <i>Suppression</i>	66
Tabel 4.13 Kategorisasi Dimensi Stres	67
Tabel 4.14 Kategorisasi Dimensi Kecemasan.....	68
Tabel 4.15 Kategorisasi Dimensi Depresi.....	68
Tabel 4.16 Hasil Uji Linearitas Dimensi Stres.....	70
Tabel 4.17 Hasil Uji Heteroskedastisitas Dimensi Stres.....	70
Tabel 4.18 Hasil Uji Autokorelasi Dimensi Stres	70
Tabel 4.19 Hasil Uji Multikolinearitas Dimensi Stres	71
Tabel 4.20 Hasil Uji Koefisien Regresi Dimensi Stres.....	71
Tabel 4.21 Hasil Uji F Dimensi Stres	73
Tabel 4.22 Hasil Uji Determinasi Dimensi Stres	73

Tabel 4.23 Sumbangan Efektif Dimensi Stres	74
Tabel 4.24 Hasil Uji Linearitas Dimensi Kecemasan	75
Tabel 4.25 Hasil Uji Heteroskedastisitas Dimensi Kecemasan	75
Tabel 4.26 Hasil Uji Autokorelasi Dimensi Kecemasan	76
Tabel 4.27 Hasil Uji Multikolinearitas Dimensi Kecemasan.....	76
Tabel 4.28 Hasil Uji Koefisien Regresi Dimensi Kecemasan	76
Tabel 4.29 Hasil Uji F Dimensi Kecemasan.....	78
Tabel 4.30 Hasil Uji Determinasi Dimensi Kecemasan.....	78
Tabel 4.31 Sumbangan Efektif Dimensi Kecemasan.....	79
Tabel 4.32 Hasil Uji Linearitas Dimensi Depresi	80
Tabel 4.33 Hasil Uji Heteroskedastisitas Dimensi Depresi	80
Tabel 4.34 Hasil Uji Autokorelasi Dimensi Depresi	81
Tabel 4.35 Hasil Uji Multikolinearitas Dimensi Depresi.....	81
Tabel 4.36 Hasil Uji Koefisien Regresi Dimensi Depresi	82
Tabel 4.37 Hasil Uji F Dimensi Depresi.....	83
Tabel 4.38 Hasil Uji Determinasi Dimensi Depresi.....	83
Tabel 4.39 Sumbangan Efektif Dimensi Depresi.....	84



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pernyataan Expert Judgement Validator 1	105
Lampiran 2 Pernyataan Expert Judgement Validator 2	106
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas UCLA <i>Loneliness Version 3</i> ...	107
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Depression, Anxiety, and Stress Scale-21</i>	108
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Centrality of Religiosity Scale-15</i>	109
Lampiran 6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Emotion Regulation Questionnaire</i>	110
Lampiran 7 Contoh Skala Penelitian.....	111
Lampiran 8 Hasil Uji Asumsi dan Uji Hipotesis Dimensi Depresi	114
Lampiran 9 Uji Asumsi dan Uji Hipotesis Dimensi Kecemasan.....	116
Lampiran 10 Uji Asumsi dan Uji Hipotesis Dimensi Stres	119
Lampiran 11 Riwayat Hidup Penulis	121

