

The Influence of Self-Disclosure and Social Comparison on Social Anxiety Among Generation Z Tiktok Users

[Pengaruh Pengungkapan Diri dan Perbandingan Sosial terhadap Kecemasan Sosial pada Generasi Z Pengguna Media Sosial Tiktok]

Evika Talitha Lysandrawati¹⁾, Zaki Nur Fahmawati²⁾

¹⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: zakinurfahmawati@umsida.ac.id

Abstract. *The use of social media, particularly TikTok, is increasingly prevalent among Generation Z and has the potential to influence the psychological well-being of social media users. Excessive self-disclosure and social comparison on social media are considered to have the potential to cause psychological disorders, namely social anxiety. This study aims to provide scientific insight into the influence of self-disclosure and social comparison on social anxiety among Generation Z users of TikTok social media. This study uses a quantitative method with a correlational approach and a cross-sectional design. The sample for this study consisted of 270 Generation Z respondents aged 20-24 years who actively use TikTok social media in Sidoarjo Regency. The sample was obtained through non-probability sampling using a purposive sampling approach. The research instruments used in this study were the Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A), the Revised Self-Disclosure Scale (RSDS), and the Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM). Data analysis was performed using Pearson's correlation test and multiple linear regression with the help of IBM SPSS Statistics version 31. The findings of this study show that self-disclosure and social comparison have a significant effect on social anxiety. Simultaneously, self-disclosure and social comparison significantly affect social anxiety with an R Square value of 0.475. This output shows that the higher the level of self-disclosure and social comparison a person engages in on social media, the higher the social anxiety that will occur. This study illustrates the importance of managing behavior on social media to maintain the psychological health of Generation Z.*

Keywords - Self-disclosure, Social comparison, Social anxiety

Abstrak. *Pemanfaatan media sosial, yang difokuskan pada Tiktok, semakin marak di kalangan Generasi Z dan berpeluang memberikan pengaruh ke kondisi psikologis pengguna media sosial tersebut. Bentuk keterlibatan pengungkapan diri dan perbandingan sosial yang berlebihan di media sosial dianggap berpotensi pada gangguan psikologis yaitu kecemasan sosial. Penelitian ini bertujuan sebagai wawasan ilmu untuk mengetahui Pengaruh pengungkapan diri dan perbandingan sosial terhadap kecemasan sosial pada Generasi Z pengguna media sosial Tiktok. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional dan dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian ini berjumlah 270 responden Generasi Z yang berusia 20-24 tahun yang aktif menggunakan media sosial Tiktok di Kabupaten Sidoarjo. Sampel diperoleh melalui teknik non-probability sampling dengan pendekatan purposive sampling. Instrumen penelitian pada penelitian ini adalah Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A), Revised Self-Disclosure Scale (RSDS), dan Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson dan regresi linier berganda dengan bantuan IBM SPSS Statistics versi 31. Temuan dari penelitian ini yaitu memperlihatkan pengungkapan diri dan perbandingan sosial berpengaruh signifikan dengan kecemasan sosial. Secara simultan pengungkapan diri dan perbandingan sosial berpengaruh signifikan terhadap kecemasan sosial dengan nilai R Square sebesar 0,475. Output ini menampilkan bahwa semakin tinggi tingkat pengungkapan diri dan perbandingan sosial yang dilakukan seseorang di media sosial, maka semakin tinggi juga kecemasan sosial yang akan terjadi. Penelitian ini menggambarkan pentingnya seseorang untuk mengelola perilaku di media sosial untuk menjaga kesehatan psikologis Generasi Z.*

Kata Kunci - Pengungkapan Diri, Perbandingan Sosial, Kecemasan Sosial

I. PENDAHULUAN

Generasi Z atau Gen Z merupakan kelompok yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012 dan pada tahun 2025 berada dalam rentang usia 13 hingga 28 tahun. Generasi ini memiliki peran penting dalam perkembangan era digital karena sejak usia dini telah terbiasa dengan kehadiran teknologi yang terus berkembang. Hal tersebut menjadikan Gen

Z lebih terampil dalam memanfaatkan teknologi dibandingkan generasi sebelumnya. Mereka dikenal sangat lekat dengan dunia digital dan aktif menggunakan media sosial yang turut memengaruhi cara mereka berinteraksi dan membentuk identitas diri. Kehidupan Gen Z tidak terlepas dari teknologi dan media sosial, di mana hampir seluruh aktivitas mereka termasuk komunikasi, berbagi pengalaman, hingga proses belajar dilakukan secara daring dan terhubung dengan internet [1]. Merujuk pada data terbaru yang dipublikasikan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) dan Kementerian Dalam Negeri (Kemendagri), besaran penduduk Indonesia pada waktu pertama tahun 2024 didapatkan 282.477.584 jiwa. Generasi Z yang telah berusia antara 12 sampai 27 tahun, berjumlah sekitar 23,6% dari total keseluruhan yang setara dengan 66.962.680 jiwa. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) memaparkan sebagaimana pada tahun 2024, cakupan penggunaan internet di Indonesia mencapai 79,5%[2]. Jumlah tersebut memaparkan yaitu pada umumnya penduduk Indonesia, terlebihnya Gen Z, aktif dalam ruang digital. Selain itu, Gen Z ialah kelompok pemanfaatan media sosial dengan pengguna internet terbesar di Indonesia yang berjumlah 34,4% dari total keseluruhan [3].

Melihat karakteristik usia, sebagian generasi Z kini berada dalam fase penting menuju kedewasaan awal. Dewasa awal merupakan fase transisi dari masa remaja menuju kedewasaan yang ditandai dengan eksplorasi identitas, kemandirian, dan pembentukan relasi sosial yang lebih stabil. Rentang usia dewasa awal berada pada kisaran 18 hingga 25 tahun [4]. Sementara itu, di Indonesia, Riset Kesehatan Dasar secara khusus mengelompokkan dewasa awal pada usia 20–24 tahun [5]. Interaksi Gen Z dalam dunia digital sangat beragam dan unik karena mereka adalah generasi pertama yang tumbuh besar dengan teknologi digital sebagai bagian integral dari kehidupan mereka. Gen Z aktif di berbagai platform digital, seperti *Instagram*, *TikTok*, *YouTube*, *Twitter*, dan *Snapchat*, serta sering menggunakan lebih dari satu platform secara bersamaan. Mereka memilih platform sesuai dengan konten atau tujuan tertentu seperti TikTok untuk hiburan dan tren viral, Instagram untuk visual estetis dan storytelling, YouTube untuk konten video panjang dan edukasi [1].

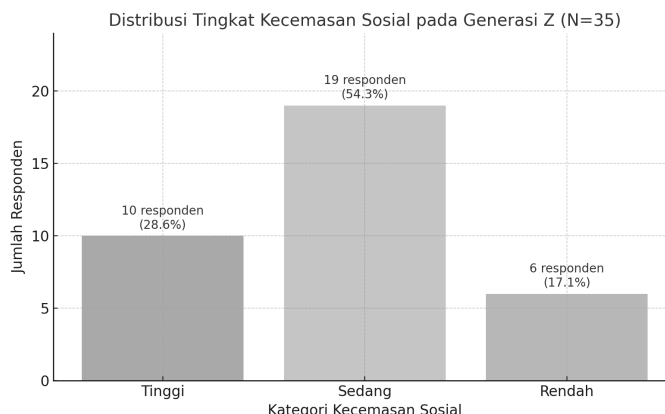
Media sosial merupakan sebuah platform digital yang memungkinkan penggunanya untuk berinteraksi, baik dengan sistem maupun antar sesama, dengan tujuan untuk berbagi informasi serta melakukan berbagai bentuk komunikasi dan aktivitas sosial lainnya [6]. Salah satu platform yang menunjukkan dominasi penggunaan paling kuat oleh satu generasi adalah TikTok. Berdasarkan survei APJII, sebanyak 46,84% pengguna Gen Z aktif menggunakan TikTok, menjadikan mereka generasi dengan tingkat keterlibatan tertinggi pada platform berbasis video pendek ini. Nilai ini secara statistik lebih tinggi dibandingkan kelompok lain yaitu *Milenial* (31,72%), *Gen X* (23,66%), dan *Baby Boomers* (13,57%). Proporsi terbesar ini memaparkan sebagaimana TikTok menunjukan keterkaitan yang kuat pada karakteristik Gen Z yang memiliki ketertarikan terhadap konten visual berdurasi singkat dan interaktif. Selain berfungsi sebagai media hiburan, TikTok juga menjadi tempat para Gen Z untuk menyalurkan ekspresi diri, terlibat dalam tren media sosial, membentuk komunitas daring, dan melakukan aktivitas ekonomi kreatif.

Berdasarkan laporan dari Data Indonesia pada tahun 2023, TikTok telah menjadi salah satu media digital yang sangat populer di kelompok masyarakat karena akses yang sangat mudah atas informasi dan konten edukatif. Indonesia menjadi urutan kedua sebagai negara yang memiliki jumlah pengguna TikTok terbanyak di dunia setelah Amerika Serikat, dan menjadi yang tertinggi di Asia, melampaui Vietnam serta Filipina. Platform TikTok saat ini termasuk dalam barisan platform dengan tingkat penggunaan tertinggi secara global, sebanding dengan *WhatsApp*, *Facebook*, dan *Instagram*. Bahkan, pengguna TikTok mengalami peningkatan signifikan sebesar 38,7% dibandingkan tahun sebelumnya [7]. TikTok menjadi salah satu platform media sosial yang paling banyak dimanfaatkan oleh masyarakat Indonesia. Berdasarkan laporan dari We Are Social tahun 2024, tercatat bahwa sebanyak 73,5% pengguna internet di Indonesia merupakan pengguna TikTok [8].

Penelitian yang dilakukan oleh Jelenchick mengungkapkan bahwa penggunaan media sosial dapat memengaruhi tingkat kecemasan sosial, di mana individu merasa tertekan oleh ekspektasi dan penilaian dari orang lain di dunia maya [9]. Kecemasan sosial ditandai oleh berbagai karakteristik yang mencakup aspek fisik, emosional, kognitif, dan perilaku. Gejala fisik dapat berupa peningkatan denyut jantung, gemetar, keringat dingin, mual, serta sesak napas. Secara emosional, individu cenderung merasa tidak nyaman dan takut terhadap penilaian orang lain. Dari sisi kognitif, kecemasan sosial ditunjukkan melalui munculnya pikiran negatif mengenai diri sendiri dan rendahnya kepercayaan diri. Sementara itu, pada aspek perilaku, individu sering menunjukkan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial dan menarik diri dari lingkungan. Keseluruhan gejala tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, proses pendidikan, maupun pekerjaan, serta umumnya muncul dalam situasi sosial tertentu, seperti bertemu dengan orang baru atau melakukan aktivitas lain di hadapan umum [10].

Menurut penelitian sebelumnya, semakin tinggi kecemasan sosial yang dirasakan seseorang, semakin besar kecenderungan individu tersebut melakukan *phubbing* (mengabaikan orang sekitar karena sibuk dengan gadget). Kecemasan sosial ialah suatu kondisi psikologis yang dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan individu, terutama dalam situasi sosial yang melibatkan interaksi dengan orang lain. Kondisi ini sering kali disebabkan oleh ketakutan akan penilaian negatif atau penolakan dari orang lain [11]. Sebuah penelitian menemukan hubungan signifikan antara penggunaan TikTok dengan peningkatan kecemasan sosial. Semakin sering dan semakin lama seseorang menggunakan TikTok, semakin tinggi tingkat kecemasan sosial yang dialaminya [9]. Dalam survei yang

dilakukan oleh Talker Research atas permintaan *LG Electronics* terhadap 2.000 Gen Z di Amerika Serikat, ditemukan bahwa 20% responden menyebut Tiktok sebagai platform yang berdampak negatif pada kecemasan sosial mereka. Selain itu, 25% dari mereka percaya bahwa media sosial secara mempengaruhi kecemasan sosial mereka. Temuan ini menunjukkan bahwa Gen Z menyadari adanya hubungan antara penggunaan media sosial dan kecemasan sosial [12].



Hasil survei awal peneliti terhadap 35 responden Gen Z (usia 20–24 tahun) menunjukkan prevalensi kecemasan sosial yang cukup signifikan dalam interaksi digital, khususnya di platform TikTok. Berdasarkan analisis statistik menggunakan rata-rata dan standar deviasi, mayoritas responden berada pada kategori Sedang (54,3%) dan Tinggi (28,6%), sementara hanya 17,1% yang tergolong Rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar partisipan mengalami kekhawatiran terhadap penilaian sosial dan cenderung menghindari interaksi tertentu, yang memperkuat dugaan bahwa media sosial berperan sebagai pemicu tekanan psikologis pada kelompok dewasa awal. Temuan ini sejalan dengan pendapat Meleshko dan Alden yang mengemukakan bahwa kecemasan sosial kerap membuat individu kesulitan dalam beradaptasi secara sosial serta menghadapi hambatan dalam menjalin hubungan interpersonal yang sehat [13].

Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengungkapan diri dan kecemasan sosial di kalangan Gen Z pengguna Tiktok [17]. Pengungkapan diri berperan sebagai sarana untuk membuat hubungan dan interaksi dengan orang lain yang bisa menimbulkan rasa dukungan sosial semakin kuat. Akan tetapi ketika Gen Z menyalurkan pengalaman pribadi mereka, mereka akan beresiko juga berhadapan dengan penilaian dari orang lain, yang bisa menyebabkan kecemasan sosial. Ketakutan tentang penilaian dari orang lain di sekitar kita dengan jangkauan lebih luas juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis individu salah satunya kecemasan sosial, yakni ketika individu merasakan kecemasan akibat dari bagaimana individu tersebut diterima atau pun tidak setelah membagikan informasi pribadi mereka. Pengungkapan diri yang tidak sehat atau berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan mental, terutama bagi Gen Z yang mungkin sudah menghadapi tantangan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi.

Pengungkapan diri adalah proses di mana individu secara sadar membagikan aspek-aspek pribadi tentang dirinya kepada orang lain, dengan tujuan mempererat hubungan dan menciptakan kedekatan emosional [14]. Pengungkapan diri merupakan proses yang memungkinkan seseorang untuk secara bertahap memahami orang lain melalui pertukaran informasi pribadi yang semakin mendalam. Proses ini tidak hanya membantu individu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, tetapi juga berperan dalam membangun perasaan dihargai, membentuk identitas, meningkatkan harga diri, dan mendukung kesejahteraan emosional. Pengungkapan diri sendiri terdiri dari beberapa dimensi, antara lain tujuan dalam mengungkapkan informasi, jumlah atau intensitas pengungkapan, sifat pengungkapan yang dapat bersifat positif maupun negatif, kemampuan mengendalikan seberapa dalam informasi yang dibagikan, serta tingkat kejujuran dan ketepatan dalam menyampaikannya [11].

Perbandingan sosial merupakan sebuah teori yang menyatakan bahwa individu memiliki dorongan alami untuk membandingkan dirinya dengan orang lain. Tindakan ini dilakukan sebagai upaya untuk menilai sejauh mana kemajuan diri telah dicapai serta untuk meraih keunggulan dalam berbagai aspek kehidupan [15]. Perbandingan sosial dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu *upward comparison*, yakni membandingkan diri dengan individu yang dianggap lebih unggul, dan *downward comparison*, yaitu membandingkan diri dengan individu yang dianggap berada di bawah kemampuan atau pencapaian sendiri. Dalam konteks penggunaan media sosial saat ini, *upward comparison* menjadi bentuk perbandingan yang paling sering dilakukan, khususnya oleh perempuan. Jenis perbandingan ini biasanya dilakukan sebagai dorongan untuk memperbaiki diri, di mana informasi mengenai individu yang lebih unggul dijadikan sumber inspirasi atau motivasi untuk meningkatkan kualitas diri [16].

Perbandingan sosial dapat berdampak pada kesehatan mental, memunculkan perasaan rendah diri, kecemburuan sosial, dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri [18]. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa perbandingan sosial di media sosial dapat menimbulkan perasaan inferior dan memengaruhi citra tubuh seseorang [19]. Fenomena ini juga terlihat di Tiktok, di mana pengguna sering terpapar pada pencapaian orang lain yang terlihat “sempurna”, yang dapat memengaruhi kesehatan psikologis mereka. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat perbandingan sosial yang dilakukan seseorang, semakin besar pula risiko munculnya kecemasan sosial. Sekitar 88% individu dilaporkan sering membandingkan kehidupannya dengan kehidupan orang lain melalui media sosial. Pola ini bisa menyebabkan perasaan rendah diri serta membuat pikiran negatif terdorong terhadap diri sendiri. Apabila kecemasan sosial terus berlanjut, kondisi ini dapat memengaruhi fungsi sosial hidup individu terutama pada hal kemampuan beradaptasi dengan lingkungan yang baru imbas keterampilan sosial yang rendah. Sehubungan dengan hal tersebut kecemasan sosial juga dapat menambah risiko berkembangnya gejala depresi [20].

Aktivitas penggunaan media sosial pada Generasi Z khususnya Tiktok telah menghadirkan dinamika psikologis yang semakin kompleks. Tiktok tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga menjadi ruang bagi individu untuk menampilkan diri, mengekspresikan pengalaman pribadi, serta membangun citra sosial melalui berbagai konten yang diunggah. Kondisi tersebut secara tidak langsung mendorong terjadinya pengungkapan diri dan perbandingan sosial antar pengguna yang apabila dilakukan secara berlebihan berpotensi memicu gangguan psikologis, salah satunya kecemasan sosial. Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental, kajian yang secara spesifik menelaah pengaruh pengungkapan diri dan perbandingan sosial terhadap kecemasan sosial pada Generasi Z pengguna Tiktok masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pengungkapan diri dan perbandingan sosial terhadap kecemasan sosial pada Generasi Z pengguna media sosial Tiktok guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kesejahteraan psikologis mereka di era digital.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang berfokus pada pengujian teori dengan cara mengukur variabel-variabel penelitian menggunakan data angka, serta menganalisisnya melalui prosedur statistik [21]. Penelitian ini menggunakan pendekatan *korelasional* dengan desain *cross-sectional* untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Dengan populasi penelitian yang terdiri dari pengguna media sosial Tiktok Generasi Z di Kabupaten Sidoarjo, yang berusia 20 hingga 24 tahun. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Sidoarjo tahun 2020, jumlah penduduk pada rentang usia tersebut tercatat sebanyak 193.564 jiwa [22].

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling* yaitu pemilihan responden secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria partisipan yang ditentukan adalah individu dari Generasi Z yang berusia antara 20 hingga 24 tahun, yang merupakan pengguna aktif media sosial Tiktok, serta berdomisili di wilayah Kabupaten Sidoarjo. Sampel penelitian terdiri dari 270 individu Gen Z yang diperoleh dari tabel tingkat signifikan 10% menurut Isaac dan Michael. Pengambilan sampel dilakukan secara online dengan menggunakan Google Forms dan skala Likert. Instrumen-instrumen tersebut disebarkan melalui platform Media Sosial, dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menghubungkan dua variabel X, yaitu Pengungkapan Diri dan Perbandingan Sosial, dengan variabel Y, yaitu Kecemasan Sosial. Seluruh instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala yang telah diadaptasi dari instrumen aslinya, baik melalui proses penerjemahan maupun penyesuaian konteks budaya agar relevan dengan karakteristik responden di Indonesia. Selain itu, ketiga skala telah melalui proses tryout untuk menguji validitas, reliabilitas, dan daya beda item sebelum digunakan sebagai instrumen penelitian utama.

Pertama, instrumen yang digunakan untuk mengukur kecemasan sosial adalah *Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A)* yang dikembangkan oleh La Greca dan Lopez, dan telah diterjemahkan serta disusun dalam bentuk adaptasi bahasa Indonesia oleh Zainatul Dilla. Skala ini terdiri dari 29 item yang mencakup tiga aspek utama, yaitu ketakutan terhadap evaluasi negatif (*fear of negative evaluation*), penghindaran sosial dan tekanan secara umum (*social avoidance and distress in general*), serta penghindaran sosial terhadap situasi baru atau orang asing (*social avoidance specific to new situations or strangers*) [23]. Skala ini memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,901, dengan nilai korelasi item-total berkisar antara 0,328 hingga 0,734, menunjukkan konsistensi internal yang tinggi [23].

Kedua, skala yang digunakan untuk mengukur pengungkapan diri adalah skala pengungkapan diri yang dikembangkan berdasarkan teori Wheelless (1978), yaitu *Revised Self-Disclosure Scale (RSDS)*. Skala ini telah disusun dan diadaptasi oleh Nailun Izzati Wahdah tanpa modifikasi besar dari bentuk aslinya. Skala ini terdiri dari 23 item pernyataan yang dikembangkan berdasarkan lima dimensi utama pengungkapan diri, yaitu niat untuk mengungkapkan diri (*intent*), jumlah pengungkapan (*amount*), sifat positif atau negatif dari informasi yang dibagikan (*positiveness/negativeness*), kontrol atas kedalaman informasi yang dibagikan (*control of depth*), serta kejujuran dan

ketepatan informasi yang diungkapkan (*honesty and accuracy*) [24]. Skala ini memiliki reliabilitas tinggi dengan nilai koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,884, serta indeks korelasi item-total yang berada pada kisaran nilai valid [24].

Ketiga, Skala yang digunakan untuk mengukur perbandingan sosial adalah *Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* yang dikembangkan oleh Gibbons dan Buunk. Skala ini telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan diadaptasi oleh Nida'ul Jannah. Instrumen ini terdiri dari 10 item yang mencerminkan dua aspek utama dalam perbandingan sosial, yaitu aspek kemampuan (*ability*) dan aspek pendapat (*opinion*) [25]. Skala ini menunjukkan tingkat reliabilitas yang baik dengan nilai koefisien sebesar 0,805. Korelasi item-total pada skala ini berada dalam rentang 0,367 hingga 0,659 [25].

Pada penelitian ini digunakan teknik analisis data berupa regresi linier berganda. Peneliti memanfaatkan *software IBM SPSS Statistics v31.0.1.0* untuk menganalisis pengaruh Pengungkapan Diri dan Perbandingan Sosial terhadap Kecemasan Sosial pada Generasi Z pengguna Tiktok. Agar estimasi parameter yang dihasilkan akurat, dilakukan uji asumsi klasik terlebih dahulu. Analisis regresi berganda bertujuan untuk mengetahui arah hubungan masing-masing variabel, apakah positif atau negatif, serta memprediksi perubahan pada variabel dependen berdasarkan variasi yang terjadi pada variabel independen.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Data Deskriptif

Tabel 1. Karakteristik Berdasarkan Gender

Gender	Frekuensi	Presentase
Laki-Laki	149	55,2%
Perempuan	121	44,8%
Total	270	100%

Berdasarkan 270 responden, mayoritas berjenis kelamin laki-laki (55.2%), sedangkan perempuan berjumlah 44.8%.

Tabel 2. Karakteristik Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Presentase
20	83	30,7%
21	98	36,3%
22	56	20,7%
23	17	6,3%
24	16	5,9%
Total	270	100%

Rentang umur responden berada pada usia 20–24 tahun. Kelompok usia terbanyak adalah 21 tahun (36.3%), diikuti usia 20 tahun (30.7%) dan 22 tahun (20.7%). Usia 23 dan 24 memiliki proporsi yang lebih kecil, yaitu masing-masing 6.3% dan 5.9%.

Tabel 3. Kategori Skor Pengungkapan Diri

Kategori	Jumlah	Presentase
Rendah	64	23,7%
Sedang	183	67,8%
Tinggi	23	8,5%
Total	270	100%

Mayoritas responden berada pada kategori sedang (67,8%), menunjukkan bahwa mereka cukup terbuka dalam berbagi informasi pribadi, tetapi tetap selektif dan tidak terlalu terbuka secara penuh.

Tabel 4. Kategori skor Perbandingan Sosial

Kategori	Jumlah	Presentase
Rendah	28	10,4%
Sedang	228	84,4%
Tinggi	10	3,7%
Total	270	100%

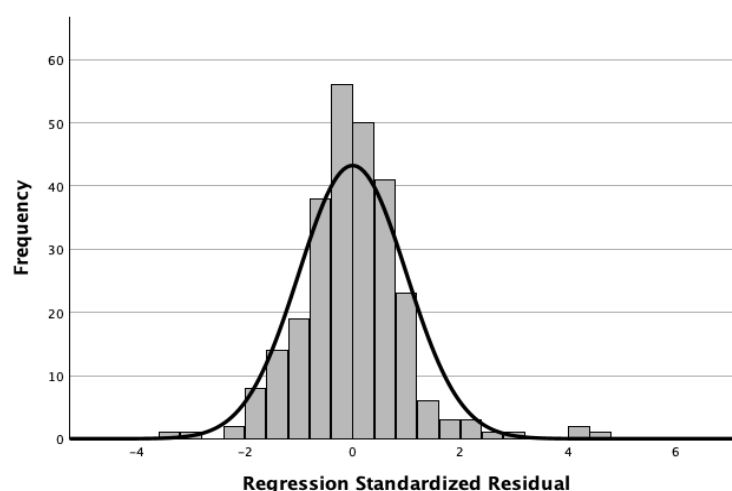
Sebagian besar responden berada pada kategori sedang (84,4%), menandakan bahwa mereka melakukan perbandingan sosial dalam tingkat wajar, tidak berlebihan dan tidak terlalu rendah.

Tabel 5. Kategori Skor Kecemasan Sosial

Kategori	Jumlah	Presentase
Rendah	17	6,3%
Sedang	225	83,3%
Tinggi	28	10,4%
Total	270	100%

Mayoritas responden berada pada kategori sedang (83,3%), yang berarti mereka memiliki kecemasan sosial dalam tingkat normal, masih dapat dikendalikan dan tidak ekstrem.

1. Uji Normalitas

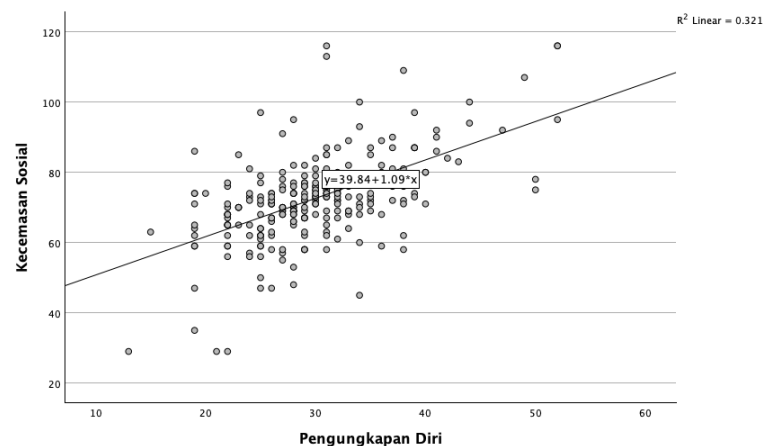


Gambar 1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk memastikan apakah distribusi data mengikuti pola distribusi normal. Pada penelitian ini, pemeriksaan normalitas dilakukan melalui analisis grafik histogram. Suatu data dapat dinyatakan normal apabila tampilan histogram membentuk kurva menyerupai lonceng. Berdasarkan hasil yang tersaji pada tabel, terlihat bahwa pola histogram menunjukkan bentuk kurva lonceng yang jelas, sehingga dapat ditegaskan bahwa variabel dalam penelitian ini telah memenuhi asumsi normalitas [26].

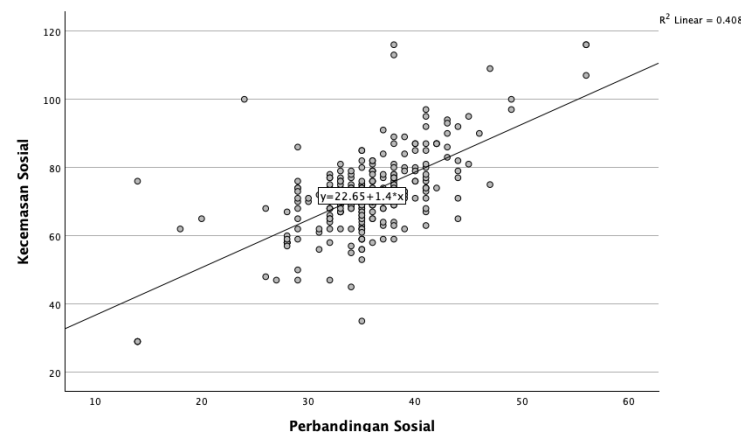
Partial Regression Plot

Partial Regression Plot (PRP) digunakan untuk menguji asumsi linearitas dengan melihat apakah terdapat pola hubungan linier (garis lurus) antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) setelah mengontrol pengaruh variabel independen lainnya. Pada PRP, garis regresi yang ditampilkan diharapkan sejajar atau searah dengan sebaran titik data. Apabila pola yang terbentuk cenderung melengkung, hal tersebut mengindikasikan hubungan non-linier yang kurang sesuai dengan model regresi linear standar dan dapat menandakan perlunya penggunaan metode analisis lain, seperti regresi kuadratik. Selain itu, nilai signifikansi (p-value) yang bermakna menunjukkan adanya hubungan linier yang signifikan secara statistik [27].



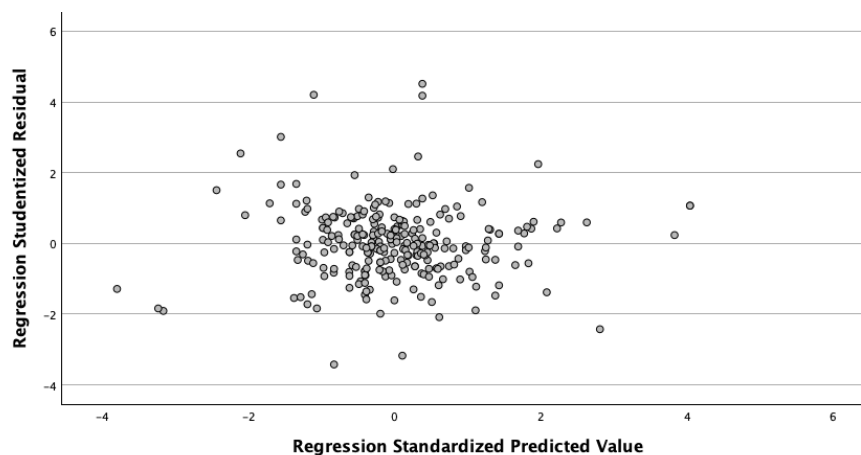
Gambar 2. Uji Linearitas Kecemasan Sosial Vs Pengungkapan Diri

Berdasarkan Partial Regression Plot antara Pengungkapan Diri dan Kecemasan Sosial, terlihat bahwa titik-titik data menyebar mengikuti arah garis regresi dan membentuk pola linier positif. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel Pengungkapan Diri dan Kecemasan Sosial bersifat linier, sehingga asumsi linearitas dalam analisis regresi dinyatakan terpenuhi.



Gambar 3. Uji Linearitas Kecemasan Sosial Vs Perbandingan Sosial

Berdasarkan Partial Regression Plot (PRP) antara Perbandingan Sosial dan Kecemasan Sosial, terlihat bahwa sebaran titik data mengikuti arah garis regresi dan membentuk pola linier positif. Pola tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara variabel Perbandingan Sosial dan Kecemasan Sosial bersifat linier setelah mengontrol variabel independen lainnya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa asumsi linearitas dalam analisis regresi dinyatakan terpenuhi, sehingga variabel Perbandingan Sosial layak digunakan dalam model regresi linear untuk memprediksi Kecemasan Sosial.



Gambar 4. Uji Heteroskedastisitas

Berdasarkan grafik tersebut, terlihat bahwa titik-titik data tidak membentuk pola tertentu. Penyebaran titik yang acak menunjukkan tidak adanya pola yang teratur. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini tidak mengalami heteroskedastisitas [26].

Tabel.6 Uji Multikolinieritas

	Collinearity Tolerance	Statistics VIF
Pengungkapan Diri	.702	1.424
Perbandingan Sosial	.702	1.424

Berdasarkan hasil uji multikolinieritas, diperoleh nilai Tolerance sebesar 0,702 dan Variance Inflation Factor (VIF) sebesar 1,424 pada variabel Pengungkapan Diri dan Perbandingan Sosial. Nilai tolerance yang lebih besar dari 0,10 serta nilai VIF yang lebih kecil dari 10 menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinieritas antar variabel independen dalam model regresi [28].

2. Korelasi Pearson's

Correlations

		Pengungkapan Diri	Perbandingan Sosial	Kecemasan Sosial
Pengungkapan Diri	Pearson Correlation	1	.546***	.566***
	Sig. (2-tailed)		<.001	<.001
	N	270	270	270
Perbandingan Sosial	Pearson Correlation	.546***	1	.639***
	Sig. (2-tailed)	<.001		<.001
	N	270	270	270
Kecemasan Sosial	Pearson Correlation	.566***	.639***	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	
	N	270	270	270

***. Correlation at 0.001(2-tailed)

Gambar 5. Uji Korelasi *Pearson's*

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson terhadap 270 responden, diperoleh bahwa Pengungkapan Diri berhubungan positif dan signifikan dengan Perbandingan Sosial ($r = 0,546$; $p < 0,001$) dengan kekuatan hubungan sedang. Selanjutnya, Pengungkapan Diri juga memiliki hubungan positif dan signifikan dengan Kecemasan Sosial ($r = 0,566$; $p < 0,001$) yang menunjukkan hubungan sedang. Selain itu, Perbandingan Sosial menunjukkan hubungan positif dan signifikan dengan Kecemasan Sosial ($r = 0,639$; $p < 0,001$) dengan kekuatan hubungan sedang hingga kuat. Hasil ini menunjukkan bahwa peningkatan Pengungkapan Diri dan Perbandingan Sosial berkaitan dengan meningkatnya tingkat Kecemasan Sosial, sehingga seluruh variabel layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan regresi linear berganda.

3. Uji Hipotesis

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	19409.483	2	9704.741	120.951	<.001 ^b
	Residual	21423.184	267	80.237		
	Total	40832.667	269			

Gambar 6. Uji Linear Berganda Berdasarkan Nilai F

Berdasarkan hasil uji ANOVA, diperoleh nilai Fhitung sebesar 120,951 dengan tingkat signifikansi $p < 0,001$. Hasil ini menunjukkan bahwa model regresi signifikan secara simultan, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengungkapan diri dan perbandingan sosial secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kecemasan sosial. Dengan demikian, hipotesis simultan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.689 ^a	.475	.471	8.957

Gambar 7. Uji Regresi Linear Berganda

Berdasarkan hasil Model Summary pada analisis regresi linier berganda, nilai R sebesar 0,689 menunjukkan adanya hubungan yang relatif kuat antara variabel independen, yaitu pengungkapan diri dan perbandingan sosial, dengan variabel dependen kecemasan sosial. Nilai R Square sebesar 0,475 mengindikasikan bahwa 47,5% variasi kecemasan sosial dapat dijelaskan oleh kedua variabel independen tersebut, sementara 52,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Selanjutnya, nilai Adjusted R Square sebesar 0,471 menunjukkan bahwa setelah dilakukan penyesuaian terhadap jumlah variabel bebas, model regresi tetap memiliki daya jelas yang baik, yaitu sebesar 47,1%. Adapun nilai *Standard Error of the Estimate* sebesar 8,957 menggambarkan besarnya tingkat kesalahan dalam memprediksi kecemasan sosial. Dengan demikian, model regresi linier berganda yang digunakan dalam penelitian ini dapat dikatakan cukup baik dan layak untuk menjelaskan serta memprediksi kecemasan sosial berdasarkan pengungkapan diri dan perbandingan sosial.

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	17.988	3.588		5.013	<.001
	X1	.598	.102	.310	5.860	<.001
	X2	1.030	.116	.469	8.875	<.001

Gambar 8. Koefisien Uji Regresi Linier Berganda

4. Crosstabulation

		Kat_KECEMASAN			Total
		RENDAH	SEDANG	TINGGI	
GENDER	Laki - laki	Count	10	124	146
		% within GENDER	6.8%	84.9%	100.0%
		% within Kat_KECEMASAN	58.8%	55.1%	42.9%
		% of Total	3.7%	45.9%	54.1%
	Perempuan	Count	7	101	124
		% within GENDER	5.6%	81.5%	100.0%
		% within Kat_KECEMASAN	41.2%	44.9%	57.1%
		% of Total	2.6%	37.4%	45.9%
Total	Count	17	225	28	270
	% within GENDER	6.3%	83.3%	10.4%	100.0%
	% within Kat_KECEMASAN	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	6.3%	83.3%	10.4%	100.0%

Gambar 9. Crosstabulation Kecemasan Sosial (Y)

B. Pembahasan

Kecemasan sosial merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan takut, cemas, dan tidak nyaman secara berlebihan ketika individu berada dalam situasi sosial atau saat berinteraksi dengan orang lain [29]. Kondisi ini sering disertai dengan kekhawatiran akan penilaian negatif dari lingkungan sosial, sehingga individu cenderung menghindari interaksi atau situasi sosial tertentu [11]. Pada Generasi Z sebagai pengguna aktif media sosial, kecemasan sosial menjadi fenomena yang relevan mengingat tingginya intensitas interaksi sosial berbasis digital, khususnya melalui platform Tiktok.

Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa pengungkapan diri dan perbandingan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kecemasan sosial. Nilai *R Square* sebesar 0,475 menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama mampu menjelaskan sebesar 47,5% variasi kecemasan sosial pada Generasi Z pengguna Tiktok. Sementara itu, sebesar 52,5% variasi kecemasan sosial dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti harga diri, dukungan sosial, regulasi emosi, kontrol diri, maupun karakteristik kepribadian individu.

Merujuk pada hasil analisis deskriptif, menunjukkan bahwa intensitas kecemasan sosial pada responden pada penelitian ini berada pada kategori sedang hingga tinggi. Hasil ini menyatakan bahwa mayoritas Gen Z pengguna Tiktok mengalami kecemasan sosial pada frekuensi yang cukup signifikan. Situasi tersebut mengindikasikan bahwa penggunaan media sosial tidak senantiasa memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis individu. Terpaan terhadap konten yang memperlihatkan standar ideal terkait penampilan pola kehidupan, serta pencapaian sosial bisa memicu tekanan psikologis terkhususnya ketika individu merasa tidak dapat memenuhi patokan tersebut.

Output uji korelasi Pearson menampilkan adanya hubungan positif antara pengungkapan diri dan kecemasan sosial. Artinya semakin tinggi kebiasaan individu untuk melakukan pengungkapan diri di media sosial maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial yang alami. Perolehan ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri dalam membagikan informasi pribadi, perasaan, maupun pengalaman di media sosial berpeluang memicu peningkatan individu terhadap evaluasi sosial. Individu yang lebih sering melakukan aktivitas pengungkapan diri di ruang publik digital cenderung lebih terbuka terhadap komentar, kritik, serta respons negatif dari pengguna lain, sehingga bisa meningkatkan perasaan cemas, tidak aman serta takut akan penilaian sosial.

Selain itu, hasil uji korelasi juga menunjukkan bahwa perbandingan sosial memiliki hubungan positif yang lebih kuat dengan kecemasan sosial dibandingkan pengungkapan diri. Hal ini mengindikasikan bahwa individu yang sering membandingkan dirinya dengan orang lain di media sosial, baik dari segi penampilan fisik, pencapaian, maupun gaya hidup, cenderung lebih rentan mengalami kecemasan sosial. Perbandingan sosial yang bersifat *upward comparison*, yaitu membandingkan diri dengan individu yang dianggap lebih unggul, dapat menurunkan kepercayaan diri dan meningkatkan perasaan tidak aman, sehingga memperkuat kecemasan dalam situasi sosial [19].

Secara independen pengungkapan diri menunjukkan pengaruh positif dan signifikan terhadap kecemasan sosial. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan individu untuk mengungkapkan diri di media sosial, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial yang dirasakan. Walaupun pengungkapan diri sering dilihat sebagai media untuk mendapatkan dukungan sosial dalam latar media sosial keterbukaan tersebut juga dapat meningkatkan paparan individu terhadap penilaian sosial yang tidak terkendali, sehingga berpeluang memicu kecemasan. Variabel perbandingan sosial memperlihatkan pengaruh positif yang lebih dominan terhadap kecemasan sosial dibandingkan pengungkapan diri. Temuan ini menunjukkan nilai koefisien regresi dan *standardized coefficient* (β) perbandingan sosial yang lebih besar. Hasil ini menekankan bahwa perbandingan sosial merupakan faktor yang paling kuat dalam memprediksi kecemasan sosial pada Generasi Z pengguna Tiktok. Paparan konten yang menampilkan patokan kehidupan, pencapaian serta penampilan tepat secara berulang dapat mempertegas kecenderungan individu untuk melakukan evaluasi diri secara negatif yang pada akhirnya memicu kecemasan sosial.

Selain itu hasil analisis *cross-tabulation* menampilkan bahwa presentase responden perempuan berada pada kategori kecemasan sosial lebih tinggi dibandingkan dengan responden laki-laki. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa perempuan mempunyai kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami kecemasan sosial. Berdasarkan teori kondisi tersebut bisa dipahami melalui faktor biologis, seperti peran hormon dalam regulasi emosi serta faktor psikososial termasuk proses sosialisasi gender yang menekankan respons afektif terhadap evaluasi interpersonal. Selain itu perempuan cenderung menunjukan pola kognitif berupa *rumination* yakni kecenderungan untuk memikirkan kembali pengalaman negatif secara berulang yang berpotensi memperkuat tingkat kecemasan yang dialami [30].

Dalam konteks media sosial perempuan lebih rentan terhadap tekanan terkait penilaian terhadap penampilan fisik dan standar penampilan ideal. Paparan konten visual di Tiktok yang menampilkan tubuh proporsional, gaya hidup menarik serta popularitas sosial dapat meningkatkan kecenderungan perbandingan sosial pada perempuan sehingga dapat meningkatkan risiko kecemasan sosial. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor gender perlu diperhatikan dalam memahami dinamika kecemasan sosial pada pengguna media sosial. Sehingga temuan dari penelitian ini ialah kecemasan sosial pada Generasi Z pengguna Tiktok dipengaruhi oleh faktor perilaku yakni pengungkapan diri dan faktor kognitif berupa perbandingan sosial, dengan perbandingan sosial sebagai variabel prediktor yang paling

dominan. Hasil ini menekankan bahwa dinamika psikologis di media sosial bersifat beragam dan tidak selalu memberikan imbas yang positif terhadap kesehatan psikologis individu.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain penggunaan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional dan variabel yang diteliti masih terbatas pada pengungkapan diri dan perbandingan sosial. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan model penelitian dengan menambahkan variabel psikologis lain, seperti harga diri, regulasi emosi, strategi coping, atau dukungan sosial, serta menggunakan desain longitudinal atau metode campuran agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kecemasan sosial pada Generasi Z pengguna media sosial.

VI. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengungkapan diri dan perbandingan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecemasan sosial pada Generasi Z pengguna media sosial Tiktok. Semakin tinggi kecenderungan individu dalam mengungkapkan informasi pribadi serta melakukan perbandingan sosial di media sosial, semakin tinggi pula tingkat kecemasan sosial yang dirasakan. Secara simultan, kedua variabel tersebut mampu menjelaskan sebagian variasi kecemasan sosial, dengan perbandingan sosial sebagai prediktor yang paling dominan. Temuan ini mengindikasikan bahwa paparan terhadap konten yang menampilkan standar ideal terkait penampilan, pencapaian, dan gaya hidup dapat mendorong evaluasi diri yang negatif dan meningkatkan kerentanan terhadap kecemasan sosial, terutama pada individu yang aktif berinteraksi dan membandingkan diri di ruang digital.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar Generasi Z lebih bijak dalam menggunakan media sosial dengan mengelola batasan pengungkapan diri serta mengurangi kecenderungan melakukan perbandingan sosial yang tidak realistis. Edukasi literasi digital dan kesehatan mental perlu diimplementasikan oleh institusi pendidikan, konselor, maupun praktisi psikologi untuk membantu individu memahami dampak psikologis media sosial dan mengembangkan pola penggunaan yang lebih adaptif. Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam proses pengumpulan data di mana partisipasi responden tidak sepenuhnya dapat memastikan tingkat keaktifan penggunaan media sosial Tiktok, sehingga temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan pengembangan pada penelitian selanjutnya.

REFERENSI

- [1] Cindy Nurlaila, Qurrotul Aini, Sharla Setyawati, and April Laksana, "Dinamika Perilaku Gen Z Sebagai Generasi Internet," *Konsensus J. Ilmu Pertahanan Huk. Dan Ilmu Komun.*, vol. 1, no. 6, pp. 95–102, Nov. 2024, doi: 10.62383/konsensus.v1i6.464.
- [2] Santika Erlina F., "Tingkat Penetrasi Internet Indonesia Capai 79,5% per 2024." Accessed: July 11, 2025. [Online]. Available: <https://databoks.katadata.co.id/teknologi-telekomunikasi/statistik/e6f9d69e252de32/tingkat-penetrasi-internet-indonesia-capai-795-per-2024>
- [3] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), "APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang." Accessed: July 11, 2025. [Online]. Available: <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- [4] J. J. Arnett, *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*, 2nd ed. Oxford University Press, 2024.
- [5] Kementerian Kesehatan RI, "Kementerian Kesehatan RI. Hasil Utama Riskesdas 2018." [Online]. Available: <https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas-2018.pdf>
- [6] Sakitri Galih, "Selamat Datang Gen Z, Sang Penggerak Inovasi!"
- [7] Duarte Fabio, "Usia Pengguna Tik Tok, Jenis Kelamin, & Demografi (2025)." Accessed: July 07, 2025. [Online]. Available: <https://explodingtopics.com/blog/tiktok-demographics>
- [8] We Are Social, "Pengaruh Tiktok Terhadap Kesehatan Mental Remaja." Accessed: June 22, 2025. [Online]. Available: <https://data.goodstats.id/statistic/pengaruh-tiktok-terhadap-kesehatan-mental-remaja-ORVC0>
- [9] H. Aslam et al, "Dampak Harga Diri Rendah, Perbandingan Sosial, dan Tiktok/Instagram terhadap Kecemasan Sosial: Pemeriksaan terhadap Tiktok dan Instagram sebagai Cermin Sosial", doi: 10.33282/rr.vx9i2.80.
- [10] Hamid Syarif Abdurahman, "Studi tentang kecemasan sosial pada peserta didik kelas X SMAN 1 Sungai Raya," *J. Pendidik. Pembelajaran Khatulistiwa*, vol. 14, pp. 37–44, 2025.
- [11] N. N. Faiza and E. W. Maryam, "Self-Disclosure, Social Comparison, and Social Anxiety Among Gen Z Social Media Users [Pengungkapan Diri, Perbandingan Sosial, dan Kecemasan Sosial Pada Gen Z Pengguna Media Sosial]"
- [12] Ahmed Arooj, "Poll Reveals Gen-Z Feels Stressed After Social Media Use; Facebook, TikTok, Instagram Blamed For Anxiety." Accessed: June 22, 2025. [Online]. Available:

- https://www.digitalinformationworld.com/2024/08/poll-reveals-gen-z-feels-stressed-after.html?utm_source=chatgpt.com#google_vignette
- [13] T. L. Rodebaugh, S. R. Klein, T. Yarkoni, and J. K. Langer, "Measuring social anxiety related interpersonal constraint with the flexible iterated prisoner's dilemma," *J. Anxiety Disord.*, vol. 25, no. 3, pp. 427–436, Apr. 2011, doi: 10.1016/j.janxdis.2010.11.006.
 - [14] M. A. Sigarlaki and A. A. Nurvinkania, "Hubungan Kecemasan Sosial dengan Pengungkapan Diri dalam Hubungan Pertemanan," *Humanit. J. Psikol.*, vol. 6, no. 3, pp. 345–362, Dec. 2022, doi: 10.28932/humanitas.v6i3.5807.
 - [15] R. Intan Dinata and M. Pratama, "Hubungan antara Social Comparison dengan Body Image Dewasa awal Pengguna Media Sosial Tiktok," *Ranah Res. J. Multidiscip. Res. Dev.*, vol. 4, no. 3, pp. 217–224, June 2022, doi: 10.38035/rj.v4i3.477.
 - [16] N. A. Setiawati, "Hubungan antara Perbandingan Sosial dan Citra Tubuh pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Instagram".
 - [17] H. Jana, D. Dominika, and V. Lubica, "Psychological Personal Well-Being in Real and Virtual World," *Psychology*, vol. 15, no. 05, pp. 764–778, 2024, doi: 10.4236/psych.2024.155046.
 - [18] E. I. Fitrianti and Y. K. Herdiyanto, "Dampak Perbandingan Sosial Pada Pengguna Media Sosial: Sebuah Kajian Literatur," *J. Psikol. Udayana*, vol. 3, no. 2, Oct. 2016, doi: 10.24843/JPU.2016.v03.i02.p13.
 - [19] A. Putri Maharani Usmar, Eva Meizara Puspita Dewi, and Harlina Hamid, "Pengaruh Upward Comparison Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Pengguna Sosial Media Di Kota Makassar," *PESHUM J. Pendidik. Sos. Dan Hum.*, vol. 1, no. 4, pp. 269–280, June 2022, doi: 10.56799/peshum.v1i4.436.
 - [20] M. Anita Lestari and T. Aminatus Solekhah, "The Relationship Between Social Comparison with Social Anxiety in Youth Users Instagram in Jakarta," *J. Impresi Indones.*, vol. 1, no. 10, pp. 1044–1051, Oct. 2022, doi: 10.36418/jii.v1i10.483.
 - [21] Paramita, R. W. D., Rizal, N., & Sulistyan, R. B., *Metode penelitian kuantitatif*.
 - [22] Badan Pusat Statistik Sidoarjo, "Penduduk menurut jenis kelamin dan kelompok umur (Jiwa), 2020." Accessed: June 22, 2025. [Online]. Available: <https://sidoarjokab.bps.go.id/id>
 - [23] Dilla Zainatul, "Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kecemasan Sosial Memilih Pasangan Hidup Pada Wanita Dewasa Awal Di Kecamatan Sampoiniet Kabupaten Aceh Jaya".
 - [24] Wahdah Nailun Izzati, "Hubungan Kontrol Diri Dan Pengungkapan diri Dengan Intensitas Penggunaan Facebook Pada Siswa SMP Sunan Giri Malang," 2016.
 - [25] N. Jannah, "Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Body Dissatisfaction pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan Mediasi Harga Diri," 2019.
 - [26] M. Ginting, "Pengaruh Hospitality dan Customer Bonding terhadap Kepuasan Pelanggan Dopamine Café Medan," *J. MUTIARA Manaj.*, vol. 7, no. 1, pp. 55–65, July 2022, doi: 10.51544/jmm.v7i1.2921.
 - [27] D. S. Arora, "The Impact of Emotional Storytelling on Brand Loyalty: A Study of Consumer Engagement through Social Media Advertising".
 - [28] M. A. Aris, "The Effect of Capital Intensity, Audit Quality, Thin Capitalization, and Gender Diversity on Tax Aggressiveness," vol. 8, no. 1, 2025.
 - [29] S. U. Nurinasari, I. Noviekayati, and A. Ananta, "Self-Compassion dan Kepribadian Introvert: Potret Kecemasan Sosial pada Remaja," *JIWA J. Psikol. Indones.*, vol. 2, no. 04, Jan. 2025, doi: 10.30996/jiwa.v2i04.12585.
 - [30] M. N. Sulistyani and W. S. Hertinjung, "Memahami Kecemasan Mahasiswa di Solo Raya: Kontribusi Kepribadian, Dukungan Sosial, dan Gender," *J. Al-AZHAR Indones. SERI Hum.*, vol. 9, no. 3, p. 230, Dec. 2024, doi: 10.36722/sh.v9i3.3454.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

A. BLUEPRINT SKALA KECEMASAN SOSIAL

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favorable	Unfavorable	
Kecemasan Sosial	Ketakutan Dengan Penilaian Negatif	Khawatir diolok-olok orang lain.	1	2	2
		Khawatir di kritik orang lain	3,4	5,6	4
		Takut dikritik orang lain	7,8		2
	Penghindaran sosial dan tekanan secara umum	Menghindari tempat-tempat umum yang akan membuat dirinya merasa tidak aman	9	10	2
		Mencari tempat yang membuat diri merasa tenang jika sendiri.	11	12	2
	Takut dengan situasi baru	Tertekan dalam menghadapi situasi yang baru	13,14	15,16	4
		Menghindari situasi yang memerlukan interaksi dengan orang lain	-	17	1
		TOTAL			17

B. BLUEPRINT SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favorable	Unfavorable	
Pengungkapan Diri	Tujuan	Sadar tujuan melakukan pengungkapan diri	1	2	2
	Jumlah	Frekuensi dalam pengungkapan diri	3,4,5	6	4
	Positif-negatif	Pengungkapan diri yang positif	7	8,9	3
	Kedalaman	Menceritakan informasi-informasi yang bersifat pribadi	10,11,12	-	3
	Kejujuran-kecermatan	Jujur dalam mengungkapkan informasi	13	-	1
		TOTAL			13

C. BLUEPRINT SKALA PERBANDINGAN SOSIAL

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favorable	Unfavorable	
Perbandingan Sosial	Kemampuan	Membuat perbandingan dengan orang terdekat	1	2	2
		Membandingkan penampilan fisik	3	4	2
		Membandingkan kemampuan bersosialisasi	5	6	2
		Mengevaluasi prestasi melalui perbandingan	7	8	2
		Membandingkan pencapaian diri sendiri dan orang lain	9,10	11	3

	Pendapat	Mencari tahu pemikiran orang lain	12,13	14	3
		Bertukar pendapat dan pengetahuan dengan orang lain	15	-	1
		TOTAL			15

D. SKALA PENELITIAN KECEMASAN SOSIAL

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya khawatir jika orang disekitar saya akan meremehkan konten yang saya unggah di Tiktok				
2.	Saya akan menjawab setiap komentar baik dan buruk dan bersikap biasa saja atas penilaian orang lain				
3.	Jika saya ingin belajar saya mencari tau di konten Tiktok orang lain				
4.	Saya bertanya kepada orang lain saat berada di situasi yang sama dengan apa yang saya alami di Tiktok				
5.	Saya ingin tau apa yang dilakukan orang lain jika menghadapi masalah yang sama di Tiktok				
6.	Saya jarang membandingkan perlakuan saya dengan orang lain di Tiktok				
7.	Saya takut mendengar kritikan orang lain untuk konten Tiktok saya				
8.	Kritikan orang lain terhadap konten saya adalah beban bagi saya				
9.	Saya menghindari menonton konten yang sedang ramai dibicarakan (viral)				
10.	Terkadang saya melakukan live di Tiktok untuk menghibur diri				
11.	Jika saya memiliki masalah tentang unggahan saya di Tiktok, saya lebih suka menonaktifkan komentar				
12.	Saya tidak suka membuat konten tiktok seorang diri				
13.	Saya tidak suka masuk komunitas Tiktokers				
14.	Saya tidak suka bergabung dengan forum content creator Tiktok				
15.	Konten dan tren baru sangat menarik bagi saya				
16.	Saya suka bergabung untuk berdiskusi dengan berbagai konten kreator Tiktok				
17.	Saya suka bertemu dengan teman baru yang saya temui di Tiktok				

E. ITEM SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya mengungkapkan dengan sepenuh hati tanpa ada keraguan tentang perasaan dan pengalaman di media sosial				
2.	Saya merasa kesulitan menjadi diri sendiri saat di media sosial				
3.	Saya mengobrol/ <i>chatting</i> dengan teman di media sosial bisa menghabiskan waktu yang lama				
4.	Saya suka meng- <i>upload</i> foto kegiatan sehari-hari di media sosial				
5.	Saya mudah berbalah <i>chat</i> /pesan pada orang yang baru saya kenal di media sosial				
6.	Saya jarang mengunggah foto mengenai diri saya di media sosial				
7.	Saya senang berbagi video ceramah-ceramah agama atau kata-kata agamis melalui media sosial				
8.	Saya tidak suka memposting tentang nilai-nilai agama di media sosial				
9.	Saya sering menceritakan kekesalan saya di media sosial ketika merasa kesal terhadap seseorang				
10.	Saya biasa menceritakan kehidupan percintaan saya di media sosial				
11.	Saya bersedia menceritakan tentang privasi saya kepada orang yang baru kenal di media sosial				

12.	Saya suka menceritakan kehidupan pribadi saya melalui media sosial				
13.	Saya selalu mengungkapkan diri di media sosial dengan menggambarkan diri saya yang sebenarnya				

F. ITEM SKALA PERBANDINGAN SOSIAL

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya sering membandingkan perlakuan saya dengan orang lain di Tiktok				
2.	Saya jarang membandingkan perlakuan saya dengan orang lain di Tiktok				
3.	Saya membandingkan penampilan fisik saya dengan orang lain di Tiktok				
4.	Saya tidak membandingkan penampilan fisik saya dengan orang lain di Tiktok				
5.	Saya membandingkan popularitas saya (Followers) dengan orang lain di Tiktok				
6.	Saya tidak membandingkan popularitas saya dengan orang lain di Tiktok				
7.	Saya ingin tau perbandingan pencapaian saya dengan pencapaian orang lain di Tiktok				
8.	Saya tidak suka membandingkan pencapaian saya dengan pencapaian orang lain di Tiktok				
9.	Saya membandingkan apa yang saya unggah dengan apa yang orang lain unggah				
10.	Saya membandingkan apa yang telah saya miliki dengan apa yang orang-orang miliki				
11.	Saya tidak pernah membandingkan apa yang saya unggah dengan apa yang orang lain unggah di Tiktok				
12.	Saya bertanya kepada orang lain saat berada di situasi yang sama dengan apa yang saya alami di Tiktok				
13.	Saya ingin tau apa yang dilakukan orang lain jika menghadapi masalah yang sama di Tiktok				
14.	Saya selalu menangani permasalahan di Tiktok seorang diri				
15.	Saya menanyakan pendapat kepada orang lain tentang konten saya di Tiktok				

G. TABULASI DATA PENELITIAN SKALA KECEMASAN SOSIAL

Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	TOTAL
3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	2	1	41
4	3	3	3	1	3	3	1	1	2	4	3	4	3	3	4	3	44
2	1	3	3	2	2	4	2	2	3	3	2	1	3	4	4	1	40
2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	34
2	1	3	3	2	1	4	2	3	1	3	2	1	4	4	1	1	36
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	1	2	2	3	2	3	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	37
3	4	2	2	3	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	48

3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	44
2	1	4	3	1	4	4	3	2	3	3	2	2	4	4	1	1	42
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	41
4	2	2	2	4	2	4	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	44
3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	45
2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	41
2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	1	2	39
2	1	3	3	3	1	4	2	2	3	3	2	2	1	3	2	3	38
2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	39
2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	1	1	39
2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	44
2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	39
2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	1	3	3	2	2	38
2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	42
1	1	2	3	1	3	2	2	3	4	4	2	2	3	3	1	2	38
2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	41
4	3	4	4	2	4	4	2	2	4	3	3	2	4	4	4	2	51
3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	2	2	42
3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	36
4	1	2	2	2	3	3	3	4	2	2	4	3	2	3	4	1	41
3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	41
3	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	2	38
3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	41
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	36
2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	39
2	1	2	3	2	2	4	2	4	3	3	1	2	4	4	3	4	44
1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	4	4	1	4	4	4	1	40
3	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	2	2	39
1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1	1	31
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	1	57
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32

2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	42
4	2	3	2	4	3	4	3	4	1	1	3	3	2	3	4	2	44
2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	40
3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	45
4	1	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1	1	1	1	43
4	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	1	37
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	2	4	4	4	41
3	2	2	2	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	44
2	2	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	52
1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	31
3	1	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	42
4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	54
3	2	1	2	3	3	2	1	3	2	2	4	3	2	3	4	1	38
1	1	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3	2	2	38
2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	38
2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	43
2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	41
4	3	2	2	4	3	2	3	4	2	4	4	3	2	2	2	2	44
2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	41
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48
2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	39
4	2	4	4	4	2	2	2	3	4	4	2	2	4	4	2	2	47
3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	38
3	2	1	1	3	3	2	3	4	2	2	3	2	3	3	2	2	38
3	1	2	2	3	2	3	2	4	1	2	2	3	3	3	4	3	40
3	2	1	2	4	2	3	2	3	1	1	3	2	3	3	4	2	38
3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	38
3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	44
3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	37
3	2	2	3	3	4	3	1	3	3	3	2	1	3	4	3	2	42
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	52
1	1	2	4	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	29
4	3	2	2	3	4	2	3	4	2	2	4	3	3	2	4	2	45
2	1	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	1	3	3	4	2	35

2	2	3	4	2	2	4	1	3	4	3	1	1	4	4	3	2	43
4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	51
3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	37
2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	4	3	3	2	40
3	2	2	2	3	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	3	2	41
3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	2	2	52
4	2	3	1	3	4	3	3	3	2	2	4	3	1	1	4	2	41
3	1	3	3	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	1	1	35
3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	39
2	2	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	2	43
3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	41
3	2	2	1	3	3	2	3	1	2	2	3	4	3	2	1	2	36
3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	1	2	2	3	3	2	40
3	4	3	2	4	2	4	3	3	2	3	4	4	2	4	2	2	48
3	3	3	3	1	2	3	1	3	3	3	1	2	3	3	3	1	38
1	1	4	4	1	1	1	1	4	1	4	1	1	4	4	1	1	34
1	1	1	4	1	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	37
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
4	1	4	1	4	4	4	4	4	1	1	1	4	1	1	1	1	37
3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	56
4	3	1	2	4	2	4	3	4	2	2	3	3	2	3	4	2	44
4	1	3	4	4	1	4	1	4	3	2	1	1	4	3	1	2	39
4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	60
3	4	2	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	55
4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	54
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
1	2	1	4	2	3	4	3	1	1	4	3	1	4	1	1	2	37
1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	25
1	1	4	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	43
1	1	1	1	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	39
4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	1	1	40
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	34

2	2	4	4	2	2	2	2	3	4	4	2	2	3	3	3	2	44
4	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
1	4	1	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	55
1	1	4	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	4	1	46
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	64
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	46
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	61
1	1	4	4	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	4	4	1	37
3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	40
1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	37
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	40
2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	36
2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	40
1	2	1	4	2	1	4	1	2	1	3	4	3	4	3	1	3	39
1	1	1	3	2	2	3	2	3	4	4	4	2	4	4	4	2	45
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	36
2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	41
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	2	3	4	3	1	3	1	3	4	3	1	1	4	3	1	1	38
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48
1	1	1	2	2	2	2	2	2	4	4	2	1	4	4	3	2	38
2	1	3	3	2	2	4	3	3	4	3	2	2	3	4	2	2	43
4	1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	37
2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	39
3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	43
4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	1	49
2	2	3	4	2	2	4	4	3	4	4	1	1	4	4	2	2	46
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	35
1	1	4	1	1	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	3	2	1	1	4	2	2	1	4	3	3	2	2	1	4	1	36
1	1	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	40

1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	34
1	1	3	4	1	2	3	1	4	3	3	1	1	4	4	2	2	39
1	1	4	2	4	1	4	1	4	2	3	2	1	4	4	4	4	45
1	1	1	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	37
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	64
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
4	1	4	4	1	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	43
3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	41
2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	41
4	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1	1	28
2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	4	3	2	42
2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	42
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	33
2	1	4	4	1	1	4	4	4	4	1	1	4	3	4	4	1	45
2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	41
4	2	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
1	1	4	4	4	4	4	1	4	3	4	1	1	4	4	4	1	48
1	1	3	3	1	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	39
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	1	4	4	4	1	44
3	4	4	4	4	1	4	2	3	4	2	2	1	2	2	4	4	47
1	1	4	4	1	1	1	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	34
3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	41
3	1	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	38
1	1	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	40
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
1	1	3	3	1	1	3	1	1	3	2	1	1	3	4	1	2	31
3	1	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	1	48
3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	37

4	1	1	1	1	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	37
1	1	4	4	1	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	40
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	19
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	4	1	1	1	4	4	1	31
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	36
1	1	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	38
2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	40
2	1	3	3	1	2	3	2	4	4	4	1	1	4	3	2	2	40
2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	42
1	1	4	4	1	1	2	1	2	4	4	1	1	2	4	2	2	36
2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	36
1	1	4	4	1	1	1	1	1	4	4	1	1	4	4	1	4	37
1	3	4	2	1	4	4	2	4	4	3	3	3	4	4	3	1	49
4	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	4	3	3	2	3	2	42
4	1	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	40
1	1	4	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	37
3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	41
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48
4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	3	2	4	3	50
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	64
1	1	4	4	1	1	4	1	2	4	4	1	1	4	4	1	1	38
1	1	1	1	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	31
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	4	1	40
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	29
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	42
2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	37
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
2	2	3	3	2	2	4	2	2	4	4	2	2	3	3	3	2	43
3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	43
2	2	2	1	2	3	4	4	2	3	4	3	2	4	2	2	3	43

2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	38
2	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	39
1	1	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	43
3	4	2	2	3	4	4	3	4	1	3	4	2	2	3	2	2	45
1	1	3	3	1	3	3	2	4	2	2	1	1	4	4	4	4	42
2	2	3	3	4	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	51
4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	40
1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	31
3	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	43
3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	44
2	1	4	4	1	2	4	1	4	4	4	1	1	4	4	2	1	42
3	1	1	3	2	1	3	2	3	3	2	1	1	3	3	4	3	36
2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	41
1	1	4	4	1	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	40
1	1	4	4	1	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	40
2	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	1	2	38
2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	38
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	22
2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	40
2	2	3	3	2	2	4	1	3	3	3	2	1	3	3	3	2	40
3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	39
2	1	4	4	2	2	4	2	1	4	4	2	2	4	4	1	2	43
3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	4	2	2	4	3	4	3	46
3	2	2	3	2	2	3	1	3	3	4	2	2	4	3	2	2	40
4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	37
3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	48
1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	61
4	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	4	4	43
2	1	3	4	4	2	4	2	3	4	3	2	2	3	4	3	2	46
2	1	3	3	2	1	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	4	41
1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	39

4	2	2	2	4	4	4	4	4	2	1	4	4	2	1	4	4	48
2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	43
1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	1	4	4	1	1	31
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48
1	1	4	4	1	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	37
2	1	4	3	2	2	3	2	4	2	2	2	2	4	4	1	2	40
1	1	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	40
2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	44
3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	37
2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	39
1	3	4	4	1	1	3	1	3	4	4	1	1	4	4	1	2	41
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	37
2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2	2	41
1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	2	1	1	4	4	1	1	35
2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	37
1	1	4	4	1	2	4	2	4	3	4	2	2	3	3	4	4	47
4	1	2	1	3	2	3	3	4	1	2	3	3	2	2	3	1	36
4	3	2	2	3	4	4	2	4	2	3	3	2	4	3	4	4	49
2	1	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	3	39
3	1	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	1	3	43
3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	53
3	2	4	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	43
4	4	4	1	4	3	2	3	3	1	2	4	3	4	4	4	2	48
1	1	2	2	1	1	2	2	4	3	3	1	4	4	4	2	2	38
2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	36
3	3	1	1	4	4	3	4	2	2	2	3	3	3	3	2	1	41
1	1	2	2	1	3	1	1	3	2	2	2	1	3	1	1	3	29
1	1	1	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	54

H. TABULASI DATA PENELITIAN SKALA PENGUNGKAPAN DIRI

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	TOTAL
3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	36
4	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	32
2	3	3	2	1	4	3	2	1	1	1	1	2	26

3	4	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	34
3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	1	2	29
1	4	4	4	4	1	4	1	1	1	1	1	28
3	2	4	3	3	1	2	2	4	4	2	3	36
2	4	4	3	4	2	2	3	4	4	4	3	43
2	2	3	4	3	3	1	3	2	2	2	2	31
2	2	3	4	2	2	2	3	3	4	2	3	35
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
4	1	1	1	4	4	1	4	1	1	1	1	25
3	2	4	2	1	4	2	3	1	1	1	1	26
2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	31
3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	33
3	3	1	2	2	3	3	2	1	1	1	2	25
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	27
2	2	3	2	2	4	2	4	2	1	1	1	29
3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	31
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	27
3	2	4	2	3	3	3	2	3	2	2	2	34
2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	28
3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	31
2	1	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	25
2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	1	2	26
2	3	2	3	2	4	4	1	2	2	1	1	28
4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	47
1	2	2	2	3	4	3	2	1	1	1	2	26
1	3	3	2	2	3	4	4	1	1	1	1	28
2	4	3	3	1	3	1	3	2	2	1	2	29
3	4	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	30
4	2	3	2	2	3	3	2	1	1	1	1	26
3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	38
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	26
4	3	2	1	2	4	3	2	1	1	1	1	28
2	3	1	1	3	4	1	3	1	2	1	1	24

4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	1	25
2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	1	2	2	31
1	1	1	4	1	4	1	4	4	1	1	1	1	25
2	4	2	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	27
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	38
2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	29
2	3	4	3	2	4	3	1	1	1	1	1	2	28
3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	32
3	2	2	2	2	3	1	4	2	1	1	2	2	27
1	1	1	4	1	4	4	1	4	4	1	1	1	28
4	1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	1	40
3	1	2	1	2	3	4	1	1	1	1	1	1	22
3	3	2	3	1	3	3	2	2	2	1	1	2	28
3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	41
1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	19
4	2	3	2	3	4	3	2	1	1	1	1	2	29
3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	44
1	3	4	1	2	4	1	3	2	2	1	2	2	28
2	3	4	3	3	3	3	1	2	2	2	3	2	33
3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	32
3	3	2	3	1	4	2	3	2	2	1	1	2	29
2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	30
4	2	4	4	3	2	1	4	3	2	1	3	3	36
3	1	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	3	31
3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	32
3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	35
2	3	2	2	2	4	2	4	1	2	1	4	2	31
2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	34
3	2	3	4	2	2	3	3	2	2	1	2	3	32
4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	35
2	3	4	3	2	3	2	2	3	1	1	3	3	32
2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	28
3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	37
3	2	3	3	1	2	1	3	2	2	1	4	3	30

2	2	3	2	3	3	2	3	1	2	2	1	3	29
3	1	2	4	3	1	4	3	2	2	1	1	1	28
2	2	1	1	1	1	4	2	3	3	2	2	2	26
2	4	2	2	2	4	3	2	2	2	1	2	2	30
1	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	2	3	23
1	3	4	3	3	2	1	3	1	1	1	1	3	27
3	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	37
3	2	2	3	3	3	1	2	1	1	1	1	1	24
2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	1	1	2	23
3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	31
3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	41
2	3	4	4	2	4	1	3	2	2	1	1	3	32
2	2	3	2	1	4	1	1	1	3	1	2	4	27
4	2	3	2	2	4	2	3	1	1	1	1	1	27
3	2	3	3	2	3	2	3	1	1	1	1	2	27
3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	33
2	3	4	2	1	3	3	2	4	1	1	1	2	29
2	1	2	2	1	4	2	3	1	1	2	1	3	25
2	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	2	4	35
3	3	4	2	1	3	2	2	1	2	1	1	3	28
1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	19
1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	22
1	1	1	4	1	4	4	1	1	1	1	1	1	22
1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	1	1	28
4	3	3	3	2	4	1	4	4	1	4	3	3	39
2	3	4	2	4	3	1	4	2	2	1	3	3	34
3	1	1	3	4	4	3	3	1	1	1	1	4	30
3	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	38
4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	2	3	44
4	3	3	2	4	3	4	3	1	3	1	1	2	34
2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	31
1	1	4	3	3	1	1	3	1	4	1	1	1	25
4	1	1	1	1	1	4	1	4	4	1	4	1	28

1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	22
4	1	3	2	2	4	4	1	4	3	3	3	3	37
4	1	1	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	40
2	1	4	4	4	3	2	3	2	3	2	2	3	35
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	26
3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	30
1	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	25
1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	19
4	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	4	25
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	22
4	1	4	4	1	4	4	1	1	4	1	1	1	31
1	1	1	4	4	1	4	1	1	1	1	1	1	22
4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	30
4	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	22
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	26
3	2	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	32
1	1	3	2	2	4	3	2	1	1	2	2	2	26
3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	27
4	3	4	2	2	3	4	1	1	2	3	1	3	33
4	1	4	3	4	4	2	1	1	1	1	1	4	31
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	27
2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	28
4	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	22
4	2	4	2	2	3	2	2	1	1	1	1	2	27
4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	4	25
3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	1	1	3	32
4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	50
3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	32
3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	31
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52
3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	33

2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	27
2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	29
1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	19
3	2	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	3	31
4	2	4	4	4	3	4	3	1	3	1	1	4	38
1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	19
1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	19
2	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	32
3	1	1	1	1	3	2	3	1	1	1	1	3	22
4	1	4	3	3	2	4	4	1	4	1	2	2	35
1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	19
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
4	1	1	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	31
3	2	3	4	2	2	2	3	2	3	1	2	3	32
2	3	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	2	30
4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	31
2	2	3	2	3	4	2	2	2	2	1	2	2	29
3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	31
2	2	1	1	2	1	3	3	4	4	2	3	1	29
2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	29
2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	25
1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	34
3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	34
3	1	3	4	2	3	4	1	1	2	1	3	3	31
1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	1	1	4	22
3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	28
1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	19
4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	31
3	1	2	2	2	3	4	1	1	1	1	1	1	23
2	2	2	3	2	3	1	4	1	1	1	1	1	24
4	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	29
2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	22

1	1	4	4	1	1	4	1	1	4	1	1	1	25
1	1	1	1	1	3	4	4	1	1	1	1	1	21
3	1	2	2	3	2	3	2	1	1	1	1	2	24
4	2	2	2	2	3	2	4	2	3	1	2	2	31
3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	33
2	2	2	2	4	4	4	1	1	1	1	1	4	29
4	1	1	1	4	4	4	1	1	4	1	1	1	28
3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	34
3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	29
2	2	2	2	2	4	4	4	1	1	1	1	1	27
1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	1	22
2	3	4	2	3	3	3	1	1	1	1	2	3	29
3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	26
4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	38
2	2	3	3	1	2	3	2	3	2	1	2	2	28
2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	1	23
3	1	1	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	25
4	3	2	2	3	3	4	2	2	2	2	1	3	33
4	2	4	4	3	1	2	2	3	1	1	1	1	29
4	4	3	4	3	4	4	2	2	2	2	3	4	41
4	2	3	4	3	3	3	2	3	3	1	3	3	37
4	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	22
4	1	4	4	1	1	4	4	1	1	1	4	4	34
2	3	3	3	2	4	2	3	1	1	1	1	3	29
3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	39
3	2	3	2	3	4	3	2	4	3	1	2	3	35
4	1	4	1	4	4	4	1	1	1	1	1	4	31
4	1	4	2	2	3	4	1	1	3	1	1	3	30
1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	4	22
4	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	22
2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	1	2	26
2	1	2	3	1	2	4	2	1	1	1	2	3	25
4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	25
4	3	3	3	3	3	2	3	1	2	1	1	1	30

3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	33
4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	1	1	25
3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	30
3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	34
3	2	4	3	3	3	4	4	2	2	2	2	2	36
3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	1	1	2	28
1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	15
2	3	2	2	2	3	3	4	2	2	2	2	2	31
1	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	19
4	4	2	4	3	4	1	2	2	4	2	2	4	38
4	2	2	2	3	3	3	2	2	1	1	1	2	28
4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	2	2	3	34
4	2	4	4	3	2	3	1	4	4	1	1	4	37
1	1	1	1	1	4	4	4	1	1	1	1	1	22
3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	36
3	2	1	2	3	3	4	3	2	2	1	2	2	30
3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	1	3	3	38
4	2	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	2	25
2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	30
4	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	22
1	1	1	1	1	4	4	1	1	4	1	1	1	22
3	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	3	3	28
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	26
3	2	1	2	1	1	4	1	4	3	1	4	4	31
2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	2	28
3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	29
4	2	4	4	4	1	4	1	1	4	1	4	1	35
2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	28
4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31
3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	30
1	1	1	1	1	4	4	2	1	1	1	1	1	20
2	1	4	4	1	1	4	1	3	3	3	3	3	33
4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	49

4	1	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	4	24
4	3	4	1	2	4	1	3	1	1	2	1	3	30
2	1	2	3	2	3	2	2	1	1	2	1	2	24
1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	19
4	2	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	34
4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	50
4	1	3	1	3	3	2	2	1	2	2	1	1	26
3	1	2	3	3	2	1	4	1	1	1	1	1	24
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	37
4	1	4	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	23
2	3	4	3	3	3	1	3	1	2	1	1	2	29
1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	19
3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	42
3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	33
3	4	2	2	1	4	4	1	1	1	1	1	1	26
4	1	4	4	4	4	4	1	1	4	1	4	4	40
2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	31
4	1	4	4	4	1	2	2	1	4	1	4	4	36
4	1	1	2	3	3	3	2	1	4	1	1	3	29
3	4	4	2	4	4	4	4	2	3	1	2	2	39
1	3	2	2	2	4	1	4	2	2	1	1	2	27
3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	3	31
3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	1	2	4	32
3	2	4	3	3	2	2	3	2	3	1	1	2	31
3	3	2	3	4	2	2	3	4	2	3	2	3	36
3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	1	3	3	33
2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	1	2	3	30
1	1	3	2	2	4	3	2	1	2	1	1	1	24
2	3	1	2	2	4	1	4	1	1	1	2	3	27
3	1	3	3	4	1	1	1	3	1	3	3	3	30
2	4	4	2	3	2	1	2	1	1	1	2	3	28
1	2	3	2	2	3	3	3	1	1	1	1	2	25

I. TABULASI DATA PENELITIAN SKALA PERBANDINGAN SOSIAL

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	TOTAL
3	2	3	2	3	2	4	2	3	4	2	4	3	3	3	40
4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	39
1	3	2	3	1	3	1	3	1	2	4	2	1	3	2	31
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	2	3	2	39
1	4	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1	1	4	4	32
3	2	3	2	3	2	4	1	3	3	2	3	3	2	2	35
4	2	3	2	3	2	4	2	4	4	2	4	3	4	4	43
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	33
3	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	4	2	2	4	37
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	1	1	1	32
2	3	2	3	1	3	2	3	2	2	3	1	3	3	2	33
4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	2	3	4	3	2	38
2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	34
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	36
2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	33
3	3	2	3	1	4	1	3	2	2	3	3	3	3	2	35
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	33
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	34
2	3	2	3	1	4	2	3	3	1	3	3	3	2	3	36
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	34
3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	37
1	4	2	3	1	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	36
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	2	1	3	1	32
2	3	3	2	1	4	2	4	2	2	3	2	2	3	2	35
4	3	4	4	1	4	1	4	1	1	4	4	2	4	4	41
3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	36
1	4	3	2	3	2	1	4	2	3	2	2	2	3	2	35
4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	1	4	3	2	36
2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	33

3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	35
4	2	4	2	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	3	38
2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	33
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	35
1	4	1	4	1	4	2	4	2	1	4	2	2	2	3	36
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	4	1	35
3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	36
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	4	35
4	1	4	1	1	4	2	1	1	2	4	4	4	4	4	37
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	36
3	2	3	2	1	3	1	3	1	1	4	3	4	2	4	34
2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	34
2	3	3	4	2	3	3	4	4	3	3	2	3	3	1	41
4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	38
4	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	1	4	41
1	3	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	3	1	1	30
2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	36
3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	44
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	29
2	3	3	2	1	4	2	4	2	2	3	3	3	3	3	38
4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	49
3	2	4	2	2	4	2	3	3	2	2	3	4	3	2	38
3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	37
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	35
3	2	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	34
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	34
3	3	3	1	4	2	4	2	3	4	2	2	3	4	3	40
2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	33
3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	40
2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	35
2	4	2	3	1	3	1	4	1	1	4	2	2	3	2	33
3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	36
2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	4	3	3	38

2	3	2	3	2	4	2	3	3	1	4	1	3	2	3	36
2	4	2	3	1	4	2	4	2	1	3	4	4	3	2	39
3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	35
2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	38
2	3	2	3	1	4	2	3	2	3	3	2	3	2	2	35
4	2	3	2	4	1	3	1	3	3	2	3	3	4	3	37
1	3	1	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	45
1	1	2	4	1	4	1	4	1	1	2	2	1	2	3	29
3	2	3	2	4	1	4	1	3	4	2	3	3	4	2	38
2	3	2	3	2	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	35
2	3	3	2	1	4	2	3	3	3	2	4	4	3	1	38
2	3	2	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	46
2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	36
1	4	2	3	2	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	35
2	3	3	2	1	4	2	3	2	2	3	3	4	3	2	37
3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	4	3	3	43
4	2	3	2	4	2	3	2	3	3	2	2	3	3	1	35
3	2	1	4	2	4	1	4	3	3	2	1	1	3	3	34
3	2	3	2	1	4	3	1	1	1	4	3	3	3	3	34
2	3	3	2	1	4	3	3	1	1	4	2	1	3	2	33
3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	36
3	2	4	1	2	3	4	1	3	4	2	4	3	4	4	41
1	3	1	4	1	4	1	4	1	2	4	3	2	3	3	36
4	2	4	2	3	2	3	2	4	3	2	4	3	3	3	40
2	4	2	3	1	3	2	4	1	1	3	3	3	3	3	36
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	32
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	32
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	32
4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	41
3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	49
2	3	4	2	1	3	2	4	3	2	4	3	3	4	1	39
1	4	4	3	1	4	1	4	1	1	4	2	1	4	3	37
3	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	47

3	4	3	2	2	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	43
2	3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	24
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
4	4	2	4	4	4	3	2	4	1	2	2	1	4	1	38
1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	1	4	35
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	32
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	4	38
2	3	2	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	4	41
2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	38
2	4	2	4	2	3	2	4	2	2	4	3	3	2	3	40
1	4	1	1	1	1	1	4	4	3	2	1	4	1	1	29
1	4	1	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	29
1	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	44
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
1	4	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	4	38
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	4	4	35
2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	35
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	29
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	32
3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	34
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	33
1	3	4	1	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	44
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	35
3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	36
2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	33
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	4	1	35
1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	29
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42
2	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	1	1	2	2	33
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	3	3	4	3	38

4	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	41
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	35
1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	41
3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	32
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	35
1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	4	1	35
2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	36
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	1	1	4	35
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	35
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	1	32
2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	1	1	2	2	2	31
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	3	33
2	2	2	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	2	4	38
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	41
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	1	4	38
3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	37
2	3	2	3	1	4	1	4	1	1	3	2	2	3	2	32
1	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44
2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	33
2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	35
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	36
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
2	3	2	3	1	3	1	4	1	2	3	3	3	2	3	34
3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	37
3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	41
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	29
1	4	2	3	1	4	2	3	1	1	4	3	3	3	2	36
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	4	4	38

2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	36
1	1	2	3	2	3	1	4	1	4	1	3	3	3	4	35
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	1	31
2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	36
2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	1	3	35
1	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	1	4	35
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
1	3	1	3	1	3	1	3	1	1	4	2	1	2	2	28
2	2	3	2	1	4	1	4	1	1	1	2	3	2	2	29
3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	36
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	32
1	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	44
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	34
2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	35
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	35
1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	1	1	4	1	35
1	2	3	2	1	4	2	3	2	2	2	2	3	3	2	33
2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	30
2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	36
3	2	3	2	1	4	2	3	1	2	3	3	3	3	2	34
1	3	2	3	1	3	1	3	2	2	3	2	2	3	2	32
1	3	2	4	1	4	1	4	1	1	4	3	3	3	3	37
3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	3	2	32
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	4	1	4	32
2	2	4	4	2	2	4	2	4	3	4	2	2	4	4	43
3	3	3	2	3	2	4	2	4	4	2	4	4	4	4	45
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	20
1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	1	4	4	1	4	38
3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	2	4	3	3	3	40
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	41
2	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	35
1	4	4	1	4	1	1	4	4	1	4	1	4	1	4	38
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	3	2	3	34
1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	26

1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	29
1	4	3	4	1	3	3	4	1	1	4	3	4	2	2	39
1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	27
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	4	35
2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	38
2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	36
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	35
2	3	2	3	2	4	2	3	2	2	4	2	2	2	2	35
2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	34
2	3	2	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	36
2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	35
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	41
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	41
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	29
3	2	2	2	4	4	2	2	4	4	3	2	3	4	3	41
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	4	1	29
2	3	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	43
4	2	3	1	2	4	1	4	3	1	1	4	1	4	3	34
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	1	29
3	3	4	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	3	3	33
3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	2	36
1	4	3	4	2	4	2	4	2	1	4	2	3	2	3	40
3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	34
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	33
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	41
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	4	4	4	1	38
1	4	1	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	1	3	35
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	33
1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	1	1	18
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	34
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	2	1	2	2	32
1	4	1	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	34
3	2	2	3	1	4	3	2	2	2	3	3	3	2	1	33

4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	40
1	4	1	4	1	3	1	1	3	1	3	3	3	1	3		32
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4		35
3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3		38
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		56
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	1	4	1	1	1		29
2	4	1	4	2	3	2	4	2	1	4	3	4	2	2		38
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2		34
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4		35
2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3		37
4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	1	4	4	2	4		47
2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2		38
2	3	1	1	3	1	3	1	2	1	2	2	3	4	4		31
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		42
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	1	4		32
2	4	2	4	2	3	2	3	1	2	4	3	3	3	3		39
1	4	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1		32
3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3		39
2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2		33
2	4	1	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3		37
3	2	4	1	2	3	2	3	4	1	2	3	3	4	4		38
1	4	1	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	1	4		41
2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3		37
1	4	2	4	1	4	3	2	4	1	2	3	3	2	2		37
1	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3		36
4	1	4	1	4	1	4	1	3	3	2	4	4	3	4		39
3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3		36
3	2	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	4	4	2		38
1	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	3		41
2	3	1	4	2	3	2	3	1	2	4	3	3	2	3		36
3	3	4	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	4		39
2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3		44
3	1	3	2	3	2	3	2	4	4	2	2	2	4	3		37
2	2	1	4	2	4	2	4	2	1	4	1	2	1	2		32

2	3	3	2	1	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	34
2	3	2	3	4	1	4	1	3	3	2	2	3	2	2	35
2	2	1	2	1	1	3	1	2	2	1	3	3	1	3	26
2	2	2	3	2	3	3	4	4	4	4	3	2	4	1	41

J. HASIL ANALISIS SPSS

1. Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan Sosial

Skala ini memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,901, dengan nilai korelasi item-total berkisar antara 0,328 hingga 0,734, menunjukkan konsistensi internal yang tinggi.

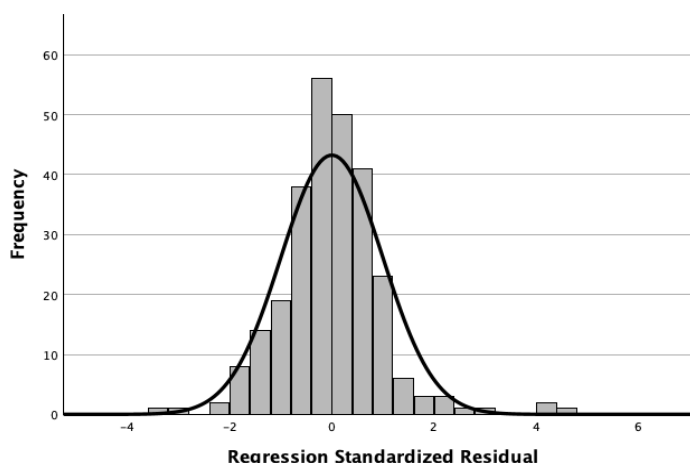
2. Validitas dan Reliabilitas Skala Pengungkapan Diri

Skala ini memiliki reliabilitas tinggi dengan nilai koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,884, serta indeks korelasi item-total yang berada pada kisaran nilai valid.

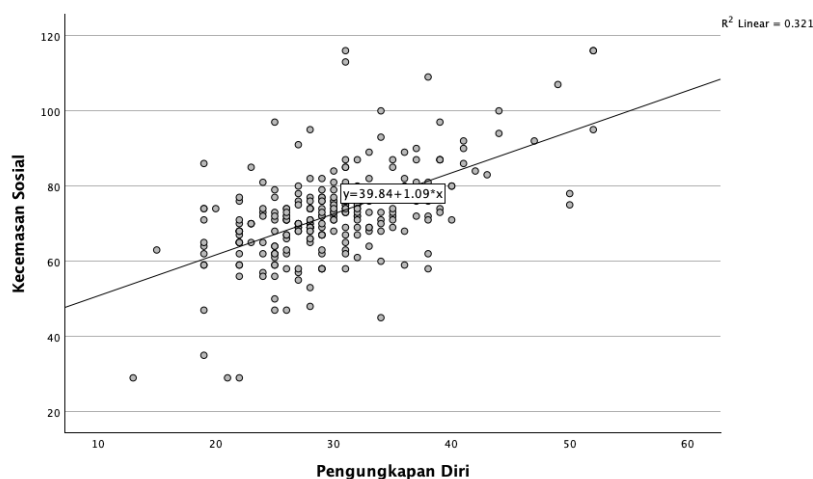
3. Validitas dan Reliabilitas Skala Perbandingan Sosial

Skala ini menunjukkan tingkat reliabilitas yang baik dengan nilai koefisien sebesar 0,805. Korelasi item-total pada skala ini berada dalam rentang 0,367 hingga 0,659.

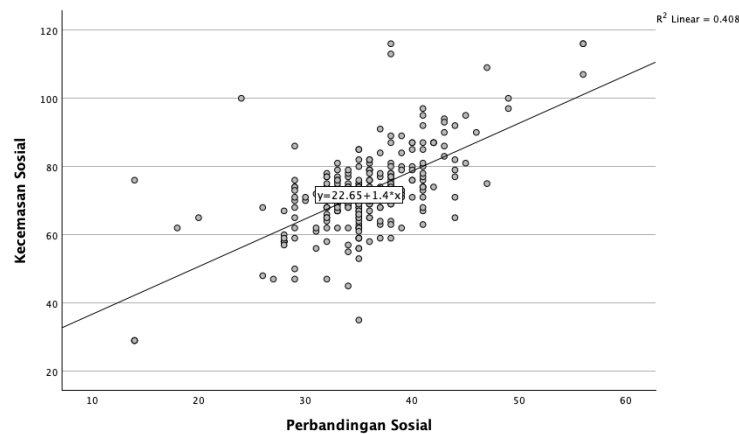
4. Uji Normalitas



5. Uji Linieritas



Uji Linearitas Kecemasan Sosial Vs Pengungkapan Diri



Uji Linearitas Kecemasan Sosial Vs Perbandingan Sosial

6. Uji Hipotesis

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	19409.483	2	9704.741	120.951	<.001 ^b
	Residual	21423.184	267	80.237		
	Total	40832.667	269			

7. R Square

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.689 ^a	.475	.471	8.957

8. Crosstabulation

			Kat_KECEMASAN			
			REDAH	SEDANG	TINGGI	Total
GENDER	Laki – laki	Count	10	124	12	146
		% within GENDER	6.8%	84.9%	8.2%	100.0%
		% within Kat_KECEMASAN	58.8%	55.1%	42.9%	54.1%
		% of Total	3.7%	45.9%	4.4%	54.1%
	Perempuan	Count	7	101	16	124
		% within GENDER	5.6%	81.5%	12.9%	100.0%
		% within Kat_KECEMASAN	41.2%	44.9%	57.1%	45.9%
		% of Total	2.6%	37.4%	5.9%	45.9%
	Total	Count	17	225	28	270
		% within GENDER	6.3%	83.3%	10.4%	100.0%
		% within Kat_KECEMASAN	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	6.3%	83.3%	10.4%	100.0%

Kecemasan Sosial (Y)

GENDER			Kat_X1			Total
			RENDAH	SEDANG	TINGGI	
Laki – laki		Count	48	84	14	146
		% within GENDER	32.9%	57.5%	9.6%	100.0%
		% within Kat_X1	75.0%	45.9%	60.9%	54.1%
		% of Total	17.8%	31.1%	5.2%	54.1%
	Perempuan	Count	16	99	9	124
		% within GENDER	12.9%	79.8%	7.3%	100.0%
		% within Kat_X1	25.0%	54.1%	39.1%	45.9%
Total		% of Total	5.9%	36.7%	3.3%	45.9%
		Count	64	183	23	270
		% within GENDER	23.7%	67.8%	8.5%	100.0%
		% within Kat_X1	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	23.7%	67.8%	8.5%	100.0%

Pengungkapan Diri (X1)

GENDER			Kat_X2			Total
			RENDAH	SEDANG	TINGGI	
Laki – laki		Count	22	116	3	141
		% within GENDER	15.6%	82.3%	2.1%	100.0%
		% within Kat_X2	78.6%	50.9%	37.5%	53.4%
		% of Total	8.3%	43.9%	1.1%	53.4%
	Perempuan	Count	6	112	5	123
		% within GENDER	4.9%	91.1%	4.1%	100.0%
		% within Kat_X2	21.4%	49.1%	62.5%	46.6%
Total		% of Total	2.3%	42.4%	1.9%	46.6%
		Count	28	228	8	264
		% within GENDER	10.6%	86.4%	3.0%	100.0%
		% within Kat_X2	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
		% of Total	10.6%	86.4%	3.0%	100.0%

Perbandingan Sosial (X2)