

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Elis Suci Prapita Sari, dan Syahdan Khalifah Akbar. "Hubungan antara Kesepian (Loneliness) dengan Self-disclosure pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa yang Menggunakan Media Sosial (Instagram)." *Jurnal Tambora* 5, no. 3 (2021): 40–45. <https://doi.org/10.36761/jt.v5i3.1313>.
- Amelisa, Maya. "Model Konseling Self-Disclosure pada Remaja (Study Kasus Orang Tua Bercerai)." *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 15, no. 1 (2018): 57–67. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2018.151-205>.
- Andri, Delvi. "Hubungan antara Tingkat Kepercayaan Interpersonal dengan Pengungkapan Diri Remaja Pengguna Media Sosial Online Di SMA Negeri 2 Kudus." (Skripsi, Universitas Negeri Semarang), 2017.
- Anggraeni, Nora, dan Uun Zulfiana. "Hubungan Kesepian dan Pengungkapan Diri di Instagram pada Dewasa yang Belum Menikah." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 6, no. 2 (2018): 245–259. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i2.7144>.
- Ariani, Mulia Dwi, Ratna Supradewi, dan Diany Syafitri. "Peran Kesepian dan Pengungkapan Diri Online Terhadap Kecanduan Internet pada Remaja Akhir" *Jurnal Psikologi Proyeksi* 14, no. 1 (2019): 12–21.
- Arikunto, Suharsami. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2016.
- Arpacı, Ibrahim. "What drives students' online self-disclosure behaviour on social media? A hybrid SEM and artificial intelligence approach." *International Journal of Mobile Communications* 18, no. 2 (2020): 229-241. <https://doi.org/10.1504/ijmc.105847>.
- Azizah, Aimmatu Nur, dan Siti Azizah Rahayu. "Hubungan Self-Esteem dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian pada Lansia." *Jurnal Penelitian Psikologi* 7, no. 2 (2016): 40–58.
- Budiwanto, Setyo. *METODE STATISTIKA: Untuk Mengolah Data Keolahragaan*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, 2017.
- Blachnio, A., Przepiorka, A., Balakier, E., dan Boruch, W. "Dysfunction of Self-Regulation and Self-Control in Facebook Addiction." *Original Paper*, 87 (2016): 493-500.
- Cacioppo, John T, dan William Patrick. *Loneliness: human nature and the need for social connection*. New York: W. W. Norton & Company, Inc, 2008.
- DeVito, Joseph A. *Human Communication*. New York: Harper Collins Publisher, 1996.
- . *The Interpersonal Communiacation Book 13th Edition*. Boston: Pearson Education, 2013.
- Edi, Fandi Rosi Sarwo. *Teori Wawancara Psikodiagnostik*. Yogyakarta: PT. Leutika Nouvalitera, 2016.
- Guntuku, Sharath Chandra, Rachelle Schneider, Arthur Pelullo, Jami Young, Vivien Wong, Lyle Ungar, Daniel Polsky, Kevin G Volpp, dan Raina Merchant. "Studying Expressions of Loneliness in Individuals Using Twitter: An Observational Study." *BMJ Open* (2019): 1-8. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-030355>.
- Hardika, Jelang, Igaa Noviekayati, Sahat Suragih. "Hubungan Self-Esteem dan Kesepian dengan Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik pada

- Remaja Pengguna Media Sosial Instagram.” *Psikosains* 14, no. 1 (2019): 1–14. <http://dx.doi.org/10.30587/psikosains.v14i1.928>.
- Ho, Annabell, Jeff Hancock, dan Adam S Miner. “Psychological, Relational, and Emotional Effects of Self-Disclosure After Conversations With a Chatbot.” *Journal of Communication* 68 (2018): 712–733. <https://doi.org/10.1093/joc/jqy026>.
- Hsieh, Ning, dan Hui Liu. “Social Relationships and Loneliness in Late Adulthood: Disparities by Sexual Orientation.” *Journal of Marriage and Family* (2021): 1–18. <https://doi.org/10.1111/jomf.12681>.
- Isadore Newman, dan Carolyn R. Benz. *Qualitative-quantitative Research Methodology: Exploring the Interactive Continuum*. United States of America: Southern Illinois University Press, 1998.
- Jahja, Yudrik. *Psikologi Perkembangan*. Pertama. Jakarta: Kencana, 2011.
- Jayani, Dwi Hadya. “10 Media Sosial yang Sering digunakan 2020” 2020. [www.databookskatadata.co.id](http://www.databookskatadata.co.id).
- Juju, Dominikus, dan MataMaya Studio. *Twitter*. Jakarta: PT. Elex Media Komplitudo, 2009.
- King, L. A. *Psikologi Umum*. Diterjemahkan oleh Petty Gina Gayatri. Edisi 3 Jilid 1. Jakarta: Salemba Humanika, 2016.
- King, Marissa. “Working to Address the Loneliness Epidemic: Perspective-Taking, Presence, and Self-Disclosure.” *American Journal of Health Promotion* 32, no. 5 (Juli 2018): 1315–17. <https://doi.org/10.1177/0890117118776735c>.
- Kothari, C.R.. *Research Methodology: Methods & Techniques*. New Delhi: New Age International (P) Ltd., Publishers, 2004.
- Krisnawati, Evina Soetjiningsih, dan Christiana Hari. “Hubungan Antara Kesepian dengan Selfie-Liking pada Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi* 16, no. 2 (2017): 122–127.
- Lubis, Rahmadayani Fitri. “Hubungan antara Pengungkapan Diri dengan Kesepian pada Mahasiswa Kost di RT 09 RW 02 Seberang Ulu Palembang.” (Skripsi, Universitas Bina Darma, 2019).
- M.D, David D, Burns. *Mengapa Kesepian*. Diterjemahkan oleh Anton Soetomo. Jakarta: Erlangga, 1988.
- Macià, Dídac, Gabriele Cattaneo, Javier Solana, Jose M Tormos, Alvaro Pascual-Leone, dan David Bertrea-Faz. “Meaning in Life: A Major Predictive Factor for Loneliness Comparable to Health Status and Social Connectedness.” *Frontiers in Psychology* 12 (Februari 2021): 1–2. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.627547>.
- Mahoney, Jamie, Effie Le Moignana, Kiel Longb, Mike Wilsonc, Julie Barnettd, John Vinesa, dan Shaun Lawson. “Feeling alone among 317 million others: Disclosures of loneliness on Twitter.” *Computers in Human Behavior* (2019): 20-30. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.03.024>.
- Marisa, Dinda, dan Nelia Afriyeni. “Kesepian dan Self-compassion Mahasiswa Perantau.” *Jurnal Psibernetika* 12, no. 1 (April 2019): 1–11. <http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v12i1.1582>.
- Masur, Philipp K. *Situational Privacy and Self-Disclosure*. New York: Springer Internasional Publishing AG, 2019.
- Perlman, Daniel, dan Letitia Anne Peplau. *Loneliness: A sourcebook of xurrent theory, research & therapy*. Canada: John Wiley & Sons, Inc., 1982.

- Pittman, M., dan Reich, B. "Social Media and Loneliness: Why an Instagram Picture May be Worth More Than a Thousand Twitter Words." *Journal Computers in Human Behavior* 69 (2016): 155-167.
- Prawesti, Ferdiana Suniya, dan Damajanti Kusuma Dewi. "Self Esteem dan Self Disclosure pada Mahasiswa Psikologi Pengguna Blackberry Messenger." *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 3, no. 2 (2016): 1-8. <https://doi.org/10.26740/jptt.v7n1.p1-8>.
- Putri, Alifia Fernanda. "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya." *Indonesian Journal of School Counseling* 13, no. 2 (2019): 35-40. <https://doi.org/10.23916/08430011>.
- Riduan. *Dasar-dasar Statistika*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- \_\_\_\_\_. *Metode dan Teknik Menyusun Tesis*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Salkind, Neil J. *Pendekatan Psikodinamika dalam Perkembangan Manusia*. Diterjemahkan oleh M. Khozim. Bandung: Nusa Media, 2021.
- Santrock, John W. *Perkembangan Masa Hidup*. Diterjemahkan oleh A. Chusairi & J. Dinamik. Jakarta: Erlangga, 2002.
- Sembiring, K. D. R. "Hubungan antara Kesepian dan Kecenderungan Narsistik pada Pengguna Jejaring Sosial Media Instagram. *Jurnal Psikologi* 16, no. 2 (2017): 147-154.
- Siregar, Syofian. *Metode Penelitian Kuantitatif: Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*. Jakarta: Kencana, 2017.
- Sugiyono. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, dan Desertasi*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- \_\_\_\_\_. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Suhari, Yohanes, Dwi Agus Diartono, dan Arief Jananto. "Motivasi Menggunakan dan Pengaruhnya Terhadap Partisipasi pada Media Sosial Secara Online," 2017, 378.
- Syahrum, dan Salim. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media, 2014.
- Syafussalam, Muhammad Lathief. "Kesepian dan Pengungkapan Diri Melalui Media Sosial pada Mahasiswa" (Skripsi, Universitas Islam Indonesia), 2016.
- TP. "Survei Pengguna Internet APJII 2019-Q2 2020." *Buletin APJII*, November 2020, 74 edisi. <https://apjii.or.id>.
- \_\_\_\_\_. *Internet users in the Top 20 countries in Juni 30, 2019*. <http://www.internetworldstats.com>.
- Waloejo, Yohan Jati. *Twitter: Best Social Networking*. Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2010.
- Wibisono, Dermawan. *Panduan Menyusun Skripsi, Thesis, dan Desertasi*. Yogyakarta: Andi Offset, 2013.
- Widyaningrum, Anastasia Yuni, dan Yuli Nugraheni. "Motif Mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dalam Menggunakan Media Sosial." *Jurnal Komunikatif* 6, no. 2 (Desember 2017): 63-91. <https://doi.org/10.33508/jk.v6i2.1706>.
- Wijayanti, Retno. "Hubungan Self-disclosure Pengguna Instagram Stories dengan Emotion Focused Coping pada Mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran

- Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri Angkatan 2019/2020.” (Skripsi, IAIN Kediri), 2020.
- Xu, Xiaoting, Yuxiang Zhao, dan Qinghua Zhu. “The Effect of Social Media Use on Older Adults’ Loneliness-The Moderating Role of Self-disclosure.” *Springer Nature Switzerland AG*, 2020, 131–415. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-50232-4\\_10](https://doi.org/10.1007/978-3-030-50232-4_10).
- Yusuf, A. Muri. *METODE PENELITIAN: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Edisi Pertama. Jakarta: Kencana, 2014.
- Zhang, Renwen, dan Jiawei Sophia Fu. “Privacy Management and Self-Disclosure on Social Network Sites: The Moderating Effects of Stress and Gender.” *Journal of Computer-Mediated Communication* 25 (2020): 236–251. <https://doi.org/10.1093/jcmc/zmaa004>.

## LAMPIRAN 1

### Angket Penelitian

#### Angket Kuesioner Skala Kesepian

NO	PERILAKU	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa dekat dengan orang-orang disekeliling saya.				
2.	Saya sering merasa kesepian.				
3.	Menjalin hubungan dekat dengan oprang lain dapat mengurangi rasa kesepian yang saya alami				
4.	Saya merasa tidak nyaman ketika menjalin hubungan secara dekat/akrab dengan orang lain.				
5.	Ketika menjalin hubungan dengan orang lain, saya akan bersikap apa adanya tanpa jaim (jaga image).				
6.	Kesalah pahaman seringkali terjadi dalam hubungan yang saya miliki dengan orang-orang disekitar.				
7.	Beberapa kali saya terlibat ke dalam hubungan yang <i>toxic</i> .				
8.	Saya memiliki hubungan yang akrab dengan teman-teman/kerabat.				
9.	Saya kurang nyaman untuk berinteraksi dengan orang lain.				
10.	Bagi saya kehadiran bukanlah hal yang penting dalam suatu hubungan.				
11.	Kedekatan dengan orang lain membuat saya merasa risih.				
12.	Saya mudah dekat dengan orang lain meskipun baru mengenalnya.				
13.	Saya akan berusaha untuk menjaga hubungan dengan orang lain, meski terkadang hubungan tersebut berdampak buruk bagi saya.				
14.	Saya merubah pola hidup/gaya hidup saya agar saya dapat diterima oleh teman-teman saya				
15.	Keakraban dengan orang lain membuat <i>privacy</i> saya terusik.				

16.	Saya merasa tidak sedang dekat dengan siapapun.			
17.	Hubungan saya baik dengan orang-orang disekitar saya.			
18.	Saya selalu menjaga jarak untuk dalam menjalin hubungan dengan siapapun agar tidak terlalu dekat/akrab.			
19.	Orang-orang disekitar senang bergaul dengan saya, karena saya menyenangkan.			
20.	Hubungan saya dengan orang lain biasa saja, karena saya adalah tipe orang yang tertutup.			
21.	<i>Support system</i> terbaik bagi saya adalah adanya kehadiran keluarga dan teman dalam kehidupan saya.			
22.	Adanya pertemanan yang saya miliki, membuat saya tidak merasa kesepian			
23.	Saya merasa menjalin hubungan pertemanan yang dekat/akrab sangat penting bagi saya			
24.	Terkadang saya merasa hanya dimanfaatkan oleh teman-teman saya			
25.	Menjalin hubungan dengan orang lain adalah cara agar saya tidak merasa kesepian.			
26.	Saya merasa puas dengan kualitas hubungan yang saya miliki dengan orang-orang disekitar saya.			
27.	Saya tertutup dengan semua orang.			
28.	Jika saya kecewa, saya enggan untuk menjalin hubungan kembali dengan orang lain.			
29.	Teman/sahabat saya selalu ada disaat saya membutuhkannya di saat suka maupun duka			
30.	Jika saya merasa kesepian, saya akan mengajak orang terdekat saya untuk bertemu.			
31.	Saya malas menjalin hubungan apapun dengan orang lain.			
32.	Ketika berteman/menjalin hubungan dengan orang lain saya akan bersikap jaim (jaga image) agar saya tidak dijauhi.			
33.	Saya seringkali menangis dan kecewa terhadap hubungan yang saya.			

34.	Saya akan bersikap apa adanya dalam berteman atau menjalin hubungan dengan orang lain				
35.	Ketika ada waktu luang, saya selalu menghabiskan waktu bersama dengan teman-teman atau orang-orang disekitar saya.				
36.	Keakraban dalam menjalin hubungan dapat mempererat hubungan tersebut.				
37.	Saya merasa tidak dianggap dalam oleh teman-teman saya				
38.	Bertemu dan mengobrol dengan teman atau orang terdekat adalah kegiatan yang menyenangkan bagi saya				
39.	Hubungan yang saat ini saya miliki sangat menyenangkan dan saya merasa nyaman.				
40.	Saya selektif dalam menjalin hubungan pertemanan, agar saya tidak merasa kecewa nantinya.				
41.	Saya selau mendominasi interaksi dalam suatu hubungan.				
42.	Interaksi bukanlah hal yang penting dalam suatu hubungan.				
43.	Pada saat saya sedih kehadiran orang lain dapat membuat saya menjadi lebih tenang.				
44.	Dalam setiap hubungan apapun saya selalu cuek karena saya hanya mementingkan diri saya sendiri.				
45.	Saya merasa nyaman ketika menyendiri				
46.	Menjalin keakraban dalam hubungan dapat mempererat hubungan tersebut.				

Angket Kuesioner Skala *Self-Disclosure*

NO	PERILAKU	SS	S	TS	STS
1.	Media sosial Twitter merupakan tempat yang tepat untuk berbagi cerita.				
2.	Saya merasa cuek dengan teman-teman di Twitter saya.				
3.	Saya melakukan pengungkapan diri untuk membagikan cerita-cerita menyenangkan di kehidupan saya.				
4.	Saya merasa kurang nyaman untuk melakukan pengungkapan diri atau bercerita di media sosial Twitter.				
5.	Media sosial Twitter merupakan sarana untuk mengungkapkan pendapat saya.				
6.	Saya secara sengaja mengungkapkan diri di media sosial agar orang lain dapat mengenal saya.				
7.	Saya menceritakan apapun kepada teman saya, termasuk mengenai hubungan asmara saya.				
8.	Saya merasa sadar ketika mengungkapkan diri di media sosial Twitter				
9.	Saya mengungkapkan diri kepada semua pengikut saya di Twitter.				
10.	Saya merasa bebas untuk curhat mengenai apapun di media sosial Twitter				
11.	Bercerita dan mengungkapkan diri di media sosial Twitter membosankan bagi saya.				
12.	Saya merasa akrab dan mengenal semua teman-teman saya di Twitter.				
13.	Saya kurang suka untuk berbagi cerita mengenai diri saya di media sosial Twitter.				
14.	Hal apapun yang saya alami, baik menyenangkan atau menyedihkan selalu saya curahkan di media sosial twitter.				
15.	Saya sering mengungkapkan diri atau curhat di media sosial Twitter				
16.	Pengungkapan diri di media sosial yang saya lakukan berhubungan dengan rencana yang akan saya lakukan.				
17.	Saya tidak pernah sama sekali mengungkapkan diri melalui media sosial Twitter				

18.	Saya lebih memilih untuk memendam apapun mengenai kehidupan saya sendiri.			
19.	Saya suka berbicara tentang diri saya di media sosial Twitter.			
20.	Setiap hari saya selalu update mengenai kegiatan yang saya lakukan, maupun bercerita di media sosial.			
21.	Mengungkapkan diri di media sosial Twitter merupakan hal yang biasa bagi saya.			
22.	Saya merasa kurang nyaman jika orang lain mengetahui informasi mengenai diri saya.			
23.	Saya merasa nyaman berbagi cerita di media sosial Twitter dibandingkan dengan media sosial lain.			
24.	Mengungkapkan diri di media sosial secara mendalam/akrab membuat saya merasa tidak nyaman.			
25.	Saya menjelaskan permasalahan saya secara rinci di Twitter untuk mendapat masukan dari orang lain.			
26.	Saya merasa senang membagikan dan mengungkapkan apapun di media sosial.			
27.	Saya mengungkapkan diri kepada siapapun di Twitter meskipun saya tidak mengenalnya.			
28.	Saya mudah untuk menceritakan mengenai kehidupan saya kepada siapapun, meski saya belum dekat atau akrab.			
29.	Pengungkapan diri yang saya lakukan di media sosial cenderung spontan/tiba-tiba saja.			
30.	Saya tidak suka untuk berbagi tentang apapun kepada orang lain.			
31.	Saya merasa kurang nyaman mengungkapkan diri, ataupun curhat di media sosial Twitter.			
32.	Curhat di media sosial Twitter segaja saya lakukan agar diperhatikan oleh orang lain.			
33.	Saya suka menceritakan atau curhat mengenai diri saya kepada teman saya.			
34.	Curhat di media sosial membuat saya semakin terpuruk			

35.	Saya enggan untuk menceritakan hal-hal pribadi saya kepada orang lain, termasuk hubungan seksual saya.			
36.	Saya curhat di media sosial hanya ketika mood/suasana hati saya dalam keadaan membaik.			
37.	Saya menceritakan semuanya secara mendetail agar orang lain paham dengan apa yang saya alami.			
38.	Hanya sedikit teman di Twitter saya yang saya kenali.			
39.	Terkadang saat curhat/bercerita di media sosial, saya tidak sepenuhnya berkata jujur untuk menutupi diri saya			
40.	Dengan media sosial Twitter saya dapat berbagi cerita, minat dan hobi saya kepada orang lain.			
41.	Berbagi pengalaman dengan orang lain adalah hal yang menyenangkan bagi saya.			
42.	Saya senang untuk bercerita dengan orang lain, karena dengan bercerita saya dapat memperoleh masukan dari orang lain.			
43.	Saya tidak sengaja untuk menceritakan apapun kepada orang lain.			
44.	Saya sering mengungkapkan diri di media sosial, karena menurut saya itu adalah kegiatan yang menyenangkan.			
45.	Saya tidak pernah bercerita atau mengupload sesuatu mengenai diri atau kehidupan saya.			
46.	Curhat dengan orang yang sudah akrab/dekat membuat saya merasa tenang.			
47.	Dengan mengungkapkan diri di media sosial membuat suasana hati saya membaik.			
48.	Saya sangat terbuka dengan teman saya, sehingga saya akan menceritakan apapun, termasuk hal-hal yang sensitif dan mendalam.			
49.	Mengungkapkan diri atau curhat di Twitter membuat saya merasa nyaman, meski kepada orang yang baru saya kenal.			
50.	Mengungkapkan diri di media sosial adalah kegiatan yang sia-sia.			

## LAMPIRAN 2

**Tabulasi Data Penelitian**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46
1	4	2	1	4	1	3	3	3	3	3	1	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	1	3	4	1	4	4	3	2	3	2	3	4	2	4	2	4	135					
2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	133								
3	4	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	4	143									
4	2	2	2	3	4	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	2	3	2	3	2	4	128								
5	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	4	1	3	4	4	4	4	4	2	3	2	3	1	3	127						
6	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	129							
7	4	3	2	1	1	4	4	3	2	4	3	2	3	2	4	2	3	2	4	4	3	3	3	4	1	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	2	3	132					
8	3	1	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	2	2	1	4	2	3	4	2	4	3	3	3	2	2	3	4	148						
9	3	2	2	3	3	1	2	4	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	1	4	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	134									
10	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	120							
11	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	131						
12	3	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	145						
13	2	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	1	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	121							
14	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	116							
15	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	118							
16	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119							
17	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	113							
18	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	142							
19	4	1	2	2	4	1	1	4	1	3	4	1	4	1	1	3	2	3	4	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	3	2	3	2	4	1	3	4	122							
20	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	124							
21	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	128							
22	4	1	2	3	2	4	4	4	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	130							
23	1	1	2	1	4	1	4	3	1	1	1	4	4	1	1	4	3	1	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	2	4	1	4	115				
24	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	122						
25	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	121							
26	2	1	3	4	3	2	2	3	4	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117							
27	2	2	1	3	3	2	4	2	4	4	1	3	3	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	1	2	2	1	2	3	3	3	4	4	2	2	2	2	3	2	3	117				
28	4	4	1	4	3	1	1	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	142							
29	3	2	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	117							
30	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	143							
31	3	1	2	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	111							
32	2	1	4	4	4	1	1	3	1	1	3	1	3	4	3	1	3	3	2	3	4	1	3	2	3	1	2	4	3	3	3	2	2	4	1	2	4	120							
33	3	3	1	4	2	3	3	3	4	3	1	4	4	3	4	3	2	4	4	3	2	3	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	145							
34	3	3	2	3	3	1	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	4	2	2	3	2	4	4	3	2	3	2	2	2	3	2	126							
35	3	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	128							
36	2	2	2	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	2	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	143							
37	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119							
38	3	1	4	4	2	2	1	4	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	4	4	2	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	146							
39	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	136							
40	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	128							
41	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	124							
42	2	1	2	1	3	1	1	3	3	4	3	2	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	2	1	1	2	2	2	2	4	2	2	3	4	2	1	3	114							
43	3	2	2	3	4	2	3	3	4</td																																				

50	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	146
51	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	118			
52	4	1	2	2	3	1	2	3	3	4	2	4	1	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	3	4	3	1	4	4	139										
53	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	135			
54	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	131	
55	2	1	3	2	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	4	4	4	3	4	2	1	3	4	1	3	1	4	124		
56	3	3	2	4	1	1	4	1	1	1	4	2	3	2	2	3	2	3	1	4	3	3	1	3	3	2	2	3	3	4	4	4	2	4	4	1	4	3	1	4	124		
57	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	1	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	4	1	3	4	3	2	3	1	2	4	3	4	2	4	137		
58	2	1	4	4	4	3	2	3	3	1	4	2	2	1	4	4	3	2	4	2	3	3	3	2	4	4	4	1	2	4	4	3	1	2	4	3	4	2	3	135			
59	4	2	3	3	4	1	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	3	1	2	4	4	2	3	4	3	3	4	151					
60	3	2	3	3	4	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	4	3	3	3	2	2	4	1	3	3	1	2	4	4	4	4	1	4	1	2	4	4	3	131		
61	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	4	3	3	1	4	4	3	1	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	1	2	3	3	1	4	126		
62	2	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	4	3	2	2	2	3	2	3	1	110			
63	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	4	2	4	4	3	3	138						
64	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	1	3	3	4	2	4	134				
65	3	3	4	2	3	2	2	3	2	1	3	1	4	1	4	1	4	3	4	1	3	3	4	1	1	2	4	4	4	3	4	2	2	4	3	3	1	4	126				
66	2	1	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	117				
67	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	1	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	4	125					
68	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	133						
69	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	2	3	4	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	3	1	2	4	3	3	2	4	134					
70	3	2	2	3	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4	2	4	3	3	2	3	4	3	1	3	3	4	2	3	4	3	1	2	3	3	1	3	123				
71	3	3	4	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3	4	3	2	2	4	4	4	2	3	3	3	2	4	1	4	4	3	2	4	3	2	3	4	2	3	135				
72	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	113					
73	3	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	2	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	1	3	4	161					
74	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	1	115				
75	4	3	4	2	3	2	3	3	2	4	1	3	3	2	3	4	2	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	3	2	3	143				
76	3	1	3	3	4	1	2	3	3	4	3	3	2	1	3	1	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	1	4	3	4	4	3	3	3	1	4	3	4	126				
77	3	1	4	4	4	1	3	3	3	4	3	2	1	3	3	2	2	3	4	3	2	4	1	4	2	4	4	3	2	4	3	4	1	4	1	4	130						
78	3	3	3	4	2	2	4	3	3	4	2	2	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	2	3	2	4	3	4	3	149					
79	3	3	3	4	2	1	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	1	3	3	2	3	4	2	4	2	1	3	3	4	137				
80	3	1	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	4	4	4	1	4	4	3	1	3	4	3	1	2	3	4	4	3	3	1	3	4	2	3	132		
81	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	135				
82	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	1	2	3	3	3	2	3	3	1	3	2	4	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	120				
83	3	3	4	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	1	2	4	4	2	4	145				
84	4	3	4	3	3	2	4	4	3	4	4	2	2	3	3	4	2	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	1	3	4	3	4	2	4	146			
85	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	1	4	4	2	3	4	4	3	151			
86	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	112	
87	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	126			
88	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	4	4	1	4	3	4	2	4	4	4	1	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	141				
89	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	121				
90	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	135				
91	2	1	4	3	3	1	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	4	4	4	1	4	3	4	1	3	4	4	1	4	3	1	2	4	4	4	2	4	4	134				
92	4	1	4	3	3	1	4	2	1	3	1	2	4	1	4	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	4	4	4	1	4	3	2	2	1	3	124					
93	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	126				
94	2	3	3	4	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	120				
95	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	127				
96	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	128				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
1	4	2	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	1	3	2	4	2	1	4	1	3	3	4	1	1	3	4	1	3	2	4	3	4	2	4	2	3	142				
2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	142					
3	4	2	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	4	2	2	3	3	4	4	1	2	4	3	4	1	1	2	3	3	3	1	1	3	3	2	2	3	133			
4	4	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	4	3	2	1	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	148						
5	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	1	2	3	1	4	2	1	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	138		
6	4	1	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	140					
7	2	2	2	1	2	4	2	3	2	3	3	2	1	3	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	4	2	1	2	2	2	1	3	2	2	2	101								
8	4	3	3	3	4	3	1	4	4	4	4	3	3	4	1	3	4	4	4	4	3	1	4	1	4	2	2	3	1	2	2	3	1	4	4	4	1	3	1	2	3	145							
9	4	3	2	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	2	2	3	3	2	1	4	2	4	3	1	3	4	1	3	2	1	3	4	4	2	2	3	1	4	143							
10	3	2	3	2	2	3	1	3	2	2	3	2	2	3	2	3	1	2	1	2	2	3	2	4	2	1	2	2	3	2	3	2	1	2	3	3	2	1	2	3	115								
11	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	139								
12	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	1	2	2	3	2	1	3	1	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	120							
13	3	3	4	3	3	1	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	143							
14	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	4	3	3	3	4	3	3	3	1	4	2	4	2	3	3	1	3	3	2	3	4	3	3	4	2	3	3	4	2	3	149								
15	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	1	4	3	3	3	1	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	130								
16	3	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	119								
17	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	155									
18	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	131								
19	3	2	2	2	3	3	1	2	1	3	2	3	3	2	2	1	3	1	3	2	3	2	1	3	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	2	2	2	112								
20	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	4	2	2	2	2	3	3	1	3	2	3	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	3	129							
21	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	1	4	174					
22	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	136							
23	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	124								
24	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	136								
25	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	125							
26	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	127								
27	4	1	4	2	3	4	4	3	2	4	3	1	3	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	2	2	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	133							
28	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	3	2	2	1	4	2	1	3	1	3	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	109							
29	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	3	2	4	2	1	1	3	4	1	4	2	1	1	3	4	4	2	1	2	1	1	112							
30	4	3	4	3	4	3	1	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	1	4	2	4	3	3	3	1	4	4	4	3	1	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	142						
31	4	2	4	3	3	2	3	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	1	2	1	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	154								
32	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	3	2	3	1	4	4	1	3	3	1	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	137								
33	4	3	4	2	4	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	1	3	2	4	4	1	4	4	2	3	2	4	4	1	1	3	4	4	1	1	3	4	138								
34	3	2	2	2	3	4	3	1	2	3	1	3	2	2	1	1	3	1	3	2	3	1	3	2	3	1	4	4	4	1	1	3	4	4	2	3	3	118											
35	4	3	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	145								
36	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	123									
37	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	126								
38	4	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	126								
39	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	3	1	3	3	1	3	4	3	2	4	4	4												

50	4	2	4	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	3	1	3	3	2	4	4	2	2	2	2	2	3	140					
51	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	4	2	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	4	3	1	4	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	127				
52	4	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	2	1	4	2	1	1	3	3	2	2	3	3	3	138				
53	4	2	4	3	3	4	3	3	4	4	2	3	2	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	1	2	4	4	4	3	4	3	152				
54	2	2	3	2	3	2	3	4	1	3	2	2	2	3	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	3	1	4	2	3	2	1	4	2	2	3	4	2	2	1	2	113					
55	3	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3	2	3	2	3	1	1	4	1	2	2	2	3	3	1	3	2	2	4	2	3	3	2	2	1	2	122			
56	4	1	4	3	4	4	2	4	3	3	3	1	3	3	2	4	2	3	2	3	2	1	4	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	1	4	4	3	3	3	2	3	1	3	3	131	
57	3	2	3	1	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	4	1	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	1	4	4	1	2	3	3	3	2	3	3	130				
58	4	1	4	3	4	2	3	4	2	4	4	2	3	2	4	2	4	3	3	2	3	4	1	4	3	3	1	2	4	2	2	2	1	2	4	3	3	1	2	3	3	136				
59	3	3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	4	3	2	3	1	1	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	111					
60	4	2	4	3	4	2	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	2	3	4	3	3	1	3	4	2	2	2	3	1	3	3	4	3	3	2	3	3	148				
61	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	2	1	3	1	1	3	3	1	4	4	1	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	122				
62	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	3	2	1	3	3	2	4	4	4	3	2	2	3	4	2	1	2	3	124
63	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	118				
64	3	4	3	3	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	158				
65	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	132				
66	4	2	3	3	4	3	1	3	3	4	3	2	3	4	2	3	4	1	1	4	4	3	4	1	3	4	2	3	3	4	4	2	4	3	3	4	3	4	3	153						
67	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	117					
68	3	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	3	4	2	1	1	3	4	4	2	3	4	3	2	3	136			
69	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	133						
70	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	2	2	4	2	2	2	1	2	1	3	2	1	1	3	3	1	2	1	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	110					
71	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	119					
72	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	155					
73	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	127					
74	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	114				
75	3	3	3	3	3	2	1	3	1	3	4	3	3	2	3	2	2	1	2	1	3	1	3	1	2	3	1	1	4	4	1	2	4	4	4	1	2	2	3	2	1	3	111			
76	4	3	3	3	4	4	2	4	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	1	3	3	3	1	2	3	1	4	2	1	3	4	4	2	3	3	3	138					
77	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	123					
78	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	2	4	1	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	3	3	4	3	152					
79	4	2	4	3	4	2	2	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	2	4	2	4	3	3	2	3	4	1	2	3	1	2	4	4	4	3	3	4	4	4	3	159					
80	4	1	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	3	2	1	4	3	1	2	3	3	2	4	2	3	2	3	120				
81	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	132					
82	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	109				
83	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	128					
84	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	130					
85	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	3	4	3	2	2	3	3	3	131					
86	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	117					
87	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	128					
88	4	3	3	4	3	2	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	1	3	4	4	4	3	3	2	2	4	155					
89	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	142					
90	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3																			

LAMPIRAN 3

**Kategorisasi Skor Kesepian**

NO	SKOR	KATEGORI	NO	SKOR	KATEGORI
1	135	SEDANG	49	136	SEDANG
2	133	SEDANG	50	146	TINGGI
3	143	TINGGI	51	118	RENDAH
4	128	SEDANG	52	139	SEDANG
5	127	SEDANG	53	135	SEDANG
6	129	SEDANG	54	131	SEDANG
7	132	SEDANG	55	124	SEDANG
8	148	TINGGI	56	124	SEDANG
9	134	SEDANG	57	137	SEDANG
10	120	SEDANG	58	135	SEDANG
11	131	SEDANG	59	151	TINGGI
12	145	TINGGI	60	131	SEDANG
13	121	SEDANG	61	126	SEDANG
14	116	RENDAH	62	110	RENDAH
15	118	RENDAH	63	138	SEDANG
16	119	RENDAH	64	134	SEDANG
17	113	RENDAH	65	126	SEDANG
18	142	TINGGI	66	117	RENDAH
19	122	SEDANG	67	125	SEDANG
20	124	SEDANG	68	133	SEDANG
21	128	SEDANG	69	134	SEDANG
22	130	SEDANG	70	123	SEDANG
23	115	RENDAH	71	135	SEDANG
24	122	SEDANG	72	113	RENDAH
25	121	SEDANG	73	161	TINGGI
26	132	SEDANG	74	115	RENDAH
27	117	RENDAH	75	143	TINGGI
28	142	TINGGI	76	126	SEDANG
29	117	RENDAH	77	130	SEDANG
30	143	TINGGI	78	149	TINGGI
31	111	RENDAH	79	137	SEDANG
32	120	SEDANG	80	132	SEDANG
33	145	TINGGI	81	135	SEDANG
34	126	SEDANG	82	120	SEDANG
35	128	SEDANG	83	145	TINGGI
36	143	TINGGI	84	146	TINGGI

37	119	RENDAH	85	151	TINGGI
38	146	TINGGI	86	112	RENDAH
39	136	SEDANG	87	126	SEDANG
40	128	SEDANG	88	141	TINGGI
41	124	SEDANG	89	121	SEDANG
42	114	RENDAH	90	135	SEDANG
43	135	SEDANG	91	134	SEDANG
44	127	SEDANG	92	124	SEDANG
45	154	TINGGI	93	126	SEDANG
46	142	TINGGI	94	120	SEDANG
47	120	SEDANG	95	127	SEDANG
48	113	RENDAH	96	128	SEDANG

Kategorisasi Skor *Self-disclosure*

NO	SKOR	KATEGORI	NO	SKOR	KATEGORI
1	142	SEDANG	49	135	SEDANG
2	142	SEDANG	50	140	SEDANG
3	133	SEDANG	51	127	SEDANG
4	148	TINGGI	52	138	SEDANG
5	138	SEDANG	53	152	TINGGI
6	140	SEDANG	54	113	RENDAH
7	101	RENDAH	55	122	SEDANG
8	145	SEDANG	56	131	SEDANG
9	143	SEDANG	57	130	SEDANG
10	115	RENDAH	58	136	SEDANG
11	139	SEDANG	59	111	RENDAH
12	120	SEDANG	60	148	TINGGI
13	143	SEDANG	61	122	SEDANG
14	149	SEDANG	62	124	SEDANG
15	130	SEDANG	63	118	RENDAH
16	119	SEDANG	64	158	TINGGI
17	155	TINGGI	65	132	SEDANG
18	131	SEDANG	66	153	TINGGI
19	112	RENDAH	67	117	RENDAH
20	129	SEDANG	68	136	SEDANG
21	174	TINGGI	69	133	SEDANG
22	136	SEDANG	70	110	RENDAH
23	124	SEDANG	71	119	SEDANG
24	136	SEDANG	72	155	TINGGI
25	125	SEDANG	73	127	SEDANG
26	127	SEDANG	74	114	RENDAH
27	133	SEDANG	75	111	RENDAH
28	109	RENDAH	76	138	SEDANG
29	112	RENDAH	77	123	SEDANG
30	142	SEDANG	78	152	TINGGI
31	154	TINGGI	79	159	TINGGI
32	137	SEDANG	80	120	SEDANG
33	138	SEDANG	81	132	SEDANG
34	118	SEDANG	82	109	RENDAH
35	145	SEDANG	83	128	SEDANG
36	123	SEDANG	84	130	SEDANG
37	126	SEDANG	85	131	SEDANG
38	126	SEDANG	86	117	RENDAH

39	170	TINGGI	87	128	SEDANG
40	127	SEDANG	88	155	TINGGI
41	121	SEDANG	89	142	SEDANG
42	139	SEDANG	90	136	SEDANG
43	141	SEDANG	91	100	RENDAH
44	140	SEDANG	92	120	SEDANG
45	115	RENDAH	93	154	TINGGI
46	148	TINGGI	94	130	SEDANG
47	157	TINGGI	95	130	SEDANG
48	131	SEDANG	96	126	SEDANG

## LAMPIRAN 4

## Uji Validitas

<sup>\*\*</sup> Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* Correlation is significant at the 0.05 level of failure.

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Deshintia Ajeng Rahmadani, akrab di panggil dengan nama Shinta ini lahir di Kediri pada tanggal 31 Desember 1997. Anak ketiga dari empat bersaudara, yang merupakan putri dari Bapak Eddy Wahyudi dan Ibu Lilik Mariyati yang bertempat tinggal di Jl. Rajawali no. 14 Ds. Tawang Kec. Wates Kab. Kediri. Penididikan awal penulis diawali di TK Dharmawanita Tawang, kemudian lanjut sekolah dasar di SD Negeri Tawang 1, dan menempuh pendidikan SMP di SMP Negeri 1 Wates. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan SMA di SMA Negeri 1 Wates. Hingga saat ini penulis dapat menyelesaikan pendidikan Strata 1 Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan dakwah di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.