

LAMPIRAN

Lampiran 1

Profil dan Biodata Maudy Ayunda



Sumber : Google Foto (2026)

Nama Asli	: Ayunda Faza Maudya
Nama Panggung	: Maudy Ayunda
Tempat, Tanggal Lahir	: Jakarta, 19 Desember 1994
Orang Tua	: Didit Jasmedi R. Irawan (Ayah), Muren Murdjoko (Ibu)
Agama	: Islam
Pendidikan	: Universitas Oxford
Profesi	: Aktris, YouTuber
Akun Intagram	: @maudyayunda
Akun YouTube	: Maudy Ayunda

Maudy Ayunda atau nama aslinya Ayunda Fasa Maudy adalah salah satu tokoh panutan dan menjadi artis kebanggaan bagi banyak orang di Indonesia. Ia dikenal sebagai artis Indonesia yang memiliki banyak prestasi dan sosok multitalenta yang telah berkarya di dunia akting, musik, hingga kepenulisan. Ia merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Ia memiliki adik yang bernama Amanda Khairunnisa yang usianya lebih muda tiga tahun dari dirinya.

Sejak kecil, Maudy dikenal sebagai anak yang sangat cerdas meskipun pendiam. Hal itu juga dibuktikan saat Maudy berusia tiga tahun, tidak heran apabila ia masuk sekolah lebih cepat dibandingkan anak lain saat seusia dirinya. Maudy bisa seperti itu tentunya berkat orang tuanya yang selalu mengajarkan bagaimana cara untuk berpikir kritis mengenai berbagai hal, serta mengajarkan bagaimana cara untuk berpikir kritis mengenai berbagai hal, serta mengajarkan bagaimana cara untuk berpikir kritis mengenai berbagai hal, serta mengajarkan Maudy untuk mampu bersosialisasi dan ikut serta dalam lingkungannya.

Maudy menempuh pendidikan di SD Al-Azhar tetapi tidak sampai selesai, karena setelah kelas 2 ia pindah ke SD Menteri International School Jakarta. Selain bersekolah, Maudy juga sudah menjadi artis cilik sejak kecil. Ia mengawali karir pertamanya di dunia hiburan dengan berperan sebagai Rena dalam film yang berjudul <Untuk Rena=. Di film yang rilis tahun 2005 tersebut ia beradu akting dengan Surya Surya Saputra dan menerima penghargaan 8 Aktris Utama Terpilih⁹ di Festival Film Jakarta 2006 lewat akting apiknya dalam film <Untuk Rena=. Setelah debut dengan film tersebut Maudy semakin banyak membintangi film-film lain, seperti Rumah Tanpa Jendela, Sang Pemimpi, Malaikat Tanpa Sayap.

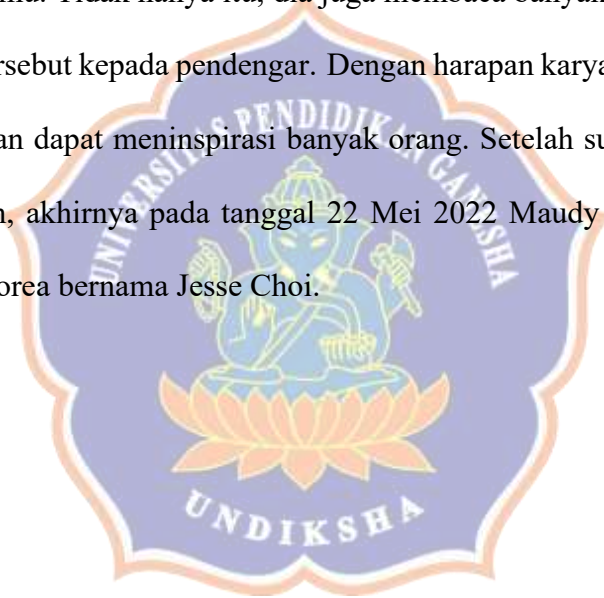
Maudy kemudian melanjutkan sekolahnya di SMP Mentari International School Jakarta dan berhasil lulus dengan nilai Matematika sempurna. Ketika SMA Maudy bersekolah di British International School (BIS) dan berhasil mencatat banyak prestasi seperti menjadi ketua OSIS, juara lomba Matematika, juara Inter School English Speech Contest, dan lain sebagainya. Tak hanya berakting, Maudy juga menunjukkan bakatnya di dunia musik dengan merilis album pertama yang bertajuk <Panggil Aku...= pada tahun 2011. Album perdana Sumber: <https://bit.ly/3YXIY7h> Maudy tersebut berisi 10 buah lagu dengan single utama bertajuk <Tiba-Tiba Cinta Datang=. Album-album lain yang Maudy pernah rilis lainnya.

Meski sibuk berkarya di dunia hiburan, Maudy tetap mengutamakan pendidikannya. Di usia 17 tahun, Maudy diterima di dua universitas bergengsi dunia sekaligus, yakni Oxford University di Inggris dan Columbia University di Amerika Serikat. Setelah dilema harus memilih di antara dua kampus ternama, akhirnya ia memilih Oxford University jurusan Interdisipliner Philosophy, Politics, and Economic (PPE). Dalam waktu tiga tahun, Maudy berhasil menyelesaikan studi dan lulus dengan predikat cumlaude dari Oxford University. Pasca lulus S1, Maudy kembali mengembangkan karirnya di dunia hiburan Indonesia. Sepulang dari Inggris, Maudy tidak percaya kala dirinya mendapat tawaran dari Walt Disney Studios untuk menggarap soundtrack film <Moana= dalam bahasa Indonesia. Lagu asli yang berjudul <How Far I'll Go= itu diterjemahkan menjadi <Seberapa Jauh Ku Melangkah=.

Pada tahun 2019, Maudy diterima di Harvard University dan Stanford University untuk program S2. Pada akhirnya, Maudy memantapkan diri untuk mengambil S2 di Stanford University hingga lulus di tahun 2021. Ia menyelesaikan pendidikan magister di dua jurusan, yakni Administrasi Bisnis dan Bidang Pendidikan, sehingga langsung menyandang dua gelar sekaligus. Selain itu, pada tahun yang sama Maudy mendirikan

sebuah yayasan atas nama dirinya yaitu <Maudy Ayunda Foundation= yang memiliki program untuk memberikan beasiswa kepada anak muda yang kurang mampu dan program mentorship yang bertujuan untuk membuat anak muda Indonesia mampu berpikir lebih kritis.

Maudy merasa sangat bersyukur bisa mempunyai kesempatan merasakan sistem belajar di luar negeri. Dengan begitu, Maudy menjadi ingin membagikan ilmunya dengan para pelajar Indonesia, menyuarakan pentingnya belajar dengan mandiri. Dari hal itu, Maudy akhirnya memutuskan untuk membuat kanal *Youtube* untuk membagikan ilmu. Tidak hanya itu, dia juga membaca banyak buku dan membagikan isi dari buku tersebut kepada pendengar. Dengan harapan karya-karya dan pengalaman yang dia berikan dapat meninspirasi banyak orang. Setelah sukses di bidang hiburan dan pendidikan, akhirnya pada tanggal 22 Mei 2022 Maudy resmi menikah dengan seorang pria Korea bernama Jesse Choi.



Lampiran 2

Dokumentasi penelitian



Gambar 1.1 From overwhelmed



Gambar 1.2 Filosofi Teras



Gambar 1.3 The Learning Game

Lampiran 3. Kartu Data Alih Kode dalam Video *Youtube Maudy Ayunda*

No	Kode Data	Data Alih Kode	Alih kode	Bentuk Alih Kode	Terjemahan
1.	0358A	Kita diajak untuk memahami pola kebiasaan kita masing-masing dulu melalui empat kerangka kecendrungan. <u>This framework helps us understand why we act the way we do.</u>	This framework helps us understand why we act the way we do.	Ekstern (Outer Code Switching)	Kerangka ini membantu kita memahami mengapa kita bertindak seperti yang kita lakukan.
2.	0456A	<u>And by accomplishing both, we get the satisfaction of multitasking and ticking off our to-do list.</u> Hal ini sering kali mendorong kita untuk	And by accomplishing both, we get the satisfaction of multitasking and ticking off our to-do list.	Ekstern (Outer Code Switching)	Dan dengan menyelesaikan keduanya, kita jadi dapat kepuasan dalam multitasking dan mencentang daftar tugas kita

		terus melakukan banyak hal sekaligus dalam satu waktu..			
3.	0532A	Kita jadi tau nih cara untuk membangun sistem insentif atau motivasi di balik suatu kebiasaan. <u>When we try from a new habit, we set an expectation for ourselves, therefore, it's crucial to understand how we respond to expectations.</u>	When we try from a new habit, we set an expectation for ourselves, therefore, it's crucial to understand how we respond to expectations.	Ekstern (Outer Code Switching)	Saat kita mencoba untuk membentuk kebiasaan baru, makanya, bagaimana kita merespon terhadap ekspektasi itu jadi sangat penting.
4.	0450A	Padahal menurut penulisnya, untuk membangun kebiasaan itu kuncinya ada di konsistensi. <u>So start small but make sure to do it continuously, so that we're</u>	So start small but make sure to do it continuously, so that we're adopting and cultivating these habits forever.	Ekstern (Outer Code Switching)	Tapi pastikan itu bisa dilakukan secara terus-menerus jadi kita bisa mengambil dan menumpuk kebiasaan ini selamanya.

		<u>adopting and cultivating these habits forever.</u>			
5.	0411A	Mengubah kebiasaan itu cukup simpel sebenarnya, tapi ya emang ngga mudah, karena membutuhkan kerja keras, <u>self-control, consistency and that's why we need something to keep us accountable.</u>	self-control, consistency and that's why we need something to keep us accountable.	Ekstern (Outer Code Switching)	pengendalian diri, konsistensi dan itulah mengapa kita perlu sesuatu untuk membuat kita bertanggung jawab.
6.	0522A	Karena kita ngerasa kita nggak bisa membuat keputusan dan ngga bisa melakukan atau membangun sebuah kebiasaan. <u>So anxiety plays a big role in developing habits.</u>	So anxiety plays a big role in developing habits.	Ekstern (Outer Code Switching)	Jadi, kekhawatiran sebenarnya memegang peranan penting dalam membangkitkan kebiasaan.

7.	0116B	Padahal seharusnya murid-murid itu didorong untuk eksplor ide baru, tanpa harus takut mendapatkan nilai jelek atau dimarahi guru. <u>So we should encourage children to explore their curiosities, ask Questions, and most importantly, let them find the joy in learning.</u>	So we should encourage children to explore their curiosities, ask Questions, and most importantly, let them find the joy in learning.	Ekstern (Outer Code Switching)	Jadi kita seharusnya mendorong anak-anak untuk mengembangkan rasa penasaran mereka, bertanya, dan yang paling penting, buat mereka untuk menyukai belajar itu sendiri.
8.	0214B	Seolah-olah nilai adalah sebuah status yang harus diraih dan mengkategorikan juga murid antara yang pintar dan yang bodoh. <u>While in reality, every child has different</u>	While in reality, every child has different talents, thought processes and ways of learning.	Ekstern (Outer Code Switching)	Padahal kan setiap anak memiliki talenta, proses berpikir dan cara belajar yang berbeda-beda.

		<u>talents, thought processes and ways of learning.</u>			
9.	0314B	Kegagalan adalah sebuah proses yang memang harus kita lalui untuk bisa belajar. <u>So, failure especially at an early age, is not something that should be punished.</u>	So, failure especially at an early age, is not something that should be punished.	Ekstern (Outer Code Switching)	Jadi, kegagalan apalagi di usia dini bukan lah sesuatu yang harus dihukum.
10.	0416B	<u>Allowing kids to fail and quit in the proper context fosters experimentation and expirgrstion,</u> sehingga pada akhirnya, mereka bisa tumbuh menjadi individu yang dewasa, yang percaya diri, mengenali diri sendiri, dan menghargai proses.	Allowing kids to fail and quit in the proper context fosters experimentation and expirgrstion,	Ekstern (Outer Code Switching)	Membiarkan anak gagal dan berhenti dalam konteks yang tepat membuat anak jadi lebih berani untuk bereksperimen dan bereksplorasi,

11.	0243C	<u>A method that helps us find balance between positive and negative thinking</u> dan dengan metode ini kita dianjurkan untuk mencapai hasil yang diharapkan.	A method that helps us find balance between positive and negative thinking	Ekstern (Outer Code Switching)	Metode yang membantu kita menemukan keseimbangan antara pola pikir positif dan negatif,
12.	0731C	Setelah kita menilai situasinya dengan kepala dingin, barulah kita menentukan respon apa yang ingin kita berikan. <u>Hopefully because this has gone though a more mature and rational thought process.</u>	Hopefully because this has gone though a more mature and rational thought process.	Ekstern (Outer Code Switching)	Harapannya, karena ini sudah melewati proses pemikiran yang lebih matang dan rasional.
13.	0814C	<u>The author says that every second we want be to be somewhere else in a different situation and various other wishful thinking others,</u> maka	The author says that every second we want be to be somewhere else in a different situation and	Ekstern (Outer Code Switching)	Penulisnya mengatakan bahwa setiap detik kita menginginkan berada di tempat lain, dalam

		kita telah dirampok dari kesempatan untuk menikmati dan mensyukuri masa kini, detik ini.	various other wishful thinking others,		situasi berbeda, dan berbagai bentuk angan-angan lainnya,
--	--	--	--	--	---



Lampiran 4. Kartu Data Campur Kode dalam Video Youtube Maudy Ayunda

No	Kode Data	Data Campur Kode	Campur Kode	Bentuk Campur Kode	Terjemahan
14.	0542A	Nah, jadi <u>tricky</u> nih, karena ketika target ini menjadi sebuah penyelesaian , jadi lebih mudah juga untuk kita mengabaikan <u>habits</u> yang udah kita lakukan ini.	Tricky Habits	Kata	Sulit Kebiasaan
15.	0206C	Bayangin aja betapa menderitanya kalau kita punya <u>mindset</u> seperti itu <u>without</u> berpikir sama sekali.	Mindset Without	Kata	Pola Pikir Tanpa
16.	0549A	Karena dengan begitu kita jadi <u>have time</u> dan <u>mind space</u> yang memang	have time mind space	Frasa	Punya Waktu Ruang di otak

		sudah dialokasikan untuk merasakan dan mengambil keputusan.			
17.	0602A	Menurut aku buku ini menarik banget karena <u>memberikan a fairly fresh perspective on habits</u> dan juga <u>didukung oleh practical methods</u> yang menurut aku bisa banget kita terapin.	-a fairly fresh perspective on habits -practical methods	Frasa	-perspektif yang cukup segar tentang kebiasaan -metode-metode praktis
18.	0640C	Kita tuh harus bisa mengontrol interpretasi yang muncul di dalam pikiran kita. Disini kita dikenalkan dengan teknik <u>stop, think, assess, and respond</u> . Dimana saat kita mendeteksi emosi negatif, kita harus berhenti sejenak.	stop, think, assess, and respond.	Frasa	berhenti sejenak, berpikir, menilai, dan merespon.

		untuk bisa mandiri dan mengembangkan diri secara maksimal, <u>but we also don't want our kids to suffer too much.</u> Jadi, kita perlu memotivasi anak untuk terlibat dan memimpin sebuah permasalahan.			
22.		Tunjukkan apresiasi dengan menanyakan usaha atau proses mereka seperti, <u>"that's so cool. How did you think to make that?"</u> atau <u>"your performance was so wonderful!, you really practice hard for it!=",</u> Dengan begitu anak jadi terdorong untuk mementingkan rasa ingin tau, etos	"that's so cool. How did you think to make that?" atau "your performance was so wonderful!, you really practice hard for it!=",	Klausa	<itu keren banget!. Gimana kamu berpikir untuk membuatnya?" atau <Pertunjukan kamu bagus banget!, kamu pasti sudah bekerja keras dan berlatih dengan baik hari ini".

		kerja, dan kegigihan dibandingkan dengan hasil akhirnya saja.			
23.	0134C	Menurut artikel tersebut, <u>positive thinking can trick our minds into thinking that we have already achieved our goals</u> , sehingga melemahkan usaha kita untuk mencapainya.	positive thinking can trick our minds into thinking that we have already achieved our goals,	Klausua	berpikir positif itu bisa menipu pikiran kita seolah kita sudah mencapai tujuan,
24.	0340C	Kalau kita musingin hal-hal yang sebenarnya tuh berada di luar kendalu kita, <u>it means that we are wasting time and energy on useless things</u> dan harus bersiap untuk menghadapi kekecewaan malah.	it means that we are wasting time and energy on useless things	Klausua	a, itu artinya kita lagi membangun waktu dan tenaga juga untuk hal yang sia-sia.

25.	0537C	Jika kita telah mengarahkan upaya yang sebaik-baiknya di dalam hal-hal yang bisa kita kendalikan, itu sudah cukup banget <u>cause the greater our efforts, the greater the change of getting the results we want.</u> Dari prinsip ini kita tuh diajarin bahwa wah, kita emang enggak bisa selalu milih setiap situasi yang hadir di hidup kita	cause the greater our efforts, the greater the change of getting the results we want.	Klausa	karena semakin besar upaya kita, seharusnya semakin besar juga peluang untuk mendapatkan hasil yang kita mau.
26.	0608C	Mustahil rasanya kalau kita tuh hidup tanpa adanya masalah sama sekali, emosi negatif akibat suatu masalah itu pasti muncul sih <u>every now and then, and in the end we just have to learn to</u>	every now and then, and in the end we just have to learn to live with it.	Klausa	sesekali, dan pada akhirnya kita hanya perlu belajar untuk hidup berdampingan dengannya..

		<u>live with it</u> . Emosi negatif itu bukan menjadi hal yang harus kita perangin, tapi kita kendalikan.			
27.	0855C	Buku ini cocok banget sih buat yang baru mau mulai belajar tentang stoicism, <u>and as i go deeper into the book, it also makes me wonder</u> kayaknya sebenarnya kekhawatiran manusia dari zaman dulu sampai sekarang tuh gitu-gitu aja sih.	and as i go deeper into the book, it also makes me wonder	Klausa	dan seiring aku semakin mendalami buku tersebut, hal itu juga membuatku bertanya-tanya,

RIWAYAT HIDUP



Tamara Br Ginting lahir pada tanggal 27-04-2003 di Berastagi. Penulis sebagai anak kedua dari pasangan Tertib Ginting dan Elviana Br Sinulingga. Penulis berkewarganegaraan Indonesia, beragama Kristen Protestan dan berdomisili di Cinta Rakyat, Kabupaten Karo, Povinsi Sumatera Utara. Perjalanan pendidikan penulis diawali di TK Gloria II Cinta Rakyat pada tahun 2009-1010. Selanjutnya penulis menepuh pendidikan dasar di SD Negeri 040481 Cinta Rakyat pada tahun 2010-2016. Setelah menyelesaikan pendidikan dasar, penulis melanjutkan pendidikan di SMP Swasta Masehi Berastagi pada tahun 2016-2019. Kemudian, penulis melanjutkan pendidikan di SMA Swasta Masehi Berastagi pada tahun 2019-2022. Pada tahun 2022, penulis diterima sebaga mahasiswa Program Sudi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesa, Jurusan Bahasa dan Sastra dan Daerah, Fakultas Bahasa dan Seni, Unversitas Pendidikan Ganesha (Undiksha), Singaraja, Bali. Selama menepuh penddikan di perguruan tinggi pada periode 2022-2026, penulis menjalani setiap proses perkuliahan dengan penuh tanggung jawab, sidiplin, dan semangat untuk terus berkembang dan belajar hal baru. Berbagai pengalaman akademik maupun nonakademik yang saya peroleh menjadi bekal berharga dalam membentuk pola pikir yang lebih kritis, kemampuan bekerja sama, serta sikap profesional. Perjalanan perkuliahan tidak selalu berjahn mudah, tetapi setiap tantangan yang dihadapi menjadi pelajaran yang memperkuat ketekunan, kemandirian, dan komitmen saya.