SKALA PENELITIAN

A. Identitas

Nama Lengkap : …… (P/L)

No. Absen : …….

Kelas : …….

Tanggal Lahir : ……..……..

B. Petunjuk Pengisian

Sebelum mengisi pernyataan-pernyataan dibawah ini. Isilah terlebih dahulu identitas di atas. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti, kemudian isilah kolom di sebelah kanan dengan tanda checklist (V) pada jawaban yang sesui dengan kondisi yang dialami atau yang sebenarnya. **Jawaban tidak akan mempengaruhi nilai apapun.** Dan hasil dari pengisian sekala penelitian ini bersifat **rahasia**. Terdapat 5 (lima) pilihan jawaban dalam pernyataan yang diajukan, yaitu:

SS	:	Sangat Sesuai
S	:	Sesuai
KS	:	Kurang Sesuai
TS	:	Tidak Sesuai
STS	:	Sangat Tidak Sesuai

Terima Kasih ☺

SKALA 1

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Realistis menjadi prinsip saya					
2.	saya sulit memahami apa yang sebenarnya saya rasakan					
3.	Saya akan memperlakukan teman saya sesuai dengan teman saya memperlakukan saya					
4.	Ketika berbeda pendapat dengan teman, saya memaksa teman saya memahami pendapat saya					
5.	saya kesulitan menangani perasaan marah saat saya bertemu dengan orang yang saya benci					
6.	Berusaha untuk selalu mengintrospeksi diri					
7.	Menyibukkan diri adalah salah satu cara saya melupakan sejenak masalah yang ada					
8.	Ketika ada ulangan, dan saya belajar asal-asalan. Saya tetap berharap dapat nilai bagus					
9.	Saya berusaha menyederhanakan masalah yang muncul					
10.	Saya tidak percaya dengan istilah usaha tidak akan mengkhianati hasil					
11.	Saya senang jika ada teman saya yang mau berbagi cerita dengan saya					
12.	saya pribadi yang pantang menyerah untuk mencapai tujuan dalam hidup saya					
13.	Geng adalah hal umum di lingkungan pertemanan saya					
14.	Percaya dengan usaha dan kerja keras yang tulus akan mendapatkan hasil yang memuaskan					

Terima Kasih ☺

15.	Ketika teman-teman saya membicarakan seseorang, saya ikut serta membicarakan apa yang dibicarakan					
16.	saya bisa mengatasi tekanan yang saya alami saat mengerjakan banyak tugas dan deadline bersamaan					
17.	ketika saya sedang memiliki masalah, saya menjadi *overthinking* (pikiran berlebihan) dan hasil tugas/pekerjaan saya menjadi kurang maksimal					
18.	Ketika ada masalah dengan teman, saya langsung membicarakannya bersama					
19.	Saya berusaha mencari solusi untuk mengurangi rasa marah yang saya rasakan					
20.	Saya selalu membagikan apa yang sedang saya lakukan dan saya rasakan di media sosial					
21.	saya berusaha agar emosi marah saya tidak merugikan orang lain					
22.	Ketika saya merasa ingin marah, saya menunjukkannya					
23.	Ketika A yang sedang marah dengan B, lalu meminta teman-teman yang lain untuk ikut memusuhi B, saya berusaha untuk tidak ikut campur					
24.	Ketika saya sedang murung, saya bisa masa bodo dengan lingkungan saya					
25.	Mengaku salah ketika saya memang salah					
26.	Saat saya tersinggung dengan teman, saya mendiamkan dia					
27.	Ketika ada teman yang mengejek saya, saya akan balik mengejek					
28.	Langsung meminta maaf ketika saya melakukan kesalahan					

Terima Kasih ☺

29.	Ketika saya mendapatkan masalah saya langsung mengumpat					
30.	Saat memiliki masalah dengan anggota keluarga, saya menjadi mudah tersinggung					

SKALA II

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya menerima apa yang ada pada diri saya					
2.	Saya kurang berolahraga					
3.	Saya menerima bentuk badan saya saat ini					
4.	Saya merasa ragu, jika melakukan sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain					
5.	Saya merasa kondisi fisik saya tidak sebaik orang lain					
6.	Saya merasa Tuhan berlaku adil dalam kehidupan saya					
7.	Kemarahan saya bisa bertahan berhari-hari					
8.	Saya kurang suka mempertontonkan keluhan saya di media sosial					
9.	Saya merasa bahwa saya memiliki beban yang lebih berat daripada orang lain					
10.	Saya suka menambah pengetahuan baru dengan membaca dan berdiskusi dengan orang lain					
11.	Saya ingin disukai guru					
12.	Biasanya saya terlambat jika ada janji					
13.	Saya memiliki kehidupan yang menyenangkan					
14.	Jika ada yang menyepelekan saya, saya ingin membalasnya					

Terima Kasih ☺

15.	Ketika saya salah, yang tidak saya sukai adalah nantinya orang lain akan menganggap saya bodoh					
16.	Saya ingin diterima apa adanya diri saya di lingkungan pertemanan saya					
17.	Omongan saya jarang didengarkan orang lain					
18.	Kadang saya membutuhkan beberapa waktu untuk memahami isi obrolan teman-teman saya					
19.	Saya mudah membuka obrolan dengan orang baru					
20.	Tujuan dan cita-cita dalam hidup saya jelas dan bermakna					
21.	Saya ingin terlahir kembali di keluarga yang berbeda					
22.	Saya berharap memiliki hidup seperti orang lain					
23.	Saya merasa percaya diri untuk membuat hubungan dengan lawan jenis					
24.	Saya nyaman dengan diri saya saat ini					
25.	Saya merasa ada suatu penyesalan di masa lalu, dan saya ingin merubahnya					
26.	Saya berusaha untuk selalu mengatakan maaf, tolong, dan terimakasih					
27.	Ketika saya menghormati orang lain, saya juga ingin dihormati balik					
28.	Ketika ada yang menyepelekan saya, saya menjadikan hal itu sebagai motivasi					
29.	Jika ada adik tingkat memanggil saya dengan nama saja tanpa embel-embel mbak/mas, saya membiarkannya saja					
30.	Secara keseluruhan bisa dikatakan hidup saya kurang cukup					

Terima Kasih ☺

SKALA III

No.	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Ketika berbicara dengan orang lain saya memandang mata lawan bicara saya					
2.	Saya merasa mudah mengekspresikan perasaan pada orang lain					
3.	Saya minder mengemukakan pendapat di depan banyak orang					
4.	Saya orang yang kompeten					
5.	Ketika saya bertemu teman di jalan, saya akan pura-pura tidak melihat					
6.	Ketika ingin menyapa, saya menunggu orang lain menyadari kehadiran saya terlebih dahulu					
7.	Saat saya bercerita, banyak orang yang antusias mendengarkan cerita saya					
8.	Saya lebih leluasa berbicara dan berdebat dengan teman dekat					
9.	Saya meminta maaf secara langsung ketika saya salah					
10.	Saya berusaha memprioritaskan diri saya dulu					
11.	Saya berani mengemukakan pendapat saya					
12.	Saya merasa cemas mengungkapkan perasaan kurang nyaman terhadap orang lain					
13.	Saya menahan pendapat saya yang berbeda, agar saya tetap disukai oleh orang lain					
14.	Ketika ada yang salah pada perilaku atau omongan orang lain, saya berani untuk membenarkan dan mengatakan bahwa ada yang salah					

Terima Kasih ☺

15.	Saya enggan menyampaikan pendapat terutama jika ada orang lain yang lebih pintar					
16.	Jika saya melihat guru melakukan kesalahan, saya berani mengatakannya					
17.	Saya takut menyinggung orang lain					
18.	Saya membiarkan saja ketika teman-teman tidak menyukai saya karena saya berbeda pendapat dengan mereka					
19.	Saya setuju bahwa setiap orang berhak untuk mendapatkan kesetaraan perlakuan di lingkungan sosial					
20.	Saya kurang nyaman untuk mencampuri urusan orang lain					
21.	Saat ada masalah dengan orang lain, saya jarang memikirkan perasaannya					
22.	Saya kurang nyaman satu kelompok dengan orang yang mementingkan dirinya sendiri, dan mengabaikan tugas bersama					
23.	Saya cuek ketika ada yang berbeda pendapat dengan pendapat saya					
24.	Saya gengsi untuk meminta maaf terlebih dulu					
25.	Saya berusaha untuk selalu mempertimbangkan keputusan saya					
26.	Ketika memutuskan sesuatu saya mempertimbangkan apakah keputusan saya cukup adil bagi saya dan lawan saya					
27.	Saya mengikuti orang lain dalam mengambil keputusan					
28.	Saya pikir masalah akan tuntas ketika dibiarkan saja					
29.	Saya akan segera mengakhiri hal yang menyia-nyiakan waktu saya					

Terima Kasih ☺

30.	Saya biasa memendam amarah dan ketidak setujuan agar di terima dan disukai orang lain					

Terima Kasih Atas Bantuan Kalian ♥♥♥

Terima Kasih ☺