**SKALA PENELITIAN**

**HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP KECEMASAN SOSIAL PADA PENYINTAS STUTTER DI INDONESIA**

**IDENTITAS DIRI**

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Status :

Pendidikan Terakhir ( SMA,D3, S1, S2) :

Asal Daerah :

Instansi :

Penyintas Stutter : Ya / Tidak

Mengikuti sesi terapi wicara : Ya/Tidak

**PETUNJUK PENGISIAN**

Saudara diharapkan menjawab setiap pernyataan dalam kuesioner ini dengan keadaan, pikiran dan perasaan saudara yang sebenarnya dengan memilih :

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

~Selamat Mengerjakan~

**Skala Konsep Diri**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
| 1. | Saya memiliki pola pikir yang positif |  |  |  |  |
| 2. | Saya selalu bersemangat dalam menjalani kegiatan sehari-hari |  |  |  |  |
| 3. | Saya adalah orang yang mandiri |  |  |  |  |
| 4. | Saya sering berfikiran negative terhadap diri saya |  |  |  |  |
| 5. | Saya adalah seseorang yang kadang mudah putus asa |  |  |  |  |
| 6. | Saya selalu membandingkan diri saya dengan orang lain |  |  |  |  |
| 7. | Saya senantiasa menerima diri saya meskipun saya berbeda |  |  |  |  |
| 8. | Saya terus berusaha mengembangkan potensi yang saya miliki |  |  |  |  |
| 9. | Saya sering menyadari bahwa dibalik kekurangan, ada kelebihan yang saya miliki |  |  |  |  |
| 10. | Saya mengabaikan orang lain yang tidak menghargai saya |  |  |  |  |
| 11. | Saya jarang meminta bantuan kepada orang lain |  |  |  |  |
| 12. | Saya memilih menghindar ketika tidak dihargai |  |  |  |  |
| 13. | Karena selalu berpikiran positif, saya merasa percaya diri saat berbicara |  |  |  |  |
| 14. | Saya senantiasa merasa bahwa diri saya berharga |  |  |  |  |
| 15. | Saya selalu bertanggung jawab atas apa yang saya pilih |  |  |  |  |
| 16. | Saya mudah putus asa atas kondisi saya |  |  |  |  |
| 17. | Saya merasa pesimis terhadap usaha yang saya lakukan |  |  |  |  |
| 18. | Saya merasa sulit mewujudkan cita-cita saya karena saya gagap |  |  |  |  |
| 19. | Saya selalu merasa bahwa memiliki tubuh yang sehat itu penting |  |  |  |  |
| 20. | Saya senantiasa tampil rapi dan menarik |  |  |  |  |
| 21. | Saya sering merasa bahwa saya adalah orang yang menarik |  |  |  |  |
| 22. | Saya merasa, bahwa gagap membuat hidup saya penuh dengan penderitaan |  |  |  |  |
| 23. | Saya sulit tampil rapi dan menarik |  |  |  |  |
| 24. | Saya sulit merasa bahwa saya sehat |  |  |  |  |
| 25. | Saya adalah orang yang sopan dan santun |  |  |  |  |
| 26. | Saya sering beribadah |  |  |  |  |
| 27. | Saya selalu berkata jujur |  |  |  |  |
| 28. | Saya merasa bahwa orang lain tidak menghargai saya ketika saya berbicara |  |  |  |  |
| 29. | Saya menganggap bahwa gagap adalah kekurangan saya |  |  |  |  |
| 30. | Saya memiliki daya juang yang lemah |  |  |  |  |
| 31. | Saya selalu merasa ceria dan bersemangat |  |  |  |  |
| 32. | Saya senantiasa memiliki control diri yang tinggi |  |  |  |  |
| 33. | Saya adalah seseorang yang tenang dan mudah untuk beradaptasi |  |  |  |  |
| 34. | Saya susah menerima dan mencintai diri saya |  |  |  |  |
| 35. | Saya sulit disukai oleh teman saya, karena saya gagap |  |  |  |  |
| 36. | Saya tidak dapat berpikir jernih atas kondisi saya |  |  |  |  |
| 37. | Saya senantiasaa memiliki keluarga yang selalu ada untuk saya |  |  |  |  |
| 38. | Saya selalu merasa penting bagi keluarga dan teman-teman saya |  |  |  |  |
| 39. | Saya berasal dari keluarga yang selalu mendukung saya |  |  |  |  |
| 40. | Saya sulit berinteraksi dengan keluarga saya |  |  |  |  |
| 41. | Saya merasa bahwa keluarga saya tidak dapat menerima kekurangan saya |  |  |  |  |
| 42. | Saya tidak dilibatkan dalam diskusi keluarga karena saya gagap |  |  |  |  |
| 43 | Saya selalu bersikap ramah kepada sekeliling saya |  |  |  |  |
| 44. | Saya sering mengikuti acara sosial di lingkungan rumah saya |  |  |  |  |
| 45. | Saya senantiasa bergabung dalam komunitas penyintas stutter |  |  |  |  |
| 46. | Saya merasa marah terhadap semua orang |  |  |  |  |
| 47. | Saya sulit melibatkan diri dengan orang yang tidak saya kenal |  |  |  |  |
| 48. | Saya merasa sulit untuk mengembangkan kelekatan dengan orang lain |  |  |  |  |

**Sumber (Hidayah,2017)**

**Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
| 1. | Teman saya selalu menghargai saya ketika saya sedang berbicara |  |  |  |  |
| 2. | Teman saya memberikan informasi (seperti pelatihan atau terapi) untuk mengurangi tingkat kegagapan |  |  |  |  |
| 3. | Teman saya bersedia meminjamkan uang ketika saya sedang membutuhkan uang untuk mengikuti terapi wicara |  |  |  |  |
| 4. | Teman saya sulit menghargai saya ketika saya berbicara |  |  |  |  |
| 5. | Teman saya selalu percaya jika saya bisa mengurangi tingkat kegagapan ketika berbicara dengan orang lain |  |  |  |  |
| 6. | Teman saya selalu sabar dan bersedia menunggu ketika saya berbicara |  |  |  |  |
| 7. | Teman saya mengungkapkan kegelisahannya, saat saya sedang berbicara |  |  |  |  |
| 8. | Teman saya kurang peduli kepada saya saat saya sedang berbicara di depan umum |  |  |  |  |
| 9. | Teman saya menyemangati saya untuk rajin berlatih agar tingkat kegagapan saya berkurang |  |  |  |  |
| 10. | Teman saya jarang mendengarkan apa yang saya bicarakan |  |  |  |  |
| 11. | Saya senang ketika teman saya memahami kondisi saya ketika sedang kesulitan berbicara |  |  |  |  |
| 12. | Teman saya jarang memberikan motivasi ketika saya merasa putus asa |  |  |  |  |
| 13. | Teman- teman memberikan perhatian berupa motivasi agar saya tidak putus asa |  |  |  |  |
| 14. | Ketika saya berhasil berbicara di depan umum teman saya memberikan pujian |  |  |  |  |
| 15. | Teman saya sulit memberikan saya pujian ketika saya berbicara dengan orang baru |  |  |  |  |
| 16. | Teman saya turut senang ketika saya dapat mengelola emosi ketika berbicara |  |  |  |  |
| 17. | Ketika saya mengalami kesulitan berbicara, teman saya ikut menertawakan saya |  |  |  |  |
| 18. | Tidak ada satupun teman saya yang mengerti kondisi saya |  |  |  |  |
| 19. | Teman saya sangat acuh ketika saya memulai percakapan |  |  |  |  |
| 20. | Teman saya jarang membantu saya mencari tempat terapi wicara |  |  |  |  |
| 21. | Ketika saya memerlukan bantuan psikologis, teman saya jarang memberikan motivasi |  |  |  |  |
| 22. | Teman saya sering mengajak saya untuk mencari tempat terapi wicara |  |  |  |  |
| 23. | Teman saya jarang memberi saran ketika saya merasa kehilangan harapan |  |  |  |  |
| 24. | Teman saya sulit menemani saya mencari informasi tentang terapi wicara |  |  |  |  |
| 25. | Ketika saya berbicara di depan umum, teman saya tidak bersedia untuk membantu saya |  |  |  |  |
| 26. | Teman saya dengan senang hati menemani saya ketika saya pergi ke terapi wicara |  |  |  |  |
| 27. | Teman saya sulit memberikan nasehat ketika saya sedang membutuhkan |  |  |  |  |
| 28. | Saya bersama teman-teman kelompok mengikuti kegiatan yang berkaitan dengan pelatihan cara berkomunikasi dengan baik |  |  |  |  |
| 29. | Teman saya memberikan saran terkait teknik yang dapat saya gunakan untuk meminalisir tingkat kegagapan |  |  |  |  |
| 30. | Teman saya bersedia untuk sharing ilmu dalam mengatasi kesulitan berbicara di depan umum |  |  |  |  |
| 31. | Teman-teman jarang mengajak saya untuk berlatih cara komunikasi dengan baik bersama-sama |  |  |  |  |
| 32. | Teman saya jarang memberikan saran ketika saya kesulitan untuk berbicara di depan umum |  |  |  |  |
| 33. | Teman saya memberikan nasehat yang berkaitan dengan cara komunikasi yang baik |  |  |  |  |
| 34. | Teman-teman meyakinkan saya akan kemampuan saya |  |  |  |  |
| 35. | Teman-teman tidak mengikut sertakan saya dalam diskusi untuk membahas tentang cara komunikasi yang baik |  |  |  |  |
| 36. | Saya sering menghabiskan waktu bersama teman-teman di komunitas untuk berbagi cerita dan pengalaman |  |  |  |  |
| 37. | Saya jarang menghabiskan waktu bersama teman-teman untuk saling membantu dalam menangani masalah gagap |  |  |  |  |
| 38. | Nasehat yang diberikan teman-teman sering menyudutkan saya dan membuat saya putus asa |  |  |  |  |
| 39. | Teman saya sering mengajak untuk membahas bersama kesulitan-kesulitan saat berkomunikasi dengan orang lain |  |  |  |  |
| 40. | Saya tidak peduli dengan kelompok diskusi yang membahas tentang cara komunikasi yang baik |  |  |  |  |
| 41. | Teman saya mengingatkan saya untuk tenang saat berbicara |  |  |  |  |
| 42. | Saya merasa sedih ketika teman tidak peduli terhadap kondisi saya |  |  |  |  |
| 43. | Dukungan dari teman membuat saya lebih optimis dan percaya diri |  |  |  |  |
| 44. | Komentar negatif dari teman terkait gaya berbicara saya, membuat saya berkecil hati |  |  |  |  |
| 45. | Teman saya rela mengantarkan saya ke tempat terapi wicara |  |  |  |  |
| 46. | Teman saya jarang membantu saya untuk mencari referensi terkait teknik berkomunikasi |  |  |  |  |
| 47. | Teman saya memberikan sumber referensi yang berkaitan dengan teknik berkomunikasi saat berbicara |  |  |  |  |
| 48. | Teman saya tidak peduli ketika saya merasa sangat kesulitan saat berbicara |  |  |  |  |
| 49. | Saya dan teman-teman meluangkan waktu sekali seminggu untuk diskusi bersama terkait kesulitan dalam komunikasi |  |  |  |  |
| 50. | Saya jarang menghadiri kelompok diskusi yang membahas tentang cara komunikasi yang baik |  |  |  |  |

**Sumber : (Rahmanda, 2020)**

**SKALA KECEMASAN SOSIAL**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
| 1. | Saya selalu takut ketika saya bertemu dengan orang baru |  |  |  |  |
| 2. | Saya sering takut, setiap kali saya berbicara di depan umum |  |  |  |  |
| 3. | Saya selalu takut orang lain menyadari bahwa saya gagap |  |  |  |  |
| 4. | Saya merasa sulit percaya diri meskipun saya gagap |  |  |  |  |
| 5. | Saya merasa takut walaupun orang lain memandang saya sebelah mata |  |  |  |  |
| 6. | Saya selalu memikirkan penilaian orang lain terhadap saya |  |  |  |  |
| 7. | Saya sering cemas ketika orang lain merasa ada yang berbeda saat saya berbicara |  |  |  |  |
| 8. | Saya selalu cemas akan penilaian orang lain terhadap saya |  |  |  |  |
| 9. | Saya sering cemas jika orang lain mengetahui kekurangan saya |  |  |  |  |
| 10. | Saya selalu memikirkan penilaian orang lain |  |  |  |  |
| 11. | Saya memaklumi apabila ada orang lain yang tidak menghargai saya saat saya berbicara |  |  |  |  |
| 12. | Saya sulit berinteraksi dengan orang yang baru saya kenal |  |  |  |  |
| 13. | Saya selalu merasa bahwa teman saya mengejek saya saat berbicara |  |  |  |  |
| 14. | Saya sering merasa teman saya membicarakan kekurangan saya di belakang |  |  |  |  |
| 15. | Saya senantiasa melihat orang lain tidak menyukai saya |  |  |  |  |
| 16. | Saya selalu memperdulikan orang lain |  |  |  |  |
| 17. | Sesekali saya merasa orang lain menyukai saya |  |  |  |  |
| 18. | Sata sering melihat orang lain mengejek saya saat sedang berbicara |  |  |  |  |
| 19. | Saya sering gugup saat bertemu orang baru |  |  |  |  |
| 20. | Saya selalu gugup ketika saya dikelilingi orang baru |  |  |  |  |
| 21. | Saya gugup ketika saya harus berbicara di forum komunitas |  |  |  |  |
| 22. | Sesekali saya merasa gugup saat berbicara dengan orang yang baru saya kenal |  |  |  |  |
| 23. | Saya selalu gugup ketika mengangkat telfon dari orang lain |  |  |  |  |
| 24. | Sesekali saya merasa gugup ketika teman saya meminta saya untuk bercerita |  |  |  |  |
| 25. | Saya selalu malu saat berada di sekitar orang yang saya tidak kenal |  |  |  |  |
| 26. | Sesekali saya merasa bahwa saya mampu berkomunikasi dengan orang yang saya belum kenal |  |  |  |  |
| 27. | Saya selalu menghindar, ketika orang lain menyapa saya |  |  |  |  |
| 28. | Saya sering menghindar ketika orang lain menanyakan kondisi saya |  |  |  |  |
| 29. | Saya sulit berbicara dengan orang yang sudah akrab |  |  |  |  |
| 30. | Sesekali saya menghindar ketika ada pertemuan dengan teman komunitas |  |  |  |  |
| 31. | Saya selalu merasa tidak percaya diri karena saya memiliki kekurangan |  |  |  |  |
| 32. | Saya sering tidak percaya diri saat orang lain mengetahui kondisi saya |  |  |  |  |
| 33. | Saya sulit percaya akan kemampuan diri saya |  |  |  |  |
| 34. | Sesekali saya merasa saya tidak mampu untuk berbicara dengan lancar |  |  |  |  |
| 35. | Saya sering tidak nyaman saat menjadi pusat perhatian |  |  |  |  |
| 36. | Saya selalu tidak nyaman saat berada di dekat orang yang tidak saya kenal |  |  |  |  |
| 37. | Sesekali saya merasa tidak aman saat dikelilingi banyak orang |  |  |  |  |
| 38. | Saya sulit merasa nyaman dengan lingkungan baru |  |  |  |  |

Sumber (Hidayah,2017)