1. **Skala Penelitian *School Adjsutment***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Keterangan** | **Selalu** | **Sering** | **Kadang-Kadang** | **Jarang** | **Tidak Pernah** |
| 1. | Saya mendengarkan kata-kata ustadz /ustadzah dengan cermat. |  |  |  |  |  |
| 2. | Saya selalu memperhatikan ketika di kelas. |  |  |  |  |  |
| 3. | Saya menjalankan peran saya di sekolah maupun pesantren dengan bertanggung jawab. |  |  |  |  |  |
| 4. | Saya berpartisipasi aktif dalam tugas-tugas di kelas. |  |  |  |  |  |
| 5. | Saya memahami pelajaran sekolah dengan baik. |  |  |  |  |  |
| 6. | Saya melakukan yang terbaik ketika belajar sekolah dan ketika mendapat PR. |  |  |  |  |  |
| 7. | Saya mengikuti instruksi dan saran ustadz /ustadzah di sekolah maupun pesantren. |  |  |  |  |  |
| 8. | Saya memiliki sikap positif terhadap pelajaran di sekolah. |  |  |  |  |  |
| 9. | Saya menyelesaikan tugas dan kegiatan saya di kelas secara mandiri. |  |  |  |  |  |
| 10. | Saya sering bergaul dengan teman-teman saya di sekolah dan di asrama. |  |  |  |  |  |
| 11. | Saya sering bergaul dengan teman-teman saya selama waktu istirahat di sekolah dan di asrama. |  |  |  |  |  |
| 12. | Saya menikmati makanan saya dengan sukacita bersama teman-teman saya saat makan siang. |  |  |  |  |  |
| 13. | Saya bergaul dengan baik dengan teman-teman saya selama pendidikan jasmani dan pembelajaran lapangan di sekolah. |  |  |  |  |  |
| 14. | Banyak teman di sekitar saya adalah teman yang lucu dan ramah. |  |  |  |  |  |
| 15. | Saya banyak bergaul dengan teman-teman saya di sekolah dan di asrama. |  |  |  |  |  |
| 16. | Saya mendapatkan teman dengan mudah di sekolah maupun di asrama. |  |  |  |  |  |
| 17. | Saya memiliki hubungan yang baik dengan ustadz /ustadzah kelas atau asrama saya. |  |  |  |  |  |
| 18. | Ustadz /ustadzah kelas saya menyukai saya. |  |  |  |  |  |
| 19. | Saya menyukai ustadz /ustadzah kelas atau asrama saya. |  |  |  |  |  |
| 20. | Saya menghormati ustadz /ustadzah kelas atau asrama saya. |  |  |  |  |  |
| 21. | Ustadz /ustadzah kelas saya berlaku baik kepada saya. |  |  |  |  |  |
| 22. | Ustadz /ustadzah kelas atau asrama saya memahami dan memperhatikan saya. |  |  |  |  |  |
| 23. | Saya selalu senang hati menyapa ustadz /ustadzah saya. |  |  |  |  |  |
| 24. | Saya berterima kasih kepada ustadz /ustadzah saya. |  |  |  |  |  |
| 25. | Saya senang pergi ke sekolah. |  |  |  |  |  |
| 26. | Saya suka sekolah saya. |  |  |  |  |  |
| 27. | Saya menikmati waktu kelas. |  |  |  |  |  |
| 28. | Pesantren adalah tempat yang membuat saya bahagia. |  |  |  |  |  |
| 29. | Saya merasa nyaman ketika saya pergi ke pesantren. |  |  |  |  |  |
| 30. | Saya merasa puas dengan kehidupan pesantren saya. |  |  |  |  |  |

1. **Skala Penelitian *Academic Bouyancy***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **KETERANGAN** | **Sangat Tidak Setuju** | **Tidak Setuju** | **Agak Tidak Setuju** | **Netral** | **Agak Setuju** | **Setuju** | **Sangat Setuju** |
| 1. | Saya bisa menghadapi setiap tantangan dengan baik (seperti: nilai buruk, umpan balik negatif pada hasil kerja saya) |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. | Saya tidak membiarkan stres belajar menguasai saya. |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | Saya berpikir saya dapat mengelola tekanan dalam belajar dengan baik. |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. | Saya tidak terganggu dengan nilai buruk yang saya dapatkan / Saya tidak membiarkan nilai buruk mempengaruhi kepercayaan diri saya. |  |  |  |  |  |  |  |

1. **Skala Penelitian *Self-Regulated Learning***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NO** | **KETERANGAN** | **Sangat Tidak Setuju** | **Tidak Setuju** | **Agak Tidak Setuju** | **Agak Setuju** | **Setuju** | **Sangat Setuju** |
| 1. | Ketika saya mencoba untuk mengubah sesuatu, saya memperhatikan bagaimana saya melakukannya. |  |  |  |  |  |  |
| 2. | Saya menetapkan tujuan untuk diri saya sendiri dan memantau kemajuan saya. |  |  |  |  |  |  |
| 3. | Begitu saya memiliki tujuan, saya biasanya dapat merencanakan bagaimana mencapainya. |  |  |  |  |  |  |
| 4. | Saya mampu mencapai tujuan yang saya tetapkan untuk diri saya sendiri. |  |  |  |  |  |  |
| 5. | Jika saya membuat resolusi untuk mengubah sesuatu, saya memberi banyak perhatian pada apa yang saya lakukan. |  |  |  |  |  |  |
| 6. | Saya biasanya melacak kemajuan saya menuju tujuan saya. |  |  |  |  |  |  |
| 7. | Saya memiliki standar pribadi, dan mencoba untuk menjalaninya |  |  |  |  |  |  |
| 8. | Saya mudah teralihkan dari rencana saya. |  |  |  |  |  |  |
| 9. | Saya mengalami kesulitan untuk menindaklanjuti hal-hal setelah saya memutuskan untuk melakukan sesuatu. |  |  |  |  |  |  |
| 10. | Saya menunda membuat keputusan. |  |  |  |  |  |  |
| 11. | Saya cepat menyerah |  |  |  |  |  |  |
| 12. | Saya tidak memperhatikan efek dari tindakan saya sampai semuanya terlambat. |  |  |  |  |  |  |
| 13. | Seringkali saya tidak memperhatikan apa yang saya lakukan |  |  |  |  |  |  |
| 14. | Saya kesulitan mengambil keputusan tentang berbagai hal. |  |  |  |  |  |  |
| 15. | Saya sepertinya tidak belajar dari kesalahan saya. |  |  |  |  |  |  |
| 16. | Saya belajar dari kesalahan saya. |  |  |  |  |  |  |
| 17. | Begitu saya melihat masalah atau tantangan, saya mulai mencari solusi yang bisa saya lakukan. |  |  |  |  |  |  |
| 18. | Saya bisa berpegang pada rencana yang sudah saya tentukan dan dapat melakukannya dengan dengan baik. |  |  |  |  |  |  |
| 19. | Saya biasanya hanya membuat kesalahan satu kali untuk belajar darinya. |  |  |  |  |  |  |
| 20. | Saya biasanya dapat menemukan beberapa alternative pemecahan masalah ketika saya ingin mengubah sesuatu. |  |  |  | Lanjutkan… |  |  |
| 21. | Saya kesulitan membuat rencana untuk membantu saya mencapai tujuan. |  |  |  |  |  |  |
| 22. | Saya mengalami kesulitan menetapkan tujuan untuk diri saya sendiri. |  |  |  |  |  |  |