1. **Skala Penelitian Penerimaan Diri**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Jawaban** | | | |
| **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1 | Saya dapat mengungkapkan ide saya kepada orang lain |  |  |  |  |
| 2 | Saya mampu menyelesaikan tugas yang diberikan kepada saya |  |  |  |  |
| 3 | Saya malu dan memilih diam dalam menyampaikan pendapat saya |  |  |  |  |
| 4 | Saya merasa tidak disukai banyak orang |  |  |  |  |
| 5 | Saya merasa tersinggung jika ada orang yang mengkritik saya |  |  |  |  |
| 6 | Saya dapat menerima kritik dari orang lain |  |  |  |  |
| 7 | Saya memiliki peran yang penting di lingkungan sekitar |  |  |  |  |
| 8 | Saya memilih menutupi perasaan kecewa saya |  |  |  |  |
| 9 | Saya ragu pada kemampuan saya |  |  |  |  |
| 10 | Saya akan menghindar dan menjauhi dari orang yang memberikan kritik pada saya |  |  |  |  |
| 11 | Saya dapat mengungkapkan apa yang saya inginkan |  |  |  |  |
| 12 | Saya merasa senang diberi nasihat atau saran |  |  |  |  |
| 13 | Saya sulit untuk menceritakan perasaan pahit yang pernah saya rasakan |  |  |  |  |
| 14 | Saya merasa tidak dipedulikan oleh orang terdekat saya |  |  |  |  |
| 15 | Saya akan marah pada orang yang mengkritik saya |  |  |  |  |
| 16 | Saya senang menceritakan tentang masa lalu saya |  |  |  |  |
| 17 | Kehadiran saya berarti bagi orang lain |  |  |  |  |
| 18 | Saya memilih diam walaupun saya disakiti |  |  |  |  |
| 19 | Saya merasa dikucilkan oleh teman-teman saya |  |  |  |  |
| 20 | Saya menganggap bahwa orang yang mengkritik saya berarti iri pada saya |  |  |  |  |
| 21 | Teman-teman saya senang menghabiskan waktu dengan saya |  |  |  |  |
| 22 | Saya akan mendengarkan nasihat orang yang diberikan pada saya |  |  |  |  |
| 23 | Saya merasa dianggap remeh orang lain |  |  |  |  |
| 24 | Saya tidak menghiraukan nasihat atau kritik orang lain untuk saya, sekalipun itu bermanfaat bagi |  |  |  |  |

1. **Skala Penelitian Harga Diri**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Jawaban** | | | |
| **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1 | Saya merasa orang lain menilai saya dengan positif |  |  |  |  |
| 2 | Kehadiran saya bermakna untuk teman-teman saya |  |  |  |  |
| 3 | Saya merasa lingkungan sekitar saya tidak menerima saya |  |  |  |  |
| 4 | Saya merasa kurang berguna untuk sekitar |  |  |  |  |
| 5 | Saya mampu menyelesaikan tantangan dalam hidup saya |  |  |  |  |
| 6 | Tidak semua tugas dapat saya selesaikan |  |  |  |  |
| 7 | Saya mampu mewujudkan keinginan saya |  |  |  |  |
| 8 | Saya ragu dengan kemampuan saya |  |  |  |  |
| 9 | Saya memiliki peranan penting di lingkungan sekitar saya |  |  |  |  |
| 10 | Saya merasa banyak yang peduli dengan saya |  |  |  |  |
| 11 | Saya merasa kurang dapat diandalkan |  |  |  |  |
| 12 | Saya merasa dinilai negatif oleh lingkungan sekitar |  |  |  |  |
| 13 | Saya merasa bahwa teman teman saya menikmati waktu bersama saya |  |  |  |  |
| 14 | Saya senang membantu teman saya yang sedang mengalami kesulitan |  |  |  |  |
| 15 | Saya merasa tidak dihiraukan oleh teman-teman saya |  |  |  |  |
| 16 | Teman-teman saya menolak tawaran bantuan saya |  |  |  |  |
| 17 | Saya memiliki bakat yang dapat saya manfaatkan dalam berbagai situasi |  |  |  |  |
| 18 | Saya merasa pesimis ketika mengalami kegagalan |  |  |  |  |
| 19 | Saya mampu mengerjakan kewajiban saya dengan hasil maksimal |  |  |  |  |
| 20 | Pendapat saya tidak diinginkan |  |  |  |  |
| 21 | Kehadiran saya diterima di mana pun saya berada |  |  |  |  |
| 22 | Teman-teman saya ingin saya membantunya |  |  |  |  |
| 23 | Saya merasa tidak dapat melakukan sesuatu yang berharga |  |  |  |  |
| 24 | Saya tidak memiliki sahabat |  |  |  |  |
| 25 | Saya memiliki banyak sahabat |  |  |  |  |
| 26 | Saya memiliki kemampuan yang dibutuhkan orang lain |  |  |  |  |
| 27 | Saya merasa ditolak ketika bersosialisasi di lingkungan baru |  |  |  |  |
| 28 | Saya merasa kurang diinginkan di lingkungan sekitar saya |  |  |  |  |
| 29 | Saya merasa nyaman dengan orang-orang yang menerima saya |  |  |  |  |
| 30 | Saya mampu mengerjakan tugas hingga tuntas |  |  |  |  |
| 31 | Saya merasa kurang memiliki kemampuan untuk melakukan sesuatu |  |  |  |  |
| 32 | Teman-teman saya jarang menghabiskan waktu dengan saya |  |  |  |  |
| 33 | Teman-teman saya tidak pernah meminta bantuan kepada saya |  |  |  |  |