**Skala Penelitian**

**Skala Penelitian *Psychological Well Being***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No.** | **Pernyataan** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1. | Saya mengutarakan pendapat meskipun pendapat tersebut bertentangan dengan kebanyakan orang.  (Kula ngleraken pamanah senaosa pamanah kesebat mbabaganan kaliyan kekathahen tiyang) |  |  |  |  |
| 2. | Saya merasa bertanggung jawab pada kehidupan saya.  (Kula rumaos tanggel jawab ing kegesangan kula) |  |  |  |  |
| 3. | Saya tidak tertarik dengan kegiatan yang dapat memperluas wawasan.  (Kula mboten kegeret kaliyan kengungkukan ingkang saged miyaraken wawasan) |  |  |  |  |
| 4. | Saya adalah orang yang penyayang dan penuh kasih menurut kebanyakan orang.  (Kula yaiku tiyang ingkang penyayang uga kebak asih miturut kekathahen tiyang) |  |  |  |  |
| 5. | Saya menjalani kehidupan hari ini dan kurang memikirkan masa depan.  (Kula ngradini kegesangan dinten niki uga kirang manahaken masa ngajeng) |  |  |  |  |
| 6. | Saya senang dengan apa yang sudah terjadi dalam kehidupan saya.  (Kula rena kaliyan menapa ingkang sampun kedadosan lebet kegesangan kula) |  |  |  |  |
| 7. | Keputusan yang saya ambil biasanya tidak dipengaruhi oleh orang lain.  (Keputusan ingkang kula pendhet biyasanipun mboten dipengaruhi dening tiyang benten) |  |  |  |  |
| 8. | Tuntutan hidup sehari - hari sering kali membuat saya tertekan.  (Panjaluk gesang sadinten - dinten kaping asring ndamel kula tertekan) |  |  |  |  |
| 9. | Saya rasa penting untuk mengalami hal - hal baru yang menantang cara berfikir tentang diri dan dunia.  (Kula raos wigati konjuk ngalami kedadosan enggal ingkang menantang cara ngangen babagan badan uga donya) |  |  |  |  |
| 10. | Mempertahankan hubungan yang dekat merupakan hal yang sulit dan membuat frustasi.  (Ngekahi hubungan ingkang celak ngrupikaken kedadosan ingkang rekaos uga ndamel frustasi) |  |  |  |  |
| 11. | Saya memiliki arah dan tujuan hidup.  (Kula nggadhahi arah uga tujuan gesang) |  |  |  |  |
| 12. | Saya merasa percaya diri dan positif terhadap diri sendiri.  (Kula rumaos pitados badan uga positif majeng badan piyambak) |  |  |  |  |
| 13. | Saya mengkhawatirkan apa yang difikirkan orang lain.  (Kula mutawatosi menapa ingkang dipunangenaken tiyang benten) |  |  |  |  |
| 14. | Saya tidak begitu cocok dengan orang-orang yang ada disekitar saya.  (Kula boten patos gathuk kaliyan tiyang - tiyang ingkang enten sekitar kula) |  |  |  |  |
| 15. | Saya belum benar-benar mengalami perbaikan secara pribadi.  (Kula dereng leres - leres ngalami saen pribadi) |  |  |  |  |
| 16. | Saya merasa kesepian kerena hanya memiliki sedikit teman dekat untuk membag masalah.  (Kula rumaos kesepenan amergi namung nggadhahi sekedhik kanca celak konjuk membag masalah) |  |  |  |  |
| 17. | Kegiatan sehari - hari saya terlihat sepele dan tidak penting.  (Kengungkukan sadinten - dinten kula keningal sepele uga mboten wigati) |  |  |  |  |
| 18. | Saya merasa orang lain mendapatkan banyak hal terbaik dalam hidupnya dibandingkan saya.  (Kula rumaos tiyang benten nyagedaken kathah kedadosan paling sae lebet gesangipun dipunbandingaken kula) |  |  |  |  |
| 19. | Saya cenderung terpengaruh oleh orang - orang yang memiliki pendapat kuat.  (Kula angsal pengaruh dening tiyang - tiyang ingkang nggadhahi pamanah kiyat) |  |  |  |  |
| 20. | Saya cukup baik dalam mengatur tanggung jawab dalam kehidupan sehari - hari.  (Kula cekap sae lebet mengatur tanggel jawab lebet kegesangan sadinten - dinten) |  |  |  |  |
| 21. | Saya merasa telah banyak mengembangkan diri selama ini. (Kula rumaos sampun kathah ngembangaken badan salebetipun niki) |  |  |  |  |
| 22. | Saya menikmati percakapan dengan anggota keluarga maupun teman.  (Kula menikmati panggineman kaliyan anggota keluarga kersa kanca) |  |  |  |  |
| 23. | Saya tidak memahami dengan baik apa yang ingin dicapai dalam hidup.  (Kula mboten ngerteni kaliyan sae menapa ingkang kersa dipun olehi lebet gesang) |  |  |  |  |
| 24. | Saya menyukai semua aspek kepribadian saya.  (Kula ngremeni sedaya aspek kepribadinepun kula) |  |  |  |  |
| 25. | Saya yakin dengan pendapat saya, bahkan jika berlawanan atau bertentangan dengan kesepakatan umum.  (Kula pitados kaliyan pamanah kula, menawi nduwe mengsahan utawi mbabaganan kaliyan kesepakatanipun umum) |  |  |  |  |
| 26. | Saya merasa kewalahan dengan tanggung jawab.  (Kula rumaos kewalahan kaliyan tanggel jawab) |  |  |  |  |
| 27. | Saya tidak menikmati berada dalam situasi baru yang menuntut untuk mengubah cara – cara lama yang sudah biasa.  (Kula mboten seneng wonten lebet situasi enggal ingkang menuntut konjuk mengubah cara-cara dangu ingkang kulina) |  |  |  |  |
| 28. | Orang - orang akan menggambarkan saya sebagai orang yang senang atau bersedia membagi waktunya dengan orang lain.  (Tiyang - tiyang badhe nggambaraken kula dados tiyang ingkang rena utawi purun ngunjuk wancinipun kaliyan tiyang benten) |  |  |  |  |
| 29. | Saya senang membuat rencana untuk masa depan dan berusaha mewujudkannya.  (Kula rena ndamel rencana konjuk masa ngajeng uga ngupados wujudaken) |  |  |  |  |
| 30. | Saya merasa kecewa dengan apa yang telah dicapai dalam hidup.  (Kula rumaos kuciwa kaliyan menapa ingkang sampun saget lebet gesang) |  |  |  |  |
| 31. | Sulit bagi saya untuk menyuarakan pendapat tentang hal – hal yang kontroversi.  (Rekaos kunjuk kula konjuk nyuwantenaken pamanah babagan kedadosaken ingkang kontroversi.) |  |  |  |  |
| 32. | Saya kesulitan mengatur hidup yang bisa memuaskan saya.  (Kula kerekaosan mengatur gesang ingkang sanguh ndumugekaken kula) |  |  |  |  |
| 33. | Hidup adalah proses belajar, berubah, dan tumbuh secara terus menerus.  (Gesang yaiku proses sinau, berubah, uga tuwuh sacara terus nerus) |  |  |  |  |
| 34. | Saya belum banyak mengalami hubungan yang hangat penuh kepercayaan dengan orang lain.  (Kula dereng kathah ngalami hubungan ingkang sae kebak kapitadosan kaliyan tiyang benten) |  |  |  |  |
| 35. | Beberapa orang hidupnnya tak tentu arah, tapi saya tidak seperti itu.  (Sakunjukan tiyang gesengipun mboten tentu arah, nanging kula mboten mekoten) |  |  |  |  |
| 36. | Sikap saya terhadap diri sendiri mungkin tidak sepositif sikap oang lain terhadap diri mereka.  (Sikap kula majeng badan piyambak bokmenawi mboten sepositif sikap oang benten majeng badan piyambake sedaya) |  |  |  |  |
| 37. | Saya menilai diri menurut apa yang dirasa penting, bukan menurut nilai-nilai yang orang lain pikir itu penting.  (Kula ngaos badan miturut menapa ingkang karaos wigati, sanes miturut aos-aos ingkang tiyang benten manah punika wigati) |  |  |  |  |
| 38. | Saya mampu membangun gaya hidup sesuai apa yang saya sukai.  (Kula saged mungu gaya gesang sami menapa ingkang kula remeni) |  |  |  |  |
| 39. | Saya sejak lama menyerah dalam mencoba melakukan perbaikan atau perubahan dalam hidup.  (Kula ket dangu ngabrit lebet nyobi numindakake saen utawi ewah-ewahan lebet gesang) |  |  |  |  |
| 40. | Saya dapat mempercayai teman - teman dan meraka tahu mereka bisa mempercayai saya.  (Kula saged mitadosi kanca - kanca uga meraka mangertos piyambake sedaya sanguh mitadosi kula) |  |  |  |  |
| 41. | Saya merasa telah melakukan banyak hal dalam hidup.  (Kula rumaos sampun numindakake kathah kedadosan lebet gesang) |  |  |  |  |
| 42. | Membandingkan diri sendiri dengan teman dan kenalan membuat saya merasa baik tentang diri sendiri.  (Mbandingaken badan piyambak kaliyan kanca uga tepangan ndamel kula rumaos sae babagan badan piyambak) |  |  |  |  |