Blueprint Efikasi Diri

|  |  |
| --- | --- |
| **Aspek** | **No Aitem (*favorable*)** |
| *Academic Self Efficacy* | 3,6,9,12,15,17,20 |
| *Social Self Efficacy* | 2,4,8,11,14,19,21 |
| *Emotional Self Efficacy* | 1,5,7,10,13,16,18 |

Skala Efikasi Diri

| **No** | **Indikator & Pernyataan** | **Skala Pengukuran** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tidak sama sekali-------------Sangat Baik** | | | | |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| ***Academic Self Efficacy*** | |  |  |  |  |  |
| 3. | Seberapa baik kamu dapat belajar ketika ada banyak hal menarik lainnya yang bisa kamu lakukan? (A1) |  |  |  |  |  |
| 6. | Seberapa baik kamu dapat menguasai satu bab untuk ujian? (A2) |  |  |  |  |  |
| 9. | Seberapa baik kamu berhasil menyelesaikan semua tugas dari kampus seriap hari? (A3) |  |  |  |  |  |
| 12. | Seberapa baik kamu bisa fokus selama didalam kelas? (A4) |  |  |  |  |  |
| 15. | Seberapa baik kamu bisa lulus di semua mata perkuliahan? (A5) |  |  |  |  |  |
| 17. | Seberapa baik kamu dapat memuaskan orang tua atau keluargamu dengan tugas perkuliahan yang dapat kamu selesaikan? (A6) |  |  |  |  |  |
| 20. | Seberapa baik kamu bisa lulus ujian kuliah? (A7) |  |  |  |  |  |
| ***Emotional Self Efficacy*** | |  |  |  |  |  |
| 2. | Seberapa baik kamu berhasil menyemangati dirimu sendiri ketika kamu mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan? (E1) |  |  |  |  |  |
| 4. | Seberapa baik kamu berhasil menenangkan dirimu sendiri ketika kamu sedang sangat ketakutan? (E2) |  |  |  |  |  |
| 8. | Seberapa baik kamu dapat mencegah dirimu sendiri dari rasa gugup? (E3) |  |  |  |  |  |
| 11. | Seberapa baik kamu bisa mengendalikan perasaanmu? (E4) |  |  |  |  |  |
| 14. | Seberapa baik kamu bisa memberikan semangat kepada dirimu sendiri ketika kamu sedang merasa rendah/ terpuruk? (E5) |  |  |  |  |  |
| 19. | Seberapa baik kamu berhasil menekan pikiran-pikiran negatif? (E6) |  |  |  |  |  |
| 21. | Seberapa baik kamu berhasil dalam menekan perasaan khawatir terhadap hal-hal yang belum tentu akan terjadi? (E7) |  |  |  |  |  |
| ***Social Self Efficacy*** | |  |  |  |  |  |
| 1. | Seberapa baik kamu dapat mengungkapkan pendapatmu ketika teman-teman sekelasmu tidak setuju dengan pendapatmu? (S1) |  |  |  |  |  |
| 5. | Seberapa baik kamu bisa menjadi teman/ berteman dengan teman sebayamu yang lain? (S2) |  |  |  |  |  |
| 7. | Seberapa baik kamu dapat mengobrol/ berbicara dengan orang yang tidak kamu kenal? (S3) |  |  |  |  |  |
| 10. | Seberapa baik kamu bisa bekerjasama secara harmonis dengan teman-teman sekelasmu? (S4) |  |  |  |  |  |
| 13. | Seberapa baik kamu dapat mengatakan kepada teman-teman yang lain bahwa mereka melakukan sesuatu yang tidak kamu sukai? (S5) |  |  |  |  |  |
| 16. | Seberapa baik kamu dapat menceritakan kejadian/ pengalaman lucu kepada teman-temanmu saat berkumpul bersama? (S6) |  |  |  |  |  |
| 18. | Seberapa baik kamu berhasil mempertahankan pertemananmu dengan teman-teman yang lain? (S7) |  |  |  |  |  |

Blueprint Adaptabilitas Karir

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No.** | **Dimensi** | **Indikator** | **Item** | **Jumlah** |
|  | *Concern* | Melakukan perencanaan dan pertimbangan terhadap pilihan karir yang akan diambil | 1,2,3,4,5,6 | 6 |
|  | *Control* | Melakukan berbagai upaya, disiplin, dan gigih | 7,8,9,10,11,12 | 6 |
|  | *Curiousity* | Menanyakan berbagai hal dan melakukan eksplorasi yang menunjang karirnya | 13,14,15,16,17,18 | 6 |
|  | *Confidence* | Selalu berjuang, pantang menyerah, dan tekun | 19,20,21,22,23,24 | 6 |
| **Total** | | | **24** | **24** |

Skala Adaptabilitas Karir

| **No.** | **Pernyataan** | **SS** | **S** | **N** | **TS** | **STS** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Saya memikirkan akan seperti apa saya di masa depan |  |  |  |  |  |
|  | Saya menyadari bahwa pilihan saya pada saat ini akan membentuk masa depan saya |  |  |  |  |  |
|  | Saya mempersiapkan diri untuk pekerjaan saya nantinya |  |  |  |  |  |
|  | Saya sadar akan pilihan pendidikan dan pekerjaan merupakan langkah yang harus saya lakukan |  |  |  |  |  |
|  | Saya merencanakan cara yang tepat agar cita-cita dan pekerjaan saya dapat tercapai |  |  |  |  |  |
|  | Saya peduli dengan masa depan saya |  |  |  |  |  |
|  | Saya berusaha agar tetap semangat dalam proses mencapai cita-cita dan pekerjaan saya di masa depan |  |  |  |  |  |
|  | Saya membuat keputusan sendiri mengenai pekerjaan yang akan saya jalani nantinya |  |  |  |  |  |
|  | Saya bertanggung jawab atas tindakan-tindakan yang saya lakukan untuk mencapai citacita dan pekerjaan di masa depan |  |  |  |  |  |
|  | Saya teguh pada pendirian saya |  |  |  |  |  |
|  | Saya mengandalkan diri dalam mencapai masa depan |  |  |  |  |  |
|  | Saya melakukan hal-hal yang saya yakini benar dalam mencapai masa depan |  |  |  |  |  |
|  | Saya menjelajahi lingkungan di sekitar saya |  |  |  |  |  |
|  | Saya mencari peluang agar bisa berkembang |  |  |  |  |  |
|  | Saya mencari tahu berbagai informasi mengenai pilihanpilihan lain sebelum mengambil keputusan |  |  |  |  |  |
|  | Saya melihat berbagai cara dalam melakukan sesuatu yang terkait dengan masa depan saya |  |  |  |  |  |
|  | Saya mencari tahu lebih detail atau lebih dalam mengenai hal-hal yang saya pertanyakan terkait masa depan saya |  |  |  |  |  |
|  | Saya penasaran terhadap peluang-peluang baru yang ada terkait dengan masa depan saya |  |  |  |  |  |
|  | Saya menyelesaikan tugas secara efisien |  |  |  |  |  |
|  | Saya memastikan semua yang saya lakukan berjalan dengan baik |  |  |  |  |  |
|  | Saya mempelajari keterampilan-keterampilan baru |  |  |  |  |  |
|  | Saya bekerja sesuai dengan kemampuan yang saya miliki |  |  |  |  |  |
|  | Saya mampu mengatasi rintangan atau hambatan yang ada |  |  |  |  |  |
|  | Saya mampu menyelesaikan masalah yang saya alami |  |  |  |  |  |