1. **Skala Insecure**

**IDENTITAS**

Nama Siswa (Inisial) : Jenis kelamin :

Usia : Jurusan/ kelas :

**PETUNJUK PENGERJAAN!!**

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan. Baca dan pahamilah baik-baik. Untuk menjawab pernyataan berikut ini Saudara/I cukup memilih salah satu pilihan jawaban yang tersedia dengan memberikan tanda **(✓)** pada pilihan yang anda yakini **sesuai dengan diri anda.**

**Petunjuk!**

**SS** : Sangat Sesuai **TS** : Tidak Sesuai

**S** : Sesuai **STS** : Sangat Tidak Sesuai

Jangan ragu dalam menjawab karena tidak ada jawaban yang salah, jawaban yang terbaik adalah jawaban yang jujur, apa adanya berdasarkan apa yang Saudara/i rasakan saat ini.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NO** | **PERNYATAAN** | **JAWABAN** | | | |
| **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1. | Saya senang jika banyak yang mengomentari postingan saya di media sosial |  |  |  |  |
| 2. | Saya takut dinilai bodoh oleh orang-orang pada postingan saya di media sosial |  |  |  |  |
| 3. | Saya minder saat ada orang yang lebih dari saya yang saya temui di media sosial |  |  |  |  |
| 4. | Saya senang melihat postingan orang lain di media sosial |  |  |  |  |
| 5. | Saya tidak bisa tidur ketika banyak yang berkomentar negatif terhadap postingan saya di media sosial |  |  |  |  |
| 6. | Saya cemas jika orang-orang berkomentar negatif pada postingan yang saya bagikan |  |  |  |  |
| 7. | Saya mengklarifikasi jika ada orang yang berkomentar negatif pada postingan saya |  |  |  |  |
| 8. | Saya membalas dengan sopan jika ada yang berkomentar negatif di postingan yang saya bagikan |  |  |  |  |
| 9. | Saya mencintai diri saya tanpa syarat di era media sosial saat ini |  |  |  |  |
| 10. | Saya merasa malu jika postingan saya ditertawakan |  |  |  |  |
| 11. | Saya mudah menyerah jika melihat keberhasilan orang lain di media sosial |  |  |  |  |
| 12. | Ketika saya mengomentari postingan orang lain merasa tidak yakin pada diri saya sendiri |  |  |  |  |
| 13. | Jika melihat keberhasilan orang lain di media sosial saya merasa senang |  |  |  |  |
| 14. | Saat melihat postingan orang lain, saya sering membandingkannya dengan diri saya |  |  |  |  |
| 15. | Saya merasa senang dengan postingan yang dibagikan orang lain menyebutkan saya di media sosial |  |  |  |  |
| 16. | Saya merasa gelisah setelah membagikan postingan saya di media sosial |  |  |  |  |
| 17. | Saya terus memikirkan kenapa orang lain tidak menyukai postingan yang saya bagikan |  |  |  |  |
| 18. | Saya selalu khawatir jika orang-orang di media sosial membicarakan bentuk fisik saya |  |  |  |  |

1. **Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial**

**IDENTITAS**

Nama Siswa (Inisial) : Jenis kelamin :

Usia : Jurusan/ kelas :

**PETUNJUK PENGERJAAN!!**

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan. Baca dan pahamilah baik-baik. Untuk menjawab pernyataan berikut ini Saudara/I cukup memilih salah satu pilihan jawaban yang tersedia dengan memberikan tanda **(✓)** pada pilihan yang anda yakini **sesuai dengan diri anda.**

**Petunjuk!**

**SS** : Sangat Sesuai **TS** : Tidak Sesuai

**S** : Sesuai **STS** : Sangat Tidak Sesuai

Jangan ragu dalam menjawab karena tidak ada jawaban yang salah, jawaban yang terbaik adalah jawaban yang jujur, apa adanya berdasarkan apa yang Saudara/i rasakan saat ini.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NO** | **PERNYATAAN** | **JAWABAN** | | | |
| **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1. | Berkomunikasi lewat media sosial lebih mudah dari pada berkomunikasi secara langsung |  |  |  |  |
| 2. | Menurut saya, bermain media sosial sangat menyenangkan |  |  |  |  |
| 3. | Ketika bercerita melalui media sosial dapat memunculkan kesalah pahaman |  |  |  |  |
| 4. | Saya bermain media sosial karena terpengaruh oleh teman |  |  |  |  |
| 5. | Saya suka update kegiatan sehari-hari di media sosial |  |  |  |  |
| 6. | Saya senang membagikan konten motivasi di media sosial |  |  |  |  |
| 7. | Saya bermain media sosial tidak hanya untuk berkomunikasi saja |  |  |  |  |
| 8. | Saya sering melupakan teman yang berada disamping ketika bermain media sosial |  |  |  |  |
| 9. | Banyak manfaat yang saya dapatkan ketika bermain media sosial |  |  |  |  |
| 10. | Saya mudah percaya berita-berita yang ada di media sosial |  |  |  |  |
| 11. | Saya tidak percaya dengan berita yang viral di media sosial |  |  |  |  |
| 12. | Saya tidak bisa membedakan berita hoax dan asli di media sosial |  |  |  |  |
| 13. | Saya berdiskusi dengan teman-teman melalui media sosial |  |  |  |  |
| 14. | Saya lebih senang berdiskusi melalui tatap muka dari pada melalui media sosial |  |  |  |  |
| 15. | Informasi yang saya dapatkan hanya untuk pribadi bukan dibagikan ke orang lain |  |  |  |  |
| 16. | Saya tidak puas dengan konten-konten yang ada di media sosial |  |  |  |  |
| 17. | Saya sibuk mengakses media sosial sampai lupa diri dan melalaikan kewajiban |  |  |  |  |
| 18. | Saat bermain media sosial, perasaan saya menjadi lebih baik |  |  |  |  |
| 19. | Saya tidak tenang apabila tidak bermain media sosial lebih dari 3-4 jam |  |  |  |  |
| 20. | Bermain media sosial terlalu lama dapat membuang-buang waktu |  |  |  |  |
| 21. | Saya dapat mengontrol diri ketika mengakses media sosial |  |  |  |  |
| 22. | Dengan mengakses media sosial terlalu lama dapat membuat saya bosan |  |  |  |  |
| 23. | Saya mengakses media sosial saat butuh saja |  |  |  |  |
| 24. | Saya mengakses media sosial ketika sudah selesai mengerjakan tugas dari sekolah |  |  |  |  |
| 25. | Saya dapat informasi pembelajaran melalui media sosial |  |  |  |  |
| 26. | Saya tidak bisa mengontrol waktu bermain media sosial |  |  |  |  |
| 27. | Saya dapat menghabiskan waktu berjam-jam untuk mengakses media sosial |  |  |  |  |
| 28. | Dalam sehari, saya dapat membuka media sosial lebih dari 15 kali |  |  |  |  |
| 29. | Saya mengakses media sosial saat ada waktu senggang saja |  |  |  |  |
| 30 | Semakin hari, waktu saya tersita karena bermain media sosial |  |  |  |  |
| 31. | Setiap hari saya tidak bisa ketinggalan mengakses media sosial |  |  |  |  |
| 32. | Jika saya tidak memiliki kuota untuk membuka media sosial dalam sehari, maka saya akan gelisah |  |  |  |  |
| 33. | Saya dapat tidak bermain media sosial dalam sehari |  |  |  |  |
| 34. | Ketika tidak bermain media sosial seperti ada yang kurang dalam hidup saya |  |  |  |  |
| 35. | Dengan mengakses media sosial setiap hari, hidup saya tidak menjadi kosong |  |  |  |  |
| 36. | Saat bermain media sosial, mood saya menjadi lebih baik |  |  |  |  |
| 37. | Saya tidak ketergantungan dalam bermain media sosial |  |  |  |  |

1. **Skala Loneliness**

**IDENTITAS**

Nama Siswa (Inisial) : Jenis kelamin :

Usia : Jurusan/ kelas :

**PETUNJUK PENGERJAAN!!**

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan. Baca dan pahamilah baik-baik. Untuk menjawab pernyataan berikut ini Saudara/I cukup memilih salah satu pilihan jawaban yang tersedia dengan memberikan tanda **(✓)** pada pilihan yang anda yakini **sesuai dengan diri anda.**

**Petunjuk!**

**SS** : Sangat Sesuai **TS** : Tidak Sesuai

**S** : Sesuai **STS** : Sangat Tidak Sesuai

Jangan ragu dalam menjawab karena tidak ada jawaban yang salah, jawaban yang terbaik adalah jawaban yang jujur, apa adanya berdasarkan apa yang Saudara/i rasakan saat ini.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NO** | **PERNYATAAN** | **JAWABAN** | | | |
| **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1. | Saya senang menghabiskan waktu bersama teman-teman |  |  |  |  |
| 2. | Hubungan sosial yang saya miliki kurang baik. |  |  |  |  |
| 3. | Saya memilih diam dari pada menceritakan masalah saya kepada orang lain. |  |  |  |  |
| 4. | Saya tidak memiliki siapapun untuk mendengarkan curhatan saya. |  |  |  |  |
| 5. | Saya merasa teman-teman mampu memahami saya. |  |  |  |  |
| 6. | Saya biasanya ditemani oleh teman-teman. |  |  |  |  |
| 7. | Saya merasa teman-teman sering kali mendukung ide saya. |  |  |  |  |
| 8. | Saya memiliki banyak teman. |  |  |  |  |
| 9. | Saya lebih sering menyendiri dari pada berkumpul dengan teman. |  |  |  |  |
| 10. | Kurangnya kepercayaan diri membuat saya memiliki sedikit teman. |  |  |  |  |
| 11. | Saya sering menghabiskan waktu saya dengan kegiatan dan penuh semangat. |  |  |  |  |
| 12. | Saya biasanya sedih hanya jika ada penyebabnya. |  |  |  |  |
| 13. | Saya sering merasa tidak bersemangat untuk melakukan kegiatan sehari-hari. |  |  |  |  |
| 14. | Kerja dengan berkelompok membuat saya lebih lelah daripada bekerja sendiri. |  |  |  |  |
| 15. | Saya merasa banyak orang memperdulikan saya. |  |  |  |  |
| 16. | Saat ada masalah, saya akan menceritakannya dengan teman. |  |  |  |  |
| 17. | Saya suka berdiskusi secara berkelompok dengan banyak orang. |  |  |  |  |
| 18. | Saya sering kali merasa sedih tanpa sebab yang jelas. |  |  |  |  |
| 19. | Saya sering kali merasa ditinggalkan oleh teman-teman. |  |  |  |  |
| 20. | Saya memiliki hubungan sosial yang bermakna. |  |  |  |  |
| 21. | Saya merasa tidak antusias untuk berinteraksi sosial dengan orang disekitar saya. |  |  |  |  |
| 22. | Saya merasa bahwa saya memiliki banyak perbedaan dengan orang disekitar saya. |  |  |  |  |
| 23. | Saya memandang rendah pada kemampuan yang saya miliki. |  |  |  |  |
| 24. | Saat dalam masalah saya memiliki sahabat yang selalu mendengarkan saya. |  |  |  |  |
| 25. | Banyak orang disekitar saya tetapi tidak ada yang memahami saya |  |  |  |  |
| 26 | Saya memiliki kesamaan dengan orang sekitar saya. |  |  |  |  |