# INSTRUMEN PENELITIAN

Nama / Inisial :

Usia :

Jenis Kelamin :

Pendidikan Terakhir :

Alamat :

Lama Melakukan Pengasuhan :

## **PETUNJUK PENGISIAN**

1. Bacalah pernyataan di bawah ini dengan baik dan teliti.
2. Pilihlah salah satu respon yang sesuai dengan kondisi saudara/i yang sesungguhnya.
3. Berilah tanda (X) pada salah satu alternatif jawaban: SS : Sangat Sesuai dengan diri saya

S : Sesuai dengan diri saya

TS : Tidak Sesuai dengan diri saya

STS : Sangat Tidak Sesuai dengan diri saya

1. Saudara/i hanya diperbolehkan memilih satu jawaban pada setiap pernyataan.
2. Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban yang saudara/i berikan adalah benar. Jadi saudara/i tidak perlu takut dalam memberi jawaban.
3. Identitas Saudara/i akan terjaga kerahasiaannya dan hanya digunakan dalam penelitian.

**Skala Penerimaan Diri**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No.** | **Pernyataan** | **Pilihan Jawaban** | | | |
| **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1. | Saya memiliki kegiatan tambahan untuk melatih lansia |  |  |  |  |
| 2. | Saya merasa minder dengan kemampuan saya dalam merawat lansia |  |  |  |  |
| 3. | Saya merasa bangga atas kegiatan untuk memberikan perawatan lansia |  |  |  |  |
| 4. | Saya yakin orang lain dapat menerima saya walaupun waktu saya sebagian digunakan untuk merawat lansia |  |  |  |  |
| 5 | Saya tidak berani membicarakan diri saya yang sedang merawat lansia karena takut akan dikritik orang lain |  |  |  |  |
| 6 | Saya merasa putus asa ketika beberapa orang mengolok keputusan saya |  |  |  |  |
| 7 | Saya selalu menerima masukan dari  keluarga dan orang lain tentang kegiatan pengasuhan lansia |  |  |  |  |
| 8 | Saya selalu tidak puas dengan kegiatan yang telah saya lakukan |  |  |  |  |
| 9 | Saya merasa berbeda dari orang lain yang tidak melakukan kegiatan pengasuhan lansia |  |  |  |  |
| 10 | Saya memiliki keyakinan diri yang tinggi atas kemampuan saya dalam melakukan perawatan lansia |  |  |  |  |
| 11 | Saya kesulitan beradatasi dengan perubahan mendadak dalam hidup saya |  |  |  |  |
| 12 | Saya tidak merasa ada perbedaan hidup saya dengan orang lain |  |  |  |  |
| 13 | Saya menerima atas segala kelebihan dan kekurangan yang saya miliki dalam hidup |  |  |  |  |
| 14 | Saya tersinggung ketika orang lain menasehati saya |  |  |  |  |
| 15 | Saya melakukan pengasuhan lansia tanpa memiliki kemampuan yang mendukung |  |  |  |  |
| 16 | Saya percaya bahwa saya mampu mengatasi  permasalahan yang muncul saat pengasuhan lansia |  |  |  |  |
| 17 | Saya tidak khawatir jika orang lain menilai saya buruk dalam melakukan pengasuhan lansia |  |  |  |  |
| 18 | Saya cenderung memendam perasaan saya dan tidak menceritakannya pada orang lain |  |  |  |  |
| 19 | Keterbatasan saya menghalangi saya meraih tujuan hidup saya |  |  |  |  |
| 20 | Saya yakin orang lain menerima keberadaan saya |  |  |  |  |
| 21 | Saya percaya dengan cara pengasuhan lansia yang saya berikan |  |  |  |  |
| 22 | Saya tidak terganggu dengan peran saya sebagai pengasuh lansia |  |  |  |  |
| 23 | Saya tidak masalah dengan reaksi negatif orang lain terhadap saya |  |  |  |  |
| 24 | Saya menyadari bahwa melakukan pengasuhan lansia adalah hal yang wajar |  |  |  |  |
| 25 | Saya selalu bersungguh-sungguh dalam melakukan pengasuhan |  |  |  |  |
| 26 | Saya merasa ragu dengan kemampuan saya merawat lansia |  |  |  |  |
| 27 | Saya acuh dengan keputusan yang berkaitan dengan perawatan lansia |  |  |  |  |
| 28 | Saya sering meminta pendapat terkait perawatan lansia yang lakukan |  |  |  |  |

**Skala Regulasi Emosi**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | STS | TS | S | SS |
| 1 | Ketika saya ingin merasakan emosi positif (seperti senang, gembira), saya mengubah cara berfikir saya tentang situasi tersebut |  |  |  |  |
| 2 | Saya mengendalikan emosi dengan mengubah pola pikir saya sesuai dengan situasi tersebut |  |  |  |  |
| 3 | Ketika saya ingin menghilangkan emosi negatif (seperti marah sedih), maka saya mengubah pola pikir yang saya fikirkan |  |  |  |  |
| 4 | Ketika saya ingin merasakan emosi positif (seperti senang,gembira), saya melupakan apa yang saya fikirkan |  |  |  |  |
| 5 | Saya mencoba membuat diri saya tetap tenang, ketika mengalami situasi tertekan (seperti stres) |  |  |  |  |
| 6 | Saya mengendalikan emosi dengan cara melupakannya |  |  |  |  |
| 7 | Saya memendam emosi yang saya rasakan untuk diri saya sendiri |  |  |  |  |
| 8 | Ketika saya dihadapkan pada situasi yang penuh tekanan, saya berusaha untuk tetap tenang |  |  |  |  |
| 9 | Ketika saya merasakan emosi positif (senang, gembira), saya berhati-hati untuk tidak mengungkapkannya |  |  |  |  |
| 10 | Ketika saya merasakan emosi negatif (seperti marah sedih), saya tidak mengungkapkannya. |  |  |  |  |

**Skala Psychological Well Being**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | STS | TS | S | SS |
| 1 | Saya merasa percaya diri dengan peran saya sebagai pengasuh lansia |  |  |  |  |
| 2 | Saya menerima setiap kelebihan dan kekurangan diri saya |  |  |  |  |
| 3 | Saya tidak menikmati waktu dimana saya harus melakukan pengasuhan lansia |  |  |  |  |
| 4 | Orang lain melihat saya sebagai orang yang ramah dan baik |  |  |  |  |
| 5 | Saya nyaman dengan percakapan penuh empati dengan orang lain |  |  |  |  |
| 6 | Menjaga komunikasi adalah hal yang sulit bagi saya terutama dengan orang lain khususnya dengan lansia |  |  |  |  |
| 7 | Saya tidak terlalu cocok dengan komunikasi dengan lansia yang berada dalam pengasuhan saya |  |  |  |  |
| 8 | Keputusan saya untuk mengasuh lansia tidak terpengaruhi oleh orang lain |  |  |  |  |
| 9 | Saya yakin dengan pendapat saya, meski bertolak belakang dengan orang lain khususnya terkait pengasuhan lansia |  |  |  |  |
| 10 | Sulit bagi saya untuk mengutarakan kemauan saya kepada orang lain khususnya lansia |  |  |  |  |
| 11 | Tuntutan pengasuhan lansia terkadang membuat saya merasa tak berdaya dan melelahkan |  |  |  |  |
| 12 | Saya cukup baik dalam mengatur berbagai tanggung jawab dalam pengasuhan lansia |  |  |  |  |
| 13 | Saya suka membuat rencana masa depan dan berusaha mewujudkannya |  |  |  |  |
| 14 | Saya kecewa dengan pencapaian hidup saya hingga saat ini |  |  |  |  |
| 15 | Sulit menata kehidupan saya agar bisa berjalan dengan memuaskan seperti keinginan saya |  |  |  |  |
| 16 | Saya tidak tahu apa yang akan saya capai dalam hidup disaat saya harus melakukan pengasuhan lansia |  |  |  |  |
| 17 | Saya memiliki tujuan hidup yang ingin saya capai, meski harus mengasuh lansia |  |  |  |  |
| 18 | Bagi saya kehidupan adalah proses belajar, perubahan, dan pertumbuhan yang terus menerus walau harus melakukan mendampingi lansia |  |  |  |  |
| 19 | Memiliki pengalaman baru yang membuat saya berfikir mengenai dunia dan diri sendiri adalah hal yang penting |  |  |  |  |
| 20 | Melakukan pengasuhan membuat saya malas meraih tujuan hidup saya |  |  |  |  |