Skala Problem Focused Coping

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Pertanyaan | SS | S | TS | STS |
| 1. | Saya bisa membagi waktu antara kuliah dan kerja |  |  |  |  |
| 2. | Saya menyimpan sendiri kesulitan yang saya alami dalam kuliah sambil bekerja |  |  |  |  |
| 3. | Saya mampu menentukan langkah-langkah untuk mengatasi hambatan yang saya alami |  |  |  |  |
| 4. | Jika saya merasa bingung mengerjakan tugas kuliah, saya akan mengabaikan tugas kuliah begitu saja tanpa berusaha memikirkan jalan keluarnya |  |  |  |  |
| 5. | Saya meminta pendapat dari orang lain, untuk menunjukkan letak kesalahan dalam skripsi saya |  |  |  |  |
| 6. | Saya ragu jika saya meminta pendapat orang lain mengenai skripsi saya |  |  |  |  |
| 7. | Saya akan lebih banyak membaca penelitian orang lain untuk mendapatkan inspirasi menulis skripsi |  |  |  |  |
| 8. | Saya malas mengambil buku refrensi tentang skripsi jika berada di lokasi yang jauh |  |  |  |  |
| 9. | Saya akan bertanya kepada orang lain mengenai buku referensi yang saya butuhkan dalam skripsi |  |  |  |  |
| 10. | Sulit bagi saya menemukan solusi dari masalah yang saya hadapi |  |  |  |  |
| 11. | Saya akan membaca ulang hasil tulisan saya untuk meghindari kesalahan penulisan |  |  |  |  |
| 12. | Saya memilih melakukan hobi saya dibandingkan ikut bimbingan |  |  |  |  |
| 13. | Saya berusaha mencari informasi baik dari kakak tingkat, teman dan dosen mengenai penulisan skripsi saya |  |  |  |  |
| 14. | Sulit bagi saya untuk menganalisis letak kesalahan saya dalam skripsi |  |  |  |  |
| 15. | Saya mengajak teman untuk saling bertukar pikiran saat saya pusing mengerjakan skripsi |  |  |  |  |
| 16. | Saya akan mengerjakan skripsi jika diingatkan orang lain |  |  |  |  |
| 17. | Ketika saya selesai bimbingan, saya menganalisis letak kesalahan yang ada |  |  |  |  |
| 18. | Saya memiliki beberapa pilihan cara dalam mengatasi masalah mengenai skripsi saya |  |  |  |  |
| 19. | Saya mengabaikan masukan revisi skripsi dari dosen pembimbing sampai berharihari karena masukan yang diberikan sulit |  |  |  |  |
| 20. | Bagi saya bimbingan itu mengalir begitu saja |  |  |  |  |
| 21. | Saya mencatat apa saja yang menjadi masukan skripsi saya dari dosen pembimbing selama bimbingan berlangsung |  |  |  |  |
| 22. | Saya memiliki target untuk menyelesaikan skripsi saya |  |  |  |  |
| 23 | Saya berusaha semaksimal mungkin mencari sumber-sumber yang diperlukan untuk penyusunan skripsi |  |  |  |  |
| 24 | Saya cukup menunggu orang lain untuk membantu saya mengerjakan skripsi |  |  |  |  |
| 25 | Saya tetap mengerjakan revisi skripsi walaupun sampai larut malam |  |  |  |  |
| 26 | Saya merasa lelah memikirkan apa yang harus saya lakukan untuk mengatasi masalah dalam skripsi saya |  |  |  |  |
| 27 | Saya berusaha sebaik mungkin supaya tidak mendapatkan banyak revisi |  |  |  |  |
| 28 | Saya menyerah menunggu dosen pembimbing saya jika beliau sulit dihubungi |  |  |  |  |
| 29 | Saya meminta waktu berdiskusi dengan dosen pembimbing agar mendapat banyak masukan untuk skripsi saya |  |  |  |  |
| 30 | Saya menjadi malas mengerjakan skripsi jika mendapat revisi yang banyak |  |  |  |  |
| 31 | Saya mengerjakan skripsi dengan begitu saja tanpa harus ada target |  |  |  |  |
| 32 | Jika saya melakukan kesalahan dalam menulis skripsi, saya segera memperbaikinya |  |  |  |  |
| 33 | Saya menyediakan waktu yang cukup banyak untuk mengerjakan skripsi saya |  |  |  |  |
| 34 | Saya segera memikirkan cara untuk menyelesaikan kesulitan dalam penelitian saya |  |  |  |  |
| 35 | Jika skripsi saya terhambat, saya akan menunggu sampai memiliki keinginan untuk mengatasinya |  |  |  |  |

Skala Social Skill

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Pertanyaan | SS | S | TS | STS |
| 1. | Saya sulit menerima teguran yang disampaikan kepada saya |  |  |  |  |
| 2. | Ketika teman kampus berani tampil di muka umum, saya senang memberi pujian atas keberaniannya |  |  |  |  |
| 3. | Saya kurang yakin terhadap skripsi yang saya kerjakan sendiri |  |  |  |  |
| 4. | Saya dengan senang hati menerima ketika saya mendapatkan masukan dari teman sekitar |  |  |  |  |
| 5. | Sulit bagi saya memberi pujian kepada teman karena telah berhasil mencapai tujuannya |  |  |  |  |
| 6. | Saya bisa menyelesaikan suatu tugas walaupun itu diselesaikan secara kerjasama |  |  |  |  |
| 7. | Saya mudah gelisah ketika teman saya sudah ketahap selanjutnya dalam pengerjaan skripsi |  |  |  |  |
| 8. | Jika ada pertemuan teman sekelas, saya kerap memberikan gagasan baru |  |  |  |  |
| 9. | Sulit bagi saya untuk yakin bahwa orang lain dapat membantu menyelesaikan masalah dalam penyusunan skripsi saya |  |  |  |  |
| 10. | Apabila teman saya mengalami kebimbangan, saya selalu memberikan solusi |  |  |  |  |
| 11. | Pada setiap ada teman yang datang, saya lebih cenderung untuk diam daripada bicara |  |  |  |  |
| 12. | Saya bisa memilih mana langkah yang baik dan buruk |  |  |  |  |
| 13. | Saya sering mencela kesalahan orang lain yang menurut saya salah |  |  |  |  |
| 14. | Saya lebih suka diam di rumah dari pada mengikuti bimbingan |  |  |  |  |
| 15. | Saya senang memberikan sapaan kepada orang lain |  |  |  |  |
| 16. | Sulit bagi saya untuk peduli terhadap peristiwa yang terjadi di lingkungan sekitar saya |  |  |  |  |
| 17. | Dalam kesibukan saya sehari-hari saya selalu memberikan waktu untuk mengikuti jadwal bimbingan skripsi dengan dosen pembimbing |  |  |  |  |
| 18. | Sulit bagi saya agar bisa produktif |  |  |  |  |
| 19. | Saya mudah dekat dengan orang yang baru saya kenal |  |  |  |  |
| 20. | Saya takut menegur kesalahan orang lain |  |  |  |  |
| 21. | Jika teman saya sakit, saya selalu menjenguk dan menyiapkan makanan atau minuman |  |  |  |  |
| 22. | Ketika tampil di muka umum, saya sering kurang percaya diri |  |  |  |  |
| 23. | Saya bisa mengendalikan emosi ketika saya mendapat kritikan dari orang lain |  |  |  |  |
| 24. | Saya selalu berusaha untuk mampu mengerjakan tugas kuliah secara mandiri tanpa bantuan dari orang lain |  |  |  |  |
| 25. | Saya merasa bahagia, jika saya dapat berbagi pengalaman dengan teman seangkatan |  |  |  |  |
| 26. | Saya selalu mengerjakan tugas kuliah agar bisa produktif |  |  |  |  |
| 27. | Saya berani menegur kesalahan orang lain |  |  |  |  |
| 28. | Saya mudah beradaptasi dengan lingkungan yang baru |  |  |  |  |

Skala Optimisme

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|
| 1 | Setiap tekanan/masalah  yang saya hadapi titik awal dari setiap keberhasilan saya |  |  |  |  |
| 2 | karena kemampuan saya minim,  sekeras apapun saya berusaha saya tidak akan berhasil |  |  |  |  |
| 3 | Saya yakin kesuksesan  akan terus berlanjut ketika saya tekun |  |  |  |  |
| 4 | Kegagalan saya akan berdampak  panjang dalam hidup saya |  |  |  |  |
| 5 | Saya berusaha lebih keras setelah mencapai kesuksesan  untuk mempertahankan kesuksesan yang telah saya raih |  |  |  |  |
| 6 | Menurut saya mempertahankan  keberhasilan adalah hal yang tidak mudah |  |  |  |  |
| 7 | Saya gagal mencapai target kuliah saya, namun saya masih bisa  mencapai target baru dan yakin kali ini akan berhasil |  |  |  |  |
| 8 | Meskipun saya sudah belajar tapi mendapat nilai jelek,  maka kedepannya saya tidak akan belajar lagi karena pasti akan mendapat nilai jelak lagi |  |  |  |  |
| 9 | Saya yakin kesuksesan akan mampu saya raih suatu saat nanti |  |  |  |  |
| 10 | Ketika saya megalami kegagalan  saya tidak ingin mencobanya lagi |  |  |  |  |
| 11 | Saya yakin kejadian buruk saya masih bisa dirubah dengan usaha dan doa |  |  |  |  |
| 12 | Menurut saya kejadian buruk yang saya alami  tidak dapat dirubah di masa yang akan datang |  |  |  |  |
| 13 | Ketika saya gagal melakukan tugas  yang diberikan saya akan mencoba lebih baik lagi |  |  |  |  |
| 14 | Kemampuan saya membuat saya tidak yakin,  akan meyelesaikan kuliah sambil bekerja |  |  |  |  |
| 15 | Sekalipun saya gagal mendapat nilai A, tidak akan membuat gagal  dalam menargetkan IPK saya |  |  |  |  |
| 16 | Saya memiliki kekurangan yang membuat saya tidak percaya  diri dalam bekerja |  |  |  |  |
| 17 | Saya mampu tetap produktif meskipun saya mendapat  banyak tekanan |  |  |  |  |
| 18 | Akibat tekanan membuat saya tidak produktif dalam bekerja |  |  |  |  |
| 19 | Saya selalu optimis dengan masa  depan saya |  |  |  |  |
| 20 | Saya akan kesulitan memperoleh  pekerjaan-pekerjaan yang saya inginkan karena IPK saya kecil |  |  |  |  |
| 21 | Saya menyadari kegagalan dalam mencapai ipk dampak dari kuliah sambil bekerja |  |  |  |  |
| 22 | Kualitas diri saya membuat saya yakin,  saya dapat bertanggung jawab dengan kuliah saya walaupun sambil bekerja |  |  |  |  |
| 23 | Saya percaya dengan diri akan  kemampuan saya |  |  |  |  |
| 24 | Saya tidak percaya dengan  kemampuan saya |  |  |  |  |
| 25 | Saya dapat fokus dalam kuliah dan pekerjaan,  karena saya telah menyadari tugas dan tanggung jawab saya |  |  |  |  |
| 26 | Saya tidak yakin dengan kesuksesan masa depan  saya karena saya tidak memiliki banyak kemampuan |  |  |  |  |
| 27 | Jika saya berusaha keras, saya pasti bisa bertanggung jawab  dengan tugas kuliah dan pekerjaan |  |  |  |  |
| 28 | Saya tidak percaya diri atas kemampuan  yang saya punya |  |  |  |  |