SKALA PENELITIAN PSYCHOLOGICAL WELL BEING

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | Pernyataan | Respon Jawaban | | | |
| SS | S | TS | STS |
| 1 | Saya kesulitan menata hidup seperti yang saya inginkan |  |  |  |  |
| 2 | Saya senang mencari pengalaman baru yang dapat memperluas pandangan saya terhadap diri sendiri |  |  |  |  |
| 3 | Saya senang membuat rencana masa depan dan berusaha mewujudkannya |  |  |  |  |
| 4 | Ketika saya mengenang masa lalu, saya senang dengan keadaan yang sekarang |  |  |  |  |
| 5 | Cara saya memperlakukan diri sendiri tidak sebaik cara orang lain memperlakukan dirinya |  |  |  |  |
| 6 | Mempertahankan hubungan dekat dengan orang lain sangat sulit dan membuat saya putus asa |  |  |  |  |
| 7 | Saya mampu menciptakan gaya hidup yang sesuai dengan yang saya inginkan |  |  |  |  |
| 8 | Saya bisa mempercayai teman dan mereka juga mempercayai saya |  |  |  |  |
| 9 | Dalam banyak hal, saya merasa kecewa dengan prestasi hidup saya |  |  |  |  |
| 10 | Saya kesulitan untuk menyampaikan pendapat tentang hal – hal yang bersifat controversial |  |  |  |  |
| 11 | Saya merasa telah banyak berkembang selama ini |  |  |  |  |
| 12 | Saya tidak mampu membuat perubahan besar dalam hidup saya |  |  |  |  |
| 13 | Tanggung jawab yang banyak membuat saya kewalahan |  |  |  |  |
| 14 | Saya dapat bertanggung jawab atas keputusan yang saya ambil |  |  |  |  |
| 15 | Saya membantu teman saya ketika teman saya mengalami kesusahan |  |  |  |  |
| 16 | Saya sulit menyesuaikan diri di lingkungan yang baru |  |  |  |  |
| 17 | Saya merasa kurang optimis untuk mencapai cita – cita saya |  |  |  |  |
| 18 | Sulit bagi saya untuk membangun hubungan yang baik dengan orang lain |  |  |  |  |

SKALA PENELITIAN RELIGIUSITAS

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | Pernyataan | STS | TS | S | SS |
| 1. | Saya mengetahui ajaran agama Saya |  |  |  |  |
| 2. | Saya memahami ajaran agama Saya |  |  |  |  |
| 3. | Saya memikirkan permasalahan/isu mengenai agama |  |  |  |  |
| 4. | Saya tertarik mempelajari lebih dalam topik agama |  |  |  |  |
| 5. | Saya mengikuti informasi permasalahan agama melalui radio, televisi, internet, koran, maupun buku |  |  |  |  |
| 6. | Saya mencari tahu jawaban mengenai permasalahan agama melalui radio, televisi, internet, koran atau buku |  |  |  |  |
| 7. | Saya kurang tertarik membicarakan masalah/isu agama |  |  |  |  |
| 8. | Saya percaya bahwa Tuhan itu ada |  |  |  |  |
| 9. | Saya percaya adanya kekuatan yang Maha Besar |  |  |  |  |
| 10. | Saya percaya bahwa makhluk adalah ciptaan Tuhan |  |  |  |  |
| 11. | Saya percaya adanya kehidupan setelah kematian, seperti hari kebangkitan ataupun reinkarnasi |  |  |  |  |
| 12 | Saya percaya bahwa adanya Utusan Tuhan |  |  |  |  |
| 13 | Saya percaya dengan kitab suci agama Saya |  |  |  |  |
| 14 | Saya yakin dengan kebenaran agama Saya |  |  |  |  |
| 15 | Saya yakin bahwa ajaran agama Saya adalah benar |  |  |  |  |
| 16 | Saya menghadiri acara-acara keagamaan |  |  |  |  |
| 17 | Saya mengikuti komunitas keagamaan |  |  |  |  |
| 18 | Penting bagi Saya untuk mengikuti acara keagamaan di tempat ibadah, seperti masjid, gereja, pura, vihara. |  |  |  |  |
| 19 | Saya berdo’a kepada Tuhan |  |  |  |  |
| 20 | Saya mencoba untuk dekat dengan Tuhan |  |  |  |  |
| 21 | Peting bagi Saya untuk melakukan ibadah yang bersifat individual atau yang dikerjakan sendirian |  |  |  |  |
| 22 | Penting bagi Saya untuk berdo’a kepada Tuhan |  |  |  |  |
| 23 | Saya merasa ada campur tangan Tuhan dalam kehidupan |  |  |  |  |
| 24 | Saya mengalami keadaan dimana Tuhan seperti menunjukkan jalan atau mengungkap sesuatu pada Saya |  |  |  |  |
| 25 | Saya mengalami keadaan yang membuat Saya merasa Tuhan itu nyata |  |  |  |  |
| 26 | Saya mengalami keadaan yang membuat Saya merasa menyatu dengan segalanya |  |  |  |  |
| 27 | Saya mengalami keadaan dimana Saya merasa tersentuh karena kuasa Tuhan |  |  |  |  |

SKALA PENELITIAN KECERDASAN EMOSIONAL

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
| 1. | Saya tahu kapan waktunya untuk membicarakan masalah pribadi saya kepada orang lain |  |  |  |  |
| 2. | Ketika saya menghadapi rintangan, saya mengingat saat saya menghadapi rintangan serupa dan berhasil mengatasinya |  |  |  |  |
| 3. | Saya berharap dapat melakukan yang terbaik dalam setiap hal yang saya upayakan |  |  |  |  |
| 4 | Beberapa kejadian penting dalam hidup saya menuntun saya untuk mengevaluasi kembali hal yang penting dan tidak penting |  |  |  |  |
| 5 | Ketika suasana hati saya berubah, saya melihat kemungkinan baru |  |  |  |  |
| 6 | Saya menyadari emosi-emosi saya ketika saya mengalaminya |  |  |  |  |
| 7 | Saya berharap hal baik akan terjadi |  |  |  |  |
| 8 | Ketika saya mengalami emosi positif, saya tahu cara mempertahankannya |  |  |  |  |
| 9 | Saya mengadakan kegiatan-kegiatan yang disukai orang lain |  |  |  |  |
| 10 | Saya mencari kegiatan yang dapat membuat saya bahagia |  |  |  |  |
| 11 | Saya menyadari pesan non-verbal yang saya sampaikan kepada orang lain |  |  |  |  |
| 12 | Ketika saya dalam suasana hati yang positif, memecahkan masalah adalah hal yang mudah bagi saya |  |  |  |  |
| 13 | Hanya dengan melihat ekspresi wajahnya, saya dapat mengenali emosi-emosi yang dirasakan orang tersebut |  |  |  |  |
| 14 | Saya mengetahui mengapa emosi-emosi saya berubah |  |  |  |  |
| 15 | Ketika saya dalam suasana hati yang positif, saya dapat menghasilkan ide-ide baru |  |  |  |  |
| 16 | Saya mampu mengontrol emosi-emosi saya |  |  |  |  |
| 17 | Saya mudah mengenali emosi-emosi saya ketika saya mengalaminya |  |  |  |  |
| 18 | Saya memotivasi diri saya dengan membayangkan hasil yang baik dari apa yang saya kerjakan |  |  |  |  |
| 19 | Saya memuji orang lain ketika mereka melakukan hal yang baik |  |  |  |  |
| 20 | Saya menyadari pesan non-verbal yang disampaikan oleh orang lain |  |  |  |  |
| 21 | Ketika orang lain menceritakan kejadian penting dalam hidupnya, saya merasa seakan-akan saya sendiri mengalaminya |  |  |  |  |
| 22 | Ketika emosi saya berubah, saya tetap dapat menghasilkan ide-ide baru |  |  |  |  |
| 23 | Ketika saya menghadapi tantangan, saya menyerah karena saya percaya saya akan gagal |  |  |  |  |
| 24 | Saya mengetahui apa yang dirasakan oleh orang lain hanya dengan melihatnya |  |  |  |  |
| 25 | Saya memanfaatkan suasana hati yang baik untuk membantu diri saya menghadapi rintangan |  |  |  |  |
| 26 | Saya dapat mengenali bagaimana perasaan orang lain dengan mendengar nada suara mereka |  |  |  |  |