**Skala Kemampuan Adaptasi Komunikasi *(Communicative Adaptability Scale)***

*Communicative Adaptability Scale (CAS)* merupakan ukuran multidimensi terdiri dari enam dimensi utama antara lain mengukur sejauh mana seseorang merasa tenang dalam situasi sosial *(social composure),* menilai partisipasi seseorang dalam kehidupan sosial *(social experience),* mengukur kemampuan seseorang dalam mempertahankan citranya terhadap orang lain *(social confirmation),* menilai kepekaan terhadap tingkat keintiman pertukaran sosial *(appropriate disclosure),* menilai penggunaan humor untuk meredakan ketegangan sosial *(wit),* mengukur kesesuaian seseorang dalam penggunaan kata-kata *(articulation).*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Alternatif Jawaban** | | | |
| **STS** | **TS** | **S** | **SS** |
| 1. | Saya merasa gugup dalam lingkungan kampus. |  |  |  |  |
| 2. | Di dalam lingkungan kampus, saya merasa tegang dan terdesak. |  |  |  |  |
| 3. | Ketika saya berbicara, postur tubuh saya terlihat canggung dan tegang. |  |  |  |  |
| 4. | Suara saya terdengar gugup ketika berbicara dengan orang lain. |  |  |  |  |
| 5. | Saya merasa rileks ketika berbicara dengan orang lain. |  |  |  |  |
| 6. | Saya berusaha membuat orang lain merasa baik. |  |  |  |  |
| 7. | Saya berusaha membuat orang lain merasa penting dan dihargai. |  |  |  |  |
| 8. | Saya mencoba untuk akrab ketika berbicara dengan orang lain. |  |  |  |  |
| 9. | Ketika saya berbicara, saya berpikir bagaimana perasaan orang lain. |  |  |  |  |
| 10. | Secara verbal maupun non-verbal, saya mendukung orang lain. |  |  |  |  |
| 11. | Saya aktif dalam berbagai kelompok sosial yang berbeda. |  |  |  |  |
| 12. | Saya nyaman bersosialisasi dengan kelompok sosial yang berbeda. |  |  |  |  |
| 13. | Saya nyaman bertemu dengan orang baru. |  |  |  |  |
| 14. | Saya mudah bergaul di lingkungan kampus. |  |  |  |  |
| 15. | Saya tidak berbaur dengan baik dalam lingkungan kampus. |  |  |  |  |
| 16. | Saya menyadari keterbukaan diri saya kepada orang ain. |  |  |  |  |
| 17. | Saya menyadari keterbukaan orang lain terhadap saya. |  |  |  |  |
| 18. | Saya tahu sebetapa tepat keterbukaan diri saya. |  |  |  |  |
| 19. | Saya terbuka ada level keterbukaan yang sama dengan orang lain. |  |  |  |  |
| 20. | Ketika saya memberi informasi, saya tahu apa yang saya ucapkan. |  |  |  |  |
| 21. | Saya sering membuat lelucon dalam situasi tegang. |  |  |  |  |
| 22. | Ketika saya gelisah, saya sering membuat lelucon. |  |  |  |  |
| 23. | Ketika saya merasa malu, saya sering membuat lelucon tentang hal itu. |  |  |  |  |
| 24. | Ketika seseorang memberikan komentar negatif tentang diri saya, saya meresponnya dengan terbuka. |  |  |  |  |
| 25. | Orang-orang berpikiran daya memiliki humor yang tinggi. |  |  |  |  |
| 26. | Ketika berbicara, saya bermasalah dengan kata-kata yang diucapkan. |  |  |  |  |
| 27. | Saya kadang-kadang tidak memiliki kata-kata dengan baik. |  |  |  |  |
| 28. | Saya kadang-kadang mengunakan satu kata ketika saya mengartikan kata lain. |  |  |  |  |
| 29. | Saya tidak dapat menggunakan kata-kata dengan benar dan tepat. |  |  |  |  |
| 30 | Saya kesulitan dalam melafalkan kata-kata yang diucapkan. |  |  |  |  |

**Skala konsep diri**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dimensi** | **Indikator** | **Item** | | **Jumlah** |
| Favorable | Unfavorable |
| Dimensi Fisik | Mengetahui dan memahami kondisi fisik, keterampilan disik, penampilan, seksualitas, Kesehatan dan gerak motoric | 1 | 7 | 2 |
| Dimensi Moral Etik | Persepsi individu mengenai nilai etis dan moral, kehidupan beragama, hubungan dengan Tuhan, serta baik buruknya terhadap sesuatu | 2, 8 | 13 | 3 |
| Dimensi Personal | Perasaan individu terhadap nilai-nilai pribadi yang berhubungan dengan keadaan fisik | 3, 9 | 14, 18 | 4 |
| Dimensi Keluarga | Persepsi individu dengan keluarga dan teman-teman dekatnya | 4, 10, 15 | 19 | 4 |
| Dimensi Sosial | Penelaian terhadap interaksi sosial yang dilakukan individu dengan orang lain | 5, 16 | 11 | 3 |
| Dimensi Akademik | Persepsi individu berkaitan dengan situasi akademis | 6, 12 | 17, 20 | 4 |
| Total | | 12 | 8 | 20 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Alternatif Jawaban** | | | |
| **STS** | **TS** | **S** | **SS** |
| 1. | Saya orang yang menarik |  |  |  |  |
| 2. | Saya orang yang jujur |  |  |  |  |
| 3. | Saya orang yang baik seperti sebagaimana seharusnya |  |  |  |  |
| 4. | Saya bagian dari keluarga yang bahagia |  |  |  |  |
| 5. | Saya dapat bergaul baik dengan orang lain |  |  |  |  |
| 6. | Saya mampu mengerjakan soal pelajaran sekolah dengan baik |  |  |  |  |
| 7. | Saya tidak merasa penampilan diri saya seperti yang seharusnya |  |  |  |  |
| 8. | Saya puas dengan perilaku moral saya |  |  |  |  |
| 9. | Saya puas menjadi diri saya apa adanya |  |  |  |  |
| 10. | Saya puas dengan hubungan keluarga saya |  |  |  |  |
| 11. | Saya tidak mudah merasa nyaman dnegan orang lain |  |  |  |  |
| 12. | Mempelajari sesuatu yang baru adalah hal yang mudah bagi saya |  |  |  |  |
| 13. | Saya berharap bisa lebih dapat dipercaya oleh orang lain |  |  |  |  |
| 14. | Saya membenci diri saya sendiri |  |  |  |  |
| 15. | Saya memhami keluarga saya sebagaimana seharusnya |  |  |  |  |
| 16. | Saya orang yang ramah |  |  |  |  |
| 17. | Saya tidak sepintar orang-orang di sekitar saya |  |  |  |  |
| 18. | Saya bukanlah orang seperti yang saya inginkan |  |  |  |  |
| 19. | Saya tidak berperilaku seperti yang keluarga saya harapkan |  |  |  |  |
| 20. | Mengerjakan soal pelajaran sekolah sulit untuk saya |  |  |  |  |