

IDENTITAS DIRI

Nama :
Usia :
Status Perkawinan : Menikah / Janda

PETUNJUK PENGISIAN

Kepada Saudari/Ibu/Nenek, mohon untuk memberikan jawaban pada setiap pernyataan dibawah ini sesuai dengan kondisi yang sebenarnya atau yang paling mendekati kondisi anda saat ini. Berilah tanda (✓) pada kolom yang tersedia. **Petunjuk pengisian :**

STS = Sangat Tidak Setuju **TS** = Tidak Setuju

S = Setuju **SS** = Sangat Setuju

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya jarang berbicara dengan orang lain (sr)				
2	Saya tidak membutuhkan bantuan orang lain (nfi)				
3	Saya berfikir bahwa orang lain tidak suka kepada saya (cp)				
4	Saya berfikir bahwa tidak ada orang yang peduli dengan saya (cp)				
5	Saya mengetahui orang lain menyukai saya (cp)				
6	Saya jarang mendapatkan bantuan dari orang lain (sr)				
7	Orang lain kerap menyapa saya (sr)				
8	Saya mengetahui saya dapat diterima oleh orang disekitar saya (cp)				
9	Saya suka jika orang-orang berada disekeliling saya (nfi)				

PETUNJUK PENGISIAN

Kepada Saudari/Ibu/Nenek, mohon untuk memberikan jawaban pada setiap pernyataan dibawah ini sesuai dengan kondisi yang sebenarnya atau yang paling mendekati kondisi anda saat ini. Berilah tanda (✓) pada kolom yang tersedia. **Petunjuk pengisian :**

STS = Sangat Tidak Setuju **TS** = Tidak Setuju **ATS** = Agak Tidak Setuju

N = Netral **AS** = Agak Setuju **S** = Setuju

SS = Sangat Setuju

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	N	AS	S	SS
1	Saat saya ingin merasakan emosi positif(perasaan senang atau terhibur), saya mengubah apa yang sedang saya pikirkan.							
2	Saya menyimpan secara pribadi, perasaan/emosi yang saya alami.							
3	Pada saat saya ingin merasakan sedikit emosi negatif, saya mengubah apa yang sedang saya pikirkan.							
4	Saat saya merasakan emosi positif, saya tidak mengekspresikannya secara spontan.							
5	Pada saat saya menghadapi situasi yang sangat menekan, saya mengkondisikan diri saya untuk berpikir mengenai sesuatu yang dapat membuat saya tenang.							
6	Saya mengendalikan emosi saya dengan tidak mengekspresikannya.							
7	Saat saya ingin merasakan lebih banyak emosi positif, saya mengubah cara berpikir saya mengenai situasi							
8	Saat saya merasakan suatu emosi, saya pasti tidak akan mengekspresikannya.							
9	Saat saya ingin merasakan sedikit emosi negatif, saya mengubah cara saya berpikir mengenai situasi							

PETUNJUK PENGISIAN

Kepada Saudari/Ibu/Nenek, mohon untuk memberikan jawaban pada setiap pernyataan dibawah ini sesuai dengan kondisi yang sebenarnya atau yang paling mendekati kondisi anda saat ini. Berilah tanda (✓) pada kolom yang tersedia. **Petunjuk pengisian :**

STS = Sangat Tidak Setuju **TS** = Tidak Setuju **ATS** = Agak Tidak Setuju
N = Netral **AS** = Agak Setuju **S** = Setuju
SS = Sangat Setuju

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	N	AS	S	SS
1	Dalam banyak hal, hidup saya telah mendekati ideal saya							
2	Kondisi hidup saya sangat baik							
3	Saya puas dengan hidup saya							
4	Sampai saat ini, saya telah mendapatkan hal – hal penting yang saya inginkan dalam hidup ini							
5	Jika saya dapat mengulangi hidup ini, hampir tidak ada yang ingin saya ubah dalam hidup saya.							

Petunjuk Pengisian :

TP = Tidak Pernah **J** = Jarang **K** = Kadang - kadang
S = Sering **SS** = Sangat Sering

No	Perasaan	TP	J	K	S	SS
1	Positif					
2	Negatif					
3	Baik					
4	Senang					
5	Tidak Senang					
6	Bahagia					
7	Sedih					
8	Takut					
9	Gembira					
10	Marah					
11	Puas					