**KUESIONER RESILIENSI**

Petunjuk Pengisian :

*Silahkan baca pernyataan berikut. Anda memiliki pilihan, mulai dari "1" (Sangat Tidak Setuju) sampai "7" (Sangat Setuju). Pilihlah yang paling menunjukkan perasaan Anda tentang pernyataan itu.*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| **Sangat Tidak Setuju** | **Tidak Setuju** | **Cukup Tidak Setuju** | **Netral** | **Cukup Setuju** | **Setuju** | **Sangat Setuju** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Alternatif Jawaban** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| 1 | Ketika saya membuat rencana, saya terus berketetapan hati melaksanakan rencana tersebut |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Saya biasanya mengelola pekerjaan dengan cara tertentu |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Saya lebih mengandalkan diri sendiri dibandingkan mengandalkan orang lain |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Menjaga ketertarikan terhadap sesuatu adalah hal yang penting bagi saya |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | Jika perlu menyelesaikan segala sesuatu secara mandiri, saya dapat melakukannya |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Saya merasa bangga bahwa saya telah mencapai banyak hal dalam hidup. |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | Saya biasanya melaksanakan sesuatu secara tenang |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | Saya menerima apa yang ada pada diri saya |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 | Saya merasa bisa menangani banyak hal sekaligus |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | Saya orang yang memiliki tekad |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | Saya jarang berpikir mengenai makna suatu hal |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Saya bekerja secara penuh dalam satu waktu |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Saya bisa melewati masa-masa sulit karena sudah punya pengalaman sebelumnya |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Saya memiliki disiplin diri |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Saya merawat minat saya terhadap sesuatu hal |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 | Biasanya saya bisa menemukan sesuatu untuk ditertawakan |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 | Saya bisa melalui masa-masa sulit dengan keyakinan yang saya miliki |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **Alternatif Jawaban** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |
| 18 | Dalam keadaan darurat, saya adalah orang yang bisa diandalkan |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 | Biasanya saya bisa melihat situasi dengan berbagai cara |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 | Terkadang saya bisa membuat diri saya melakukan sesuatu yang saya inginkan ataupun tidak diinginkan |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 | Hidup saya memiliki arti  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 | Saya tidak mempersoalkan hal-hal yang diluar kemampuan saya |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Ketika berada dalam situasi sulit, saya mampu menemukan jalan keluarnya |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 | Saya memiliki cukup energi untuk melakukan apa yang harus saya lakukan |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | Saya menerima jika ada orang yang tidak menyukai saya |  |  |  |  |  |  |  |