

Lampiran 4

BAGIAN B

KUESIONER KECERDASAN EMOSIONAL

1. Jawablah setiap pernyataan dibawah ini dengan jawaban anda sendiri
2. Jawablah setiap pertanyaan yang ada dengan jawaban yang sejujur-jujurnya, sesuai yang anda alami atau lakukan
3. Berilah tanda cek (√) pada kolom yang telah disediakan sesuai dengan pilihan anda.

STS : **Sangat Tidak Setuju**, berarti pernyataan pada nomor tersebut tidak sesuai dengan keyakinan, persepsi, perasaan-perasaan, atau kecenderungan anda.

TS : **Tidak Setuju**, berarti pernyataan pada nomor tersebut kurang sesuai dengan keyakinan, persepsi, perasaan-perasaan, atau kecenderungan anda bertindak.

S : **Setuju**, pernyataan pada nomor tersebut sesuai dengan keyakinan, persepsi, perasaan-perasaan, atau kecenderungan anda bertindak.

SS : **Sangat Setuju**, pernyataan pada nomor tersebut sangat sesuai dengan keyakinan, persepsi, perasaan-perasaan, atau kecenderungan anda bertindak.

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		STS	TS	S	SS
1	Ketika saya menghadapi masalah/kesulitan, saya tahu apa yang harus saya lakukan.				
2	Saya menganggap kritikan, saran, dan nasihat dari orang lain sebagai masukan yang berharga				
3	Saya termasuk orang yang tidak mudah menyerah				
4	Saya dapat menerima pikiran orang lain meskipun berbeda dengan pemikiran saya				
5	Ketika saya merasa bersalah pada teman, saya segera meminta maaf				

		STS	TS	S	SS
6	Saya tidak tahu dengan benar perasaan saya (senang, sedih, malu, marah)				
7	Saya tidak sabar bila menghadapi orang lain yang telah membuat saya kesal.				
8	Hambatan/kesulitan yang timbul membuat saya tidak bersemangat lagi				
9	Saya sering tidak dapat mengenali emosi orang lain dengan memperhatikan mata mereka.				
10	Saya tidak dapat memberikan motivasi dan dukungan kepada teman saya saat mengalami kesulitan.				
11	Saya tidak akan mengulang kesalahan yang sama				
12	Ketika saya khawatir, saya akan berdoa				
13	Saya merasa bangga dengan hasil pekerjaan saya				
14	Saya mengetahui emosi orang lain dari gerakan tubuhnya.				
16	Saya tidak bisa mengatakan kapan saya menjadi marah ketika menghadapi sesuatu yang membuat saya kesal				
17	Saya sering merasa cepat bosan dan jenuh dalam melakukan sesuatu.				
18	Saya sering merasa tidak mampu melakukan hal yang baru				
19	Saya tidak dapat mengerti mengapa orang-orang sering menangis ketika dalam kesedihan				
20	Saya canggung bila berbicara dengan orang asing atau orang yang belum begitu dekat dengan saya.				
21	Saya merasa malu bila ketahuan mencontek disekolahan				
23	Saya ingin segera menyelesaikan tugas-tugas yang ada tanpa menunda-nunda				
24	Ketika teman saya bercerita, saya berusaha untuk mendengarkannya				
25	Ketika saya bertemu dengan orang yang saya kenal, saya akan menyapanya terlebih dahulu.				

kuesioner berdasarkan konsel Daniel Goleman

Lampiran 5

BAGIAN B

KUISIONER STRATEGI KOPING

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya selalu berpikir positif untuk menghadapi setiap masalah yang saya hadapi				
2	Saya mencoba melupakan dan menjauhkan angan-angan buruk tentang permasalahan yang saya hadapi.				
3	Saya membutuhkan dukungan, bantuan, dan pengertian dari teman dan keluarga terhadap masalah yang saya hadapi				
4	Saya mensyukuri permasalahan yang saya hadapi				
5	Saya menerima pendapat dan saran dari orang lain tentang permasalahan yang saya hadapi				
6	Saya mudah emosi ketika saya sedang menghadapi masalah, misalnya masalah belajar, masalah dengan teman, dengan keluarga.				
7	Saya siap secara mental menghadapi permasalahan saya karena saya mendapat dukungan dari teman dan keluarga				
8	Setiap ada permasalahan dengan teman, keluarga, saya berusaha menyendiri.				
9	Saya senantiasa memikirkan langkah-langkah yang akan saya lakukan untuk menghadapi setiap permasalahan				
10	Saya menganggap masalah yang saya hadapi akan baik-baik saja, sehingga saya tidak perlu memikirkannya.				
11	Saat ada masalah, saya bercerita pada teman dan keluarga yang memiliki pengalaman sama				
12	Ketika saya sedang menghadapi masalah, saya tidak peduli dengan kegiatan yang dapat membahayakan kondisi saya				
13	Saya berusaha mendapatkan saran dari teman dan keluarga mengenai masalah yang saya hadapi, termasuk bertanya apa yang harus saya lakukan.				
14	Ketika ada masalah, saya tidak percaya pada kenyataan yang terjadi.				
15	Saat ada masalah, saya mencari solusi dengan bercerita pada teman dan keluarga				

		SS	S	TS	STS
16	Saya mengakui bahwa saya tidak mampu menyelesaikan masalah yang saya hadapi, dan tidak mencoba untuk berusaha lagi				
17	Saya meminta bantuan teman dan keluarga untuk melakukan sesuatu pada masalah yang saya hadapi				
18	Saya merasa bahwa kondisi yang sekarang saya alami adalah hukuman dari Tuhan bagi saya				
19	Saya berbagi perasaan pada teman, dan keluarga mengenai masalah yang saya hadapi				
20	Ketika ada masalah, saya berdo'a dan beribadah lebih sering dari biasanya.				

Kuesioner berdasarkan konsep Lazarus & Folkman dengan modifikasi

