

A. Skala Keterbukaan Diri

1. Definisi Konsepsional

Keterbukaan diri ialah komunikasi dimana individu mengungkapkan informasi atau perasaan terdalam kepada orang lain yang bersifat pribadi dalam membentuk suatu hubungan secara sukarela dan disengaja.

2. Definisi Operasional

Aspek	Indikator	Item	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
<i>Amount</i> (kuantitas)	frekuensi mengenai dengan siapa individu mengungkapkan diri	1. Saya menceritakan kegiatan apa saja yang telah dilakukan kepada pengasuh saya	2. Saya membayangkan semua kegiatan yang telah saya lakukan
		3. Saya menceritakan kegiatan apa saja yang telah dilakukan kepada teman saya	4. Saya menuliskan semua kegiatan saya melalui buku diary
	waktu yang diperlukan untuk melakukan keterbukaan diri.	5. Saya bercerita kepada pengasuh setiap hari	6. Saya menyibukkan diri dengan kegiatan-kegiatan
		7. Saya bertukar cerita dengan sesama teman di panti asuhan lebih dari 3 jam sehari	8. Saya tidur disela-sela waktu luang
<i>Valence</i> (valensi)	mengungkapkan hal-hal yang menyenangkan mengenai diri	9. Ketika saya mendapat hadiah, saya menceritakannya kepada teman-teman saya	10. Saya enggan menceritakan kelebihan-kelebihan yang saya miliki
		11. Saya menceritakan tujuan hidup saya kepada orang lain	12. Saya berkhayal tentang masa depan
	mengungkapkan hal-hal yang tidak menyenangkan mengenai	13. Saya menceritakan keluhan saya kepada pengasuh di Panti Asuhan	14. Ketika ada pengasuh, saya menghindari menjauh

	diri		
		15. Saya menceritakan kekesalan yang saya rasakan kepada teman	16. Saya memendam kekesalan yang saya alami
	Memuji diri	17. Saya meminta masukan dan kepada pengasuh untuk mengikuti lomba	18. Saya hanya diam ketika ingin mengikuti lomba
		19. Saya memberikan motivasi kepada teman	20. Saya menceritakan pengalaman buruk yang saya alami
	Menjelekkan diri	21. Ketika saya sedih, saya menceritakannya kepada pengasuh	22. Saya membantah nasehat dari pengasuh
		23. Ketika saya putus asa, saya menceritakannya kepada teman	24. Saya berdebat dengan teman di panti asuhan
<i>Accuracy/Honesty</i>	Ketepatan diri	25. Saya menegur teman saya ketika dia melakukan kesalahan	26. Saya menjelek-jelekkan teman saya
		27. Saya meminta motivasi kepada pengasuh	28. Saya berkata kasar kepada teman
	Kejujuran diri	29. Ketika saya tidak tahu, saya mengatakan tidak tahu	30. Saya berbohong kepada teman
		31. Saya menjadikan teman sebagai media intropeksi diri	32. Saya menyangkal masukan dari teman
<i>Intention</i>	Tujuan membuka diri	33. Saya menerima pujian dari pengasuh	34. Pengasuh acuh tak acuh kepada saya
		35. Saya menerima kritik dan saran dari teman	36. Teman saya mengejek saya
<i>Intimacy (keintiman)</i>	Seberapa dalam informasi yang diberikan	37. Saya hanya menceritakan rahasia pribadi kepada teman yang sudah lama saya kenal	38. Saya tidak menceritakan rahasia pribadi saya kepada teman, walaupun kami sudah lama saling mengenal
		39. Saya menceritakan masalah pribadi pada pengasuh yang sudah lama saya kenal dan saya percayai	40. Saya tidak nyaman curhat kepada pengasuh, meskipun kami sudah lama saling mengenal

B. Skala Dukungan Sosial

1. Definisi Konseptual

Dukungan sosial adalah tindakan yang bersifat membantu orang lain dengan melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrument, dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya sehingga individu merasa dicintai, diperhatikan, dan hormati.

2. Definisi Operasional

Aspek	Indikator	Item	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Dukungan emosional	ungkapan empati,	1. Pengasuh saya juga merasa sedih jika saya memiliki masalah	2. Teman-teman mengacuhkan saya jika saya memiliki masalah
	kepedulian	3. Teman-teman membantu saya jika saya memiliki kesulitan	4. Pengasuh di panti asuhan mengabaikan saya jika saya memiliki masalah
		5. Teman-teman menemani saya ketika sedang sakit	6. Teman-teman saya menertawakan saya ketika saya menerima hukuman
	perhatian terhadap orang yang bersangkutan	7. pengasuh memperhatikan perkembangan kesehatan saya	8. Pengasuh saya acuh tak acuh terhadap perkembangan saya
		9. Ketika saya sedih teman saya menghibur	10. Saya menyendiri ketika sedih
Dukungan penghargaan	ungkapan hormat (penghargaan) yang positif	11. Teman-teman memberikan komentar positif mengenai kegiatan yang saya lakukan	12. Ejekan dari teman-teman membuat saya sedih
		13. Teman-teman mendengarkan curahan hati saya	14. Saya diremehkan oleh teman-teman saya
	dorongan untuk maju	15. Teman-teman saya selalu memberi	16. Pengasuh memarahi saya ketika saya

		semangat untuk terus berusaha	membuat kesalahan
		17. Pengasuh memberikan solusi ketika saya mendapat masalah	18. Teman-teman saya justru ikut mengeluh ketika saya mengalami kesulitan
	perbandingan positif diri dengan orang lain	19. Teman-teman saya mengakui kelebihan yang saya memiliki	20. Ketika saya menyampaikan pendapat tidak pernah dihargai teman-teman saya
		21. Teman-teman meminta masukan dan saran kepada saya	22. Teman-teman menolak pendapat saya tanpa mempertimbangkannya dahulu
Dukungan instrumental	Bantuan langsung	23. Teman-teman membagi makanan kepada saya	24. Teman-teman saya menyembunyikan makanannya masing-masing
		25. Ketika saya mengalami luka fisik, pengasuh segera memberikan p3k	26. Ketika saya mengalami luka fisik pengasuh memarahi saya
		27. Pengasuh meminjami saya uang	28. Saya hanya diam ketika tidak memiliki uang
Dukungan informativ	Memberi nasehat	29. Ketika saya ada masalah teman saya selalu memberi solusi untuk menyelesaikannya	30. Ketika saya memiliki masalah teman-teman saya tidak berusaha untuk membantu saya mencari jalan keluar
		31. Pengasuh memberikan cerita motivasi ketika saya merasa tidak berharga	32. Saya menyemangati diri sendiri
	Memberi saran	33. Teman-teman saya membantu saya memahami mata pelajaran yang susah untuk saya pahami hingga saya paham	34. Ketika saya bertanya kepada teman mengenai tugas sekolah, tidak mendapatkan tanggapan yang baik
		35. Ketika saya sedang marah dengan seseorang, teman-teman menenangkan saya	36. Teman-teman saya menghasut saya ketika sedang marah
	Memberi umpan balik	37. Setiap saya bertanya, pengasuh memberikan jawaban yang jelas	38. Pengasuh mengabaikan saya jika saya bertanya
		39. Saya bertukar pikiran dengan teman-teman seasrama saya	40. Teman-teman saya menanggapi saya dengan bercanda ketika saya mengajak bertukar pikiran

Skala kepercayaan Diri

1. Definisi Konsepsional

Kepercayaan diri ialah suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau target tertentu sehingga seseorang tidak terpengaruh oleh orang lain.

2. Definisi Operasional

Aspek	Indikator	Item	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Keyakinan akan kemampuan diri	sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa dia mengerti sungguh akan apa yang dilakukannya	1. Saya merasa mampu bersosialisasi dengan baik	2. Saya merasa kesulitan untuk membuka percakapan
		3. Keyakinan kuat membuat saya dapat memecahkan masalah yang saya alami	4. Saya kurang bersemangat menjalankan aktivitas di Panti Asuhan
		5. Saya optimis dengan masa depan saya	6. Saya merasa minder jika ditanya pengasuh tentang cita-cita saya
		7. Saya merasa mampu jika saya ditunjuk sebagai ketua asrama	8. Saya khawatir teman-teman saya tidak mau mendengarkan saya
Optimis	sikap positif seseorang yang selalu berpendangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan, dan kemampuan	9. Saya berusaha mengembangkan bakat yang saya miliki, dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler	10. Saya merasa bingung bila memutuskan sesuatu sendiri
		11. Saya memilih tinggal diasrama atas kemauan saya sendiri	12. Jika saya mempunyai masalah, teman saya lebih mampu memutuskan jalan keluar yang

			terbaik untuk saya
		13. Saya menetapkan jam belajar setiap hari di asrama	14. Saya menyalahkan orang lain jika keputusan yang saya ambil ternyata salah
		15. Saya merasa semua kritik dan saran yang disampaikan kepada saya adalah hal yang dapat meningkatkan kualitas saya	16. Saya merasa kritik dan saran tidak akan membantu saya
Obyektif	orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri	17. Saya senang membantu teman yang membutuhkan bantuan	18. Saya kurang bisa bersikap ramah kepada teman
		19. Saya berani mengambil keputusan sesuai aturan yang berlaku	20. Bila saya marah, saya melampiaskan kemarahan pada orang lain
		21. Saya mengikuti ekstrakurikuler di sekolah agar memiliki banyak pengalaman	22. Saya masih belum bisa membayangkan masa depan saya kelak
		23. Saya memiliki banyak teman	24. Saya merasa grogi bila bertemu orang baru
Bertanggung Jawab	Kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya	25. Rasa ingin tahu yang besar, membuat saya berani bertanya jika ada hal yang tidak saya pahami	26. Saya lebih memilih diam daripada banyak bicara ketika berdiskusi
		27. Saya dapat mengutarakan apa yang ada di dalam pikiran saya tanpa ada paksaan	28. Saya mengalami kesulitan ketika berbicara dengan orang yang belum saya kenal sepenuhnya
		29. Saya merasa senang bertukar pendapat dengan teman	30. Saya merasa gugup jika ditanya tentang pendapat saya pada suatu hal

		31. Saya meminta maaf ketika saya melakukan kesalahan	32. Saya adalah orang yang pendendam
Rasionalis/realistis	Analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai kenyataan	33. Saya mencoba mencari hal-hal baru meskipun tidak disuruh	34. Saya langsung bertanya kepada orang lain ketika mendapatkan kesulitan
		35. Saya merasa mampu mengerjakan semua tugas yang diberikan kepada saya	36. Saya merasa malas ketika mengerjakan tugas-tugas yang diberikan
		37. Saat dalam kelompok belajar saya selalu aktif berpendapat	38. Saya selalu menjadi orang yang pasif saat ada tugas kelompok karena jarang memberikan pendapat
		39. Saya suka mendengarkan saran orang lain sebelum mengambil keputusan sendiri	40. Saya malu ketika berbicara di depan banyak orang