

**WARWICK-EDINBURGH MENTAL WELL BEING SCALE
TRANSLASI INDONESIA**

Berikut ini terdapat 14 pernyataan tentang apa yang anda pikirkan dan rasakan. Berikan tanda silang (X) pada kolom skala 1 – 5 yang dapat mendiskripsikan pengalaman anda setidaknya dalam kurun waktu **dua minggu** terakhir.

Pernyataan	Tidak Pernah 1	Jarang 2	Kadang- kadang 3	Sering 4	Selalu 5
Saya merasa optimis tentang masa depan saya.	1	2	3	4	5
Saya merasa berguna.	1	2	3	4	5
Saya merasa tenang.	1	2	3	4	5
Saya merasa tertarik berinteraksi dengan orang lain.	1	2	3	4	5
Saya memiliki banyak energi untuk disalurkan	1	2	3	4	5
Saya dapat menyelesaikan permasalahan dengan baik.	1	2	3	4	5
Saya dapat berpikir dengan jernih.	1	2	3	4	5
Saya merasa baik-baik saja terhadap diri saya pribadi.	1	2	3	4	5
Saya merasa memiliki kedekatan dengan orang lain.	1	2	3	4	5
Saya merasa percaya diri.	1	2	3	4	5
Saya yakin dengan apa yang menjadi pendirian saya.	1	2	3	4	5
Saya merasa dicintai.	1	2	3	4	5
Saya tertarik dengan hal-hal baru.	1	2	3	4	5
Saya merasa ceria	1	2	3	4	5

“Warwick Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS)
© NHS Health Scotland, University of Warwick and University of Edinburgh, 2006,
all rights reserved.”