

# TENTANG DIRIKU

Nama lengkapku :

Nama panggilanku :

Hobiku:



Keluargaku terdiri dari:



Umurku:

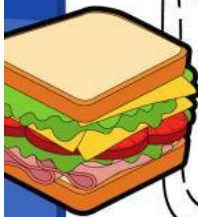


warna kesukaanku:



Makanan kesukaanku:

Minuman kesukaanku:



cita-citaku:



+ pelajaran yang aku sukai:

pelajaran yang tidak aku sukai:



Cara belajar yang disukai:

- a. Gambar dan menonton video
- b. Mendengar dan menulis
- c. Kegiatan dan bergerak

 perasaan yang sering kamu alami!



marah



senang



sedih



bingung



bosan



sakit

Yang menemani  
belajar di rumah:



Nama:

Kelas:

## ASESMEN DIRI NON-KOGNITIF

Berilah tanda pada jawaban yang sesuai dengan pengalaman dan pemikiranmu secara jujur



| Pertanyaan                                                          | Ya | Tidak |
|---------------------------------------------------------------------|----|-------|
| Apakah kamu senang pergi ke sekolah setiap hari?                    |    |       |
| Apakah kamu melakukan kegiatan favoritmu di sekolah?                |    |       |
| Apakah kamu merasa senang saat berada di dalam kelas?               |    |       |
| Apakah kamu merasa nyaman dengan teman-teman sekelasmu?             |    |       |
| Apakah kamu ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolah?         |    |       |
| Apakah kamu mudah memahami pelajaran di sekolah?                    |    |       |
| Apakah kamu merasa mendapat dukungan & perhatian dari guru-gurumu?  |    |       |
| Apakah ada hal yang membuatmu cemas ketika di sekolah?              |    |       |
| Apakah kamu merasa memiliki hubungan baik dengan keluargamu?        |    |       |
| Apakah kamu merasa bahagia ketika berada di rumah bersama keluarga? |    |       |

Nama:

# Perasaanku

Bagaimana perasaanmu saat ini?



☐ Marah



☐ Tenang



☐ Takut



☐ Senang



☐ Sedih



☐ Bangga

Mengapa kamu merasakan emosi tersebut?

Seberapa besar emosi tersebut kamu rasakan?

Apa yang dapat dilakukan untuk meredakan emosi negatif?



☐ Mengatur napas



☐ Minum air



☐ Menggambar atau Mewarnai



☐ Berhitung 1-10



☐ Berjalan kaki



☐ Memeluk boneka



Nama : \_\_\_\_\_

Tanggal : \_\_\_\_\_

✕ ✕ ✕

# Gaya Belajarku

Warnailah yang sering kamu lakukan

1

| Ketika aku bercerita, aku memilih untuk..... |                                    |               |
|----------------------------------------------|------------------------------------|---------------|
| Menulisnya                                   | Menceritakannya dengan suara keras | Memerankannya |
| ★                                            | ★                                  | ★             |

2

| Yang aku lakukan ketika marah adalah.... |                         |                                                  |
|------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------|
| Cemberut dan memperlihatkan muka marah   | Berteriak atau mengamuk | Menghentakkan kaki dengan keras/membanting benda |
| ★                                        | ★                       | ★                                                |

3

| Yang lebih aku sukai adalah..... |                     |                      |
|----------------------------------|---------------------|----------------------|
| Gambar atau lukisan              | Musik atau menyanyi | Menari atau Olahraga |
| ★                                | ★                   | ★                    |

4

| Saya sangat mudah mengingat sesuatu apapun itu, dengan cara... |                                           |                                 |
|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------|
| Menulis catatan                                                | Mengucap dan mengulang-ulang poin penting | Mempraktikkan atau melakukannya |
| ★                                                              | ★                                         | ★                               |

5

**Jika saya tersesat, apa yang harus saya dilakukan ....**

Membuka peta



Bertanya pada orang lain



Kembali ketempat semula



6

**Pada waktu belajar, yang biasa kalian lakukan ...**

Membaca buku



Meminta teman memberikan pertanyaan



Membuat catatan atau rangkuman



7

**Ketika mendengarkan musik yang saya lakukan adalah....**

Berimajinasi atau berkhayal



Ikut bernyanyi sesuai dengan musik yang didengar



Menari sesuai irama musik



8

**Kelas yang lebih saya sukai adalah....**

Kelas menggambar



Kelas musik



Kelas Olahraga



9

**Ketika saya senang yang saya lakukan adalah....**

Tersenyum



Berteriak dengan senang



Melompat dengan senang



10

**Jika saya tidak yakin bagaimana mengeja kata, saya....**

Menuliskannya untuk menentukan itu terlihat benar



Mengeja dengan keras untuk menentukan apakah itu kedengarannya benar



Menuliskannya untuk menentukan itu terasa benar



11

**Ketika saya menulis, saya....**

Peduli terhadap kerapian huruf yang ditulis



Mengeja huruf yang ingin ditulis sambil menulis



Mendorong/menekan kuat pensil saat menulis



12

**Saya lebih suka guru yang....**

Menggunakan LCD saat pembelajaran



Bercerita dengan berbagai ekspresi



Melakukan aktivitas langsung atau praktek



13

**Ketika mencoba mengingat nama, saya ingat....**

Wajah tapi lupa nama



Nama tapi lupa wajah



Situasi ketika bertemu orang tersebut selain wajah dan nama



**Jumlah Skor**

**Kategori**

**Visual**



**Auditorial**



**Kinestetik**

