

TENTANG DIRIKU

Nama lengkapku :

Nama panggilanku :

Hobiku:



Keluargaku terdiri dari:



Umurku:

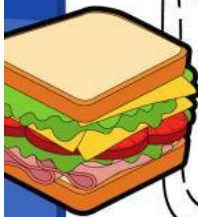


warna kesukaanku:



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

