**LEMBAR KERJA**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| mengenali | pikiran | perilaku | mengelola | emosi | bertindak |
| berbicara | perasaan | kemampuan | bertindak | | |

**A. SOAL ISIAN**

Pengendalian diri adalah ……. seseorang untuk mengatur ……., …… dan …… diri sendiri. Cara untuk melatih pengendalian diri adalah dengan …….dan …….. emosi dengan baik, …… sebelum ……. dan ……..

**B. SOAL MENJODOHKAN**

**Pasangkan pernyataan di sebelah kiri dengan jawaban yang tepat di sebelah kanan!**

| **Pernyataan** | **Jawaban** |
|---|---|
| 1. Mampu menahan diri dari godaan untuk bermain game saat harus belajar. | a. Mengendalikan emosi |
| 2. Tidak marah-marah saat teman tidak sengaja menyenggol buku kita. | b. Mengendalikan perilaku |
| 3. Tetap tenang dan fokus saat menghadapi tugas yang sulit. | c. Mengendalikan pikiran |
| 4. Berani mengakui kesalahan dan meminta maaf. | d. Bertanggung jawab atas tindakan |
| 5. Mampu menunda kesenangan sesaat demi mencapai tujuan jangka panjang. | e. Memiliki tujuan yang jelas |

LIVEWORKSHEETS