

Nama :

Usia :

Tanggal :

RAS-DS (Recovery Assessment Scale – Domains and Stages)

Instruksi:

- Di bawah ini adalah pernyataan-pernyataan yang menggambarkan perasaan yang terkadang dirasakan seseorang mengenai diri dan hidupnya.
- Bacalah dengan teliti setiap pernyataan dan lingkari angka yang paling menggambarkan diri anda pada saat ini.
- Hanya lingkari satu angka untuk tiap pernyataan dan jangan ada yang terlewat.

MELAKUKAN HAL-HAL YANG BERMAKNA					
		Tidak SETUJU	Sedikit SETUJU	Hampir SETUJU	SETUJU
1	Memperoleh kesenangan adalah hal yang penting	1	2	3	4
2	Mempunyai kebiasaan sehat adalah hal yang penting	1	2	3	4
3	Saya melakukan hal-hal yang berarti bagi saya	1	2	3	4
4	Saya senantiasa mempunyai ketertarikan pada hal-hal baru	1	2	3	4
5	Saya melakukan hal-hal yang berarti dan bermanfaat bagi orang lain	1	2	3	4
6	Saya melakukan hal-hal yang membuat saya merasa sangat bahagia	1	2	3	4
HARAPAN SAYA					
		Tidak SETUJU	Sedikit SETUJU	Hampir SETUJU	SETUJU
7	Bila saya kurang sehat kembali, saya dapat mengatasinya	1	2	3	4
8	Saya dapat membantu diri saya menjadi lebih baik	1	2	3	4
9	Saya mempunyai keinginan untuk sukses	1	2	3	4
10	Saya mempunyai tujuan dalam hidup yang ingin saya capai	1	2	3	4
11	Saya percaya bahwa saya dapat mencapai tujuan pribadi saya saat ini	1	2	3	4
12	Saya dapat mengatasi apa yang terjadi dalam hidup saya	1	2	3	4
13	Saya menyukai diri saya	1	2	3	4
14	Saya mempunyai tujuan dalam hidup	1	2	3	4
15	Bila orang mengenal saya dengan baik, mereka akan menyukai saya	1	2	3	4
16	Bila saya terus berusaha, saya akan terus menerus semakin baik	1	2	3	4
17	Saya memiliki gambaran menjadi seperti siapa	1	2	3	4
18	Sesuatu yang baik pada akhirnya akan terjadi	1	2	3	4
19	Saya adalah orang yang paling bertanggung jawab terhadap kemajuan diri saya	1	2	3	4
20	Saya mempunyai harapan untuk masa depan saya	1	2	3	4
21	Saya tahu kapan harus meminta bantuan	1	2	3	4
22	Saya meminta bantuan ketika saya membutuhkannya	1	2	3	4
23	Saya tahu apa yang dapat membuat saya lebih baik	1	2	3	4
24	Saya dapat belajar dari kesalahan-kesalahan saya	1	2	3	4

MENGUASAI PENYAKIT SAYA					
		Tidak SETUJU	Sedikit SETUJU	Hampir SETUJU	SETUJU
25	Saya dapat mengenali tanda-tanda awal saat saya merasa kurangsehat	1	2	3	4
26	Saya mempunyai rencana sendiri tentang bagaimana untuk tetap atau menjadisehat	1	2	3	4
27	Ada banyak hal yang dapat saya lakukan, yang bisa membantu saya dalam mengatasi gejala-gejala yang tidak diinginkan	1	2	3	4
28	Saya tahu bahwa ada fasilitas layanan kesehatan jiwa yang dapat membantu saya	1	2	3	4
29	Meskipun gejala-gejala saya dapat memburuk, saya tahu bahwa saya mampu mengatasinya	1	2	3	4
30	Gejala-gejala saya terasa semakin berkurang dalam mengganggu hidup saya	1	2	3	4
31	Setiap kali gejala saya muncul, sepertinya masalah yang ditimbulkan semakin singkat	1	2	3	4
HUBUNGAN DAN KETERLIBATAN					
		Tidak SETUJU	Sedikit SETUJU	Hampir SETUJU	SETUJU
32	Saya mempunyai orang-orang yang dapat saya andalkan	1	2	3	4
33	Walaupun saya tidak percaya terhadap diri saya, orang lain percaya	1	2	3	4
34	Mempunyai bermacam tipe teman adalah hal yang penting	1	2	3	4
35	Saya mempunyai teman-teman yang juga mengalami gangguan jiwa	1	2	3	4
36	Saya mempunyai teman-teman yang tidak mengalami gangguan jiwa	1	2	3	4
37	Saya mempunyai teman-teman yang dapat mengandalkan saya	1	2	3	4
38	Saya merasa cukup puas terhadap situasi keluarga saya	1	2	3	4

Recovery Assessment Scale – Domains and Stages (RAS-DS – Indonesian Version). November 2018: Katrin Nada (katrinnada@hotmail.com), AAAA Kusumawardhani (agungkus771010@gmail.com), Tjhin Wiguna (twiga00@yahoo.com), Sylvia D. Elvira (sylvia.d.elvira@gmail.com). Department of Psychiatry, Faculty of Medicine/ Ciptomangunkusumo Hospital, University of Indonesia.

Recovery Assessment Scale – Domains and Stages (RAS-DS – Research Version 3) © 2015 Nicola Hancock and The University of Sydney. Not to be copied or used for any other purpose without written permission from the author (nicola.hancock@sydney.edu.au)