

## SKALA EFIKASI DAN PERAWATAN DIRI

*Semua jawaban dirahasiakan*

Secara umum, seberapa yakin anda bisa atau mungkin:

---

*Lingkari salah satu jawaban anda di bawah ini*

---

	<b>Tidak yakin</b>		<b>Terkadang yakin</b>		<b>Sangat yakin</b>
1. Menjaga diri anda tetap stabil dan bebas dari gejala?	1	2	3	4	5
2. Mengikuti rencana jika kamu telah diberikan pengobatan?	1	2	3	4	5
3. Bertahan mengikuti rencana pengobatan meskipun sulit?	1	2	3	4	5
4. Memantau kondisi kesehatan anda secara rutin?	1	2	3	4	5
5. Bertahan memantau kondisi kesehatan anda meskipun sulit?	1	2	3	4	5
6. Mengenali perubahan pada kesehatan anda jika itu terjadi?	1	2	3	4	5
7. Mengevaluasi pentingnya gejala	1	2	3	4	5
8. Melakukan sesuatu untuk meringankan gejala anda?	1	2	3	4	5
9. Gigih mencari obat untuk gejala anda walaupun itu sulit?	1	2	3	4	5
10. Mengevaluasi seberapa baik obatnya bekerja?	1	2	3	4	5

TERIMA KASIH TELAH MELENGKAPI SURVEI