



# INVENTORY MAKNA HIDUP



# INVENTORI MAKNA HIDUP



**Oleh:**

**Mufied Fauziah, M.Pd.**

**Aprilia Setyowati, M.Pd.**

**Wahyu Nanda Eka Saputra, M.Pd, Kons.**

**Vinny Aprilinsia**

**Annisa Rahma Lia**

**Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta**

## PETUNJUK UMUM

Inventori ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebermaknaan hidup pada individu. Anda tidak perlu ragu dalam memberikan jawaban karena tidak ada jawaban yang benar dan salah. Jawaban yang Anda berikan berdasarkan kesesuaian dengan apa yang Anda anggap dan rasakan sebagai kenyataan yang sesungguhnya terjadi pada diri Anda. Jawaban yang Anda berikan tidak akan mempengaruhi nilai Anda dan akan selalu terjaga kerahasiaannya. Oleh sebab itu, kerjakan semua pernyataan sesuai dengan keadaan diri Anda yang sebenarnya.

## PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah dengan teliti pernyataan-pernyataan di bawah ini.
2. Jawaban yang tersedia terdiri atas empat pilihan jawaban yaitu:
  - SS**= Apabila pernyataan tersebut **sangat sesuai** dengan keadaan Anda
  - S** = Apabila pernyataan tersebut **sesuai** dengan keadaan Anda
  - KS**= Apabila pernyataan tersebut **kurang sesuai** dengan keadaan Anda
  - TS**= Apabila pernyataan tersebut **tidak sesuai** dengan keadaan Anda

3. Berilah tanda centang (√) jawaban sesuai dengan keadaan diri Anda pada lembar jawaban yang tersedia.

**Contoh cara memberi jawaban:**

Jika Anda menganggap pernyataan dalam inventori sangat sesuai dengan diri Anda maka centanglah pada jawaban SS

Inventori Makna Hidup					
No	Item Pernyataan	SS	S	KS	TS
1	Saya merasa hidup saya bermakna	√			

Jika Anda ingin mengganti jawaban Anda, maka coretlah jawaban sebelumnya dan centanglah jawaban yang Anda anggap paling sesuai dengan keadaan Anda.

4. Kerjakan dengan jujur, cermat, dan teliti. Pastikan tidak ada jawaban yang terlewati.

**SELAMAT MENGERJAKAN**

**IDENTITAS DIRI**

Nama :  
Jenis Kelamin : L / P  
Usia Saat Menikah :  
Tanggal Pernikahan :  
Alamat Rumah :

No	Item Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	KS	TS
1	Saya memiliki tujuan hidup yang jelas				
2	Saya memiliki prinsip yang harus dijalani				
3	Menurut saya, hidup itu perlu terus dijalani dengan sebaik-baiknya				
4	Saya bersemangat dalam menjalani hidup				
5	Saya pandai melakukan sesuatu				

6	Saya belum memiliki gambaran tentang tujuan hidup saya				
7	Saya tidak memiliki prinsip hidup				
8	Saya meyakini bahwa hidup ini hanya untuk bersenang-senang				
9	Tidak ada harapan dalam kehidupan yang saya jalani				
10	Terlalu banyak kekurangan pada diri saya				
11	Menurut saya, dalam menjalani kehidupan perlu memiliki prinsip				
12	Saya merasa hidup saya berharga				
13	Banyak hal yang ingin saya coba lakukan dalam hidup				

14	Semestinya hidup ini berjalan apa adanya tanpa harus memikirkan tujuan				
15	Menurut saya tidak masalah hidup tanpa prinsip				
16	Saya merasa hidup saya biasa-biasa saja				
17	Saya merasa malas melakukan apapun				
18	Saya percaya diri dapat menyelesaikan pekerjaan dengan baik				
19	Saya sudah menentukan hal-hal yang saya inginkan untuk masa yang akan datang				
20	Saya merasa berhak mengambil keputusan dan sikap untuk saya sendiri				

21	Saya merasa sebagai orang yang berharga				
22	Saya berupaya meningkatkan keterampilan yang saya miliki				
23	Saya percaya bahwa saya dapat meraih apa yang saya inginkan				
24	Saya enggan mempersiapkan masa depan saya				
25	Pengambilan keputusan hendaknya didasari atas pendapat orang lain				
26	Saya ragu bahwa diri saya adalah orang berharga				
27	Saya merasa cita-cita saya terlalu tinggi untuk saya raih				
28	Saya mempunyai target dalam hidup saya				



29	Saya memiliki cita-cita dan keinginan yang harus diraih dalam hidup ini				
30	Ada aktivitas yang saya tekuni dengan senang hati				
31	Saya tidak membuat target dalam hidup				
32	Saya merasa jenuh dengan hidup saya				



## PENGANTAR

Inventory makna hidup merupakan sebuah instrumen pengumpulan data yang ditujukan untuk mengetahui tingkat kebermaknaan hidup individu. Makna hidup merupakan bagian yang penting untuk dimiliki manusia sebagai sebuah dorongan untuk mencapai tujuan personal. Makna hidup sendiri dimaknai sebagai sesuatu yang dirasakan penting, berharga dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat menjadi tujuan hidupnya. Dengan mengisi inventori ini dengan apa adanya, anda akan dibantu untuk lebih mengenali dan memahami tentang diri dengan lebih baik, spesifik pada kebermaknaan hidup.

