



## INVENTORI PERSONALITI PELAJAR (IPPCB) Berteraskan CBT

Nama	
Umur	
Tarikh	

### Arahan

Sila tandakan tahap persetujuan bagi setiap kenyataan berikut:

1 = Sangat Tidak Setuju | 2 = Tidak Setuju | 3 = Tidak Pasti | 4 = Setuju | 5 = Sangat Setuju

### A. Pemikiran (Cognitive)

Item	1	2	3	4	5
Saya sering berfikir saya tidak cukup baik.					
Saya mudah menjangka perkara buruk akan berlaku.					
Saya yakin saya boleh menyelesaikan masalah sendiri. (R)					
Saya selalu membandingkan diri dengan orang lain.					
Saya percaya kegagalan bermaksud saya tidak mampu berjaya.					

Saya boleh melihat sesuatu masalah dari sudut positif. (R)					
--	--	--	--	--	--

### B. Emosi (Emotional)

Item	1	2	3	4	5
Saya mudah berasa cemas tanpa sebab yang jelas.					
Saya sering berasa sedih atau kosong.					
Saya boleh mengawal emosi apabila tertekan. (R)					
Saya cepat marah walaupun perkara kecil.					
Saya rasa yakin dan tenang dalam kebanyakan situasi. (R)					

### C. Tingkah Laku (Behavioural)

Item	1	2	3	4	5
Saya suka menanggungkan kerja sekolah.					
Saya mengelak situasi yang membuat saya tidak selesa.					
Saya berusaha menyelesaikan tugas walaupun sukar. (R)					
Saya mudah putus asa apabila					

menghadapi cabaran.					
Saya aktif mencari bantuan apabila menghadapi masalah. (R)					

#### **D. Sosial & Kendiri**

Item	1	2	3	4	5
Saya berasa sukar bergaul dengan orang lain.					
Saya yakin bercakap di hadapan orang ramai. (R)					
Saya risau tentang apa orang lain fikir tentang saya.					
Saya rasa diri saya berharga. (R)					

#### **Kaedah Skor**

Item bertanda (R) perlu diterbalikkan (reverse scoring).

#### **Interpretasi Skor**

80-100: Sangat Positif

60-79: Sederhana

40-59: Berisiko

20-39: Tinggi Risiko

#### **Pentafsiran Inventori Personaliti Pelajar (IPPCB)**

**Skala Jawapan**

- 1 = Sangat Tidak Setuju  
 2 = Tidak Setuju  
 3 = Tidak Pasti  
 4 = Setuju  
 5 = Sangat Setuju

**Reverse Scoring**

Item: 3, 6, 9, 11, 14, 16, 18, 20

Formula: Skor baru = 6 – skor asal

**Cognitive (Item 1–6)**

Skor	Interpretasi
6–12	Positif
13–18	Sederhana
19–24	Negatif
25–30	Sangat Negatif

**Emotional (Item 7–11)**

Skor	Interpretasi
5–10	Stabil
11–15	Sederhana
16–20	Tidak stabil
21–25	Sangat tidak stabil

**Behavioural (Item 12–16)**

Skor	Interpretasi
5–10	Adaptif
11–15	Sederhana
16–20	Avoidant
21–25	Sangat avoidant

**Sosial (Item 17–20)**

Skor	Interpretasi
4–8	Keyakinan tinggi
9–12	Sederhana
13–16	Rendah
17–20	Sangat rendah

**Skor Keseluruhan**

Skor	Interpretasi
20–39	Risiko tinggi
40–59	Berisiko
60–79	Sederhana
80–100	Sangat positif

