

RCADS-25-Y (Malay)
Skala Kebimbangan dan Kemurungan Kanak-kanak (Semakan)

Sila bulatkan perkataan yang menunjukkan kekerapan perkara-perkara berikut berlaku kepada anda. Tiada jawapan yang betul atau salah.

1.	Saya berasa sedih atau kosong.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
2.	Saya risau bila saya memikirkan tentang perkara yang telah saya lakukan dengan tidak sempurna.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
3.	Saya akan berasa takut untuk berseorangan di rumah.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
4.	Tiada apa yang menyeronokkan lagi.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
5.	Saya bimbang sesuatu perkara buruk akan berlaku terhadap salah seorang ahli keluarga saya.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
6.	Saya takut untuk berada di tempat sesak (seperti pasaraya, pawagam, bas, taman permainan yang sesak).	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
7.	Saya berasa bimbang tentang apa yang orang lain fikir tentang diri saya.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
8.	Saya mempunyai masalah tidur.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
9.	Saya berasa takut jika saya terpaksa tidur bersendirian.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
10.	Saya mempunyai masalah dengan selera makan saya.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
11.	Saya rasa pening atau hendak pengsan secara tiba-tiba tanpa sebab.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
12.	Saya perlu melakukan sesuatu perkara secara berulang-ulang (seperti basuh tangan, mengemas atau menyusun barang-barang di tempat tertentu).	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
13.	Saya tidak mempunyai tenaga untuk melakukan sesuatu.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
14.	Saya tiba-tiba menjadi gementar atau menggigil tanpa apa-apa sebab.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
15.	Saya tidak boleh berfikir dengan jelas.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
16.	Saya berasa tidak bernilai.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
17.	Saya terpaksa memikirkan sesuatu perkara yang lain (seperti nombor atau perkataan) untuk menghentikan sesuatu perkara buruk daripada berlaku.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
18.	Saya memikirkan tentang kematian.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
19.	Saya rasa seperti saya tidak mahu bergerak.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu

20.	Saya bimbang jika saya tiba-tiba akan merasa takut sedangkan tiada perkara untuk ditakuti.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
21.	Saya letih sangat.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
22.	Saya takut jika saya akan memperbodohkan diri saya di hadapan orang.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
23.	Saya perlu melakukan perkara dengan betul untuk menghentikan perkara buruk daripada berlaku.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
24.	Saya merasa gelisah.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu
25.	Saya bimbang jika sesuatu yang buruk akan berlaku kepada saya.	Tidak pernah	Kadang-kadang	Kerap	Selalu