

## ALAT UKUR MGH-HS

### *KUESIONER MASSACHUSETTS GENERAL HOSPITAL HAIRPULLING SCALE*

1. Frekuensi keinginan untuk mencabuti rambut. Pada suatu hari yang biasa, seberapa sering Anda merasakan keinginan untuk mencabuti rambut?

- 0. Minggu ini saya tidak merasakan keinginan mencabuti rambut.
- 1. Minggu ini saya sesekali merasakan keinginan mencabuti rambut.
- 2. Minggu ini saya sering merasakan keinginan mencabuti rambut.
- 3. Minggu ini saya sangat sering merasakan keinginan mencabuti rambut.
- 4. Minggu ini keinginan saya untuk mencabuti rambut terjadi hampir setiap saat.

2. Intensitas dorongan untuk mencabuti rambut. Pada suatu hari yang biasa, seberapa intens atau “kuat” dorongan untuk mencabuti rambut?

- 0. Minggu ini saya tidak merasakan ada dorongan untuk mencabuti rambut.
- 1. Minggu ini saya merasakan sedikit ada dorongan untuk mencabuti rambut.
- 2. Minggu ini saya merasakan dorongan yang cukup kuat untuk mencabut rambut.
- 3. Minggu ini saya merasakan dorongan yang kuat untuk mencabuti rambut.
- 4. Minggu ini saya merasakan dorongan yang sangat kuat untuk mencabuti rambut.

3. Kemampuan untuk mengendalikan keinginan. Pada suatu hari yang biasa, seberapa banyak kendali yang Anda miliki terhadap keinginan untuk mencabuti rambut?

- 0. Minggu ini saya selalu bisa mengendalikan keinginan untuk mencabuti rambut, atau saya tidak merasakan keinginan mencabut rambut
- 1. Minggu ini, hampir setiap waktu saya bisa mengalihkan perhatian saya dari keinginan untuk mencabuti rambut
- 2. Minggu ini, pada beberapa waktu saya bisa mengalihkan perhatian saya dari keinginan untuk mencabuti rambut
- 3. Minggu ini saya jarang bisa mendistraksi diri saya keinginan untuk mencabuti rambut
- 4. Minggu ini saya tidak pernah bisa mengalihkan perhatian saya dari keinginan mencabuti rambut

4. Frekuensi mencabut rambut. Dalam suatu hari yang biasa, seberapa sering Anda benar-benar mencabuti rambut Anda?

- 0. Minggu ini saya tidak mencabuti rambut

1. Minggu ini saya beberapa kali mencabuti rambut
  2. Minggu ini saya sering mencabuti rambut
  3. Minggu ini saya sangat sering mencabuti rambut
  4. Minggu ini saya sangat sering mencabut rambut sampai terasa seakan-akan saya selalu melakukannya
5. Usaha untuk menahan keinginan mencabuti rambut. Pada suatu hari yang biasa, seberapa sering Anda berusaha untuk menghentikan diri Anda dari perilaku mencabut rambut?
0. Minggu ini saya tidak merasakan keinginan untuk mencabuti rambut
  1. Minggu ini, hampir setiap waktu saya berusaha untuk menahan keinginan mencabuti rambut
  2. Minggu ini pada beberapa waktu saya berusaha untuk menahan keinginan mencabuti rambut
  3. Minggu ini saya jarang menahan keinginan mencabuti rambut
  4. Minggu ini saya tidak pernah mencoba menahan keinginan mencabuti rambut
6. Kendali atas perilaku mencabuti rambut. Dalam satu hari, seberapa sering Anda benar-benar berhasil menghentikan perilaku mencabuti rambut?
0. Minggu ini saya tidak mencabuti rambut
  1. Minggu ini, saya hampir selalu dapat menghentikan perilaku mencabuti rambut
  2. Minggu ini, pada banyak waktu saya bisa menghentikan perilaku mencabuti rambut
  3. Minggu ini, pada beberapa waktu saya bisa menghentikan perilaku mencabuti rambut
  4. Minggu ini, saya jarang bisa menghentikan perilaku mencabuti rambut
7. Keterkaitan perilaku mencabut dengan kondisi stres. Perilaku mencabuti rambut dapat membuat seseorang merasa moody, selalu tegang, atau sedih. Dalam seminggu terakhir, bagaimana Anda menilai ketidaknyamanan yang dialami akibat dari mencabuti rambut?
0. Minggu ini saya tidak merasakan ketidaknyamanan terhadap perilaku mencabut rambut
  1. Minggu ini saya merasakan ketidaknyamanan yang samar terhadap perilaku mencabut rambut
  2. Minggu ini saya merasakan ketidaknyamanan terhadap perilaku mencabut rambut
  3. Minggu ini saya merasakan ketidaknyamanan yang signifikan terhadap perilaku mencabut rambut

4. Minggu ini saya merasakan ketidaknyamanan yang sangat intens terhadap perilaku mencabut rambut