



**HUBUNGAN ANTARA *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT*
DENGAN *SELF-COMPASSION* PADA DEWASA AWAL YANG
MENGALAMI TRAUMA AKIBAT PERNAH MENDAPATKAN
KEKERASAN DALAM KELUARGA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Program Sarjana (S1)**

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Oleh:
LIDYA AINUSYIFA WAHID

46119010093

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2023

SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Tugas Akhir ini:

Nama : Lidya Ainusyifa Wahid
NIM : 46119010093
Judul : Hubungan antara *Perceived Social Support* dengan *Self-Compassion* pada Dewasa Awal yang Mengalami Trauma akibat Pernah Mendapatkan Kekerasan dalam Keluarga
Fakultas : Psikologi
Tanggal : 06 Juni 2023

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian dan karya saya sendiri dengan bimbingan dosen pembimbing yang ditetapkan melalui Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana pada program sejenis diperguruan tinggi lainnya. Semua data dan informasi serta hasil pengolahannya telah dinyatakan dengan jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

MERCU BUANA

Jakarta, 06 Juni 2023



Lidya Ainusyifa Wahid

HALAMAN PENGESAHAN UNTUK PROGRAM SARJANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Lidya Ainusyifa Wahid
NIM : 46119010093
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan antara *Perceived Social Support* dengan *Self-Compassion* pada Dewasa Awal yang Mengalami Trauma akibat Pernah Mendapatkan Kekerasan dalam Keluarga

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Popi Avati, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0315028801
Ketua Penguji : Nurul Adiningtyas, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0308098203
Penguji : Agustini, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0308087008



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 19 Mei 2023

Mengetahui,

Dekan



(Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D)

Ketua Program Studi



(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)

PSI 07210592



Please Scan QR Code Verify

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologis Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog. selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog. selaku Ketua Prodi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana
4. Ibu Popi Avanti, M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmunya kepada saya.
6. Bapak Abdul Wahid dan Ibu Dewi Aulia Fitriani selaku orang tua saya yang telah mendukung saya serta selalu mendoakan saya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini.
7. Abdul Qadr Wahid selaku kakak saya yang selalu memberikan dukungan untuk saya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini.
8. Seluruh keluarga saya yang selalu memberikan dukungan dan motivasi untuk saya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini.
9. Tri Andini Putri selaku sahabat saya yang selalu memberikan dukungan dan menemani saya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini.

10. dr. Prianto Djatmiko, Sp.Kj. selaku psikiater saya ketika magang yang selalu memberikan ilmu, dukungan dan motivasi untuk saya sehingga saya selalu semangat dalam menyelesaikan Skripsi ini.
11. Lidya Ainusyifa Wahid selaku diri saya sendiri yang telah sabar dan meninggalkan rasa malas untuk mengerjakan Skripsi ini.
12. Kepada rekan Skripsi saya yaitu Ekklesya Julietta S yang telah bekerja sama selama ini dan mendukung saya dalam melakukan penelitian.
13. Kepada para responden yang telah mengisi kuesioner dalam membantu keberhasilannya Skripsi ini.
14. Teman-teman seperjuangan yang telah membantu dan menemani saya selama proses Skripsi ini berlangsung dan selama berkuliah di Universitas Mercu Buana.

Akhir kata, saya berharap Tuhan yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 28 Maret 2023



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lidya Ainusyifa Wahid

NIM : 46119010093

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara *Perceived Social Support* dengan *Self-Compassion* pada Dewasa Awal yang Mengalami Trauma akibat Pernah Mendapatkan Kekerasan dalam Keluarga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhal menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 06 Juni 2023



Lidya Ainusyifa Wahid

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah	9
1.3. Tujuan Penelitian.....	9
1.4. Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2. Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1. Self-Compassion.....	11
2.1.1. Pengertian <i>Self-Compassion</i>	11
2.1.2. Dimensi-Dimensi <i>Self-Compassion</i>	12
2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i>	15
2.2. Perceived Social Support.....	17
2.2.1. Pengertian <i>Perceived Social Support</i>	17
2.2.2. Dimensi-Dimensi <i>Perceived Social Support</i>	18
2.3. Penelitian Terdahulu.....	19
2.4. Kerangka Berpikir	29
2.5. Hipotesis	30

BAB III	METODOLOGI PENELITIAN.....	31
3.1.	Metode Penelitian.....	31
3.2.	Identifikasi Variabel.....	31
3.3.	Definisi Operasional.....	31
3.3.1.	Self-Compassion.....	31
3.3.2.	Perceived Social Support.....	32
3.4.	Populasi dan Sampel.....	32
3.4.1.	Populasi.....	32
3.4.2.	Sampel.....	32
3.5.	Teknik Sampling.....	33
3.6.	Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.6.1.	Pengumpulan Data Primer.....	33
3.7.	Instrumen Penelitian.....	34
3.7.1.	Skala Self-Compassion.....	34
3.7.2.	Skala Perceived Social Support.....	36
3.8.	Teknik Analisis Data.....	39
3.8.1.	Uji Validitas.....	39
3.8.2.	Uji Reliabilitas.....	39
3.8.3.	Uji Normalitas.....	40
3.8.4.	Uji Hipotesis.....	40
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1.	Gambaran Umum Subjek.....	41
4.1.1.	Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	41
4.1.2.	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	42
4.1.3.	Gambaran Responden Berdasarkan Status Perkawinan.....	43
4.1.4.	Gambaran Responden Berdasarkan Bentuk Kekerasan.....	43
4.1.5.	Gambaran Responden Berdasarkan Usia Ketika Mendapat Kekerasan.....	44
4.1.6.	Gambaran Responden Berdasarkan Jangka Waktu Kekerasan.....	45
4.2.	Analisis Data Deskriptif.....	46

4.2.1. <i>Self-Compassion</i>	48
4.2.2. <i>Perceived Social Support</i>	48
4.3. Hasil Uji Kualitas Instrumen	49
4.3.1. Hasil Uji Validitas.....	49
4.3.2. Reliabilitas	50
4.4. Hasil Uji Asumsi Klasik.....	50
4.4.1. Hasil Uji Normalitas	50
4.5. Uji Hipotesis.....	51
4.5.1. Uji Analisis Korelasi (<i>Spearman's Rho</i>).....	51
4.5.2. Korelasi Antar Dimensi	52
4.6. Pembahasan	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
5.1. Kesimpulan.....	62
5.2. Keterbatasan Penelitian	62
5.3. Saran	63
5.3.1. Saran Teoritis	63
5.3.2. Saran Praktis	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	71

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.2 Kerangka berpikir	30
Tabel 3.1 BluePrint <i>Self-Compassion Scale</i>	34
Tabel 3.2 BluePrint <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>	37
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Status Perkawinan.....	43
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Bentuk Kekerasan.....	44
Tabel 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Usia Ketika Mendapat Kekerasan	45
Tabel 4.6 Gambaran Responden Berdasarkan Jangka Waktu Kekerasan.....	46
Tabel 4.7 Analisis Deskriptif Hipotetik	47
Tabel 4.8 Analisis Deskriptif Empirik	47
Tabel 4.9 Kategori <i>Self-Compassion</i>	48
Tabel 4.10 Kategorisasi <i>Perceived Social Support</i>	49
Tabel 4.11 Hasil Uji Reliabilitas	50
Tabel 4.12 Hasil Uji Normalitas (<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>).....	51
Tabel 4.13 Hasil Uji Korelasi.....	51
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi antara Variabel <i>Self-Compassion</i> dengan Dimensi <i>Perceived Social Support</i>	52
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi antara Variabel <i>Perceived Social Support</i> dengan Dimensi <i>Self-Compassion</i>	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	71
Lampiran 2 Uji Validitas.....	81
Lampiran 3 Uji Reliabilitas.....	86
Lampiran 4 Analisis Deskriptif.....	87
Lampiran 5 Uji Normalitas.....	90
Lampiran 6 Uji Korelasi.....	90
Lampiran 7 Uji Korelasi Antar Dimensi.....	91



UNIVERSITAS
MERCU BUANA