

HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DENGAN KEPUASAN HIDUP PADA DEWASA AWAL YANG SUDAH MENIKAH

RINGKASAN

Peni Nur Rizki¹, Putri Pusvitasari²

Tugas perkembangan dan adaptasi peran-peran baru yang berat pada dewasa awal yang telah menikah, akan berdampak pada kepuasan hidup individu tersebut. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan kepuasan hidup pada dewasa awal yang sudah menikah. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan alat pengumpulan data berupa *Self-Compassion Scale* (SCS) dari Neff et al. (2019) yang telah diadaptasi oleh Syaiful dan Roebianto (2020) untuk mengukur variabel *self-compassion*, dan skala kepuasan hidup yang dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) yang disusun oleh Diener dan telah diadaptasi oleh Farida, Warni, dan Arya (2021). *Purposive sampling* digunakan sebagai teknik pengambilan sampel, serta teknik analisis data untuk menguji hipotesis yaitu metode analisis *Spearman's rank*. Subjek penelitian terdiri dari 104 orang dewasa awal yang berada pada masa awal pernikahan (0-5 tahun) dan berdomisili di Provinsi Jawa Tengah dan Yogyakarta. Hasil menunjukkan, variabel *self-compassion* berkorelasi dengan kepuasan hidup ($r = 0,709$, $p = 0,000$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *self-compassion* dengan kepuasan hidup pada dewasa awal yang sudah menikah.

Kata Kunci: *Self-compassion*, Kepuasan Hidup, Dewasa Awal

¹Mahasiswa Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

CORRELATION BETWEEN SELF-COMPASSION'S WITH LIFE SATISFACTION IN EARLY ADULthood AT THE BEGINNING OF MARRIED

ABSTRACT

Peni Nur Rizki¹, Putri Pusvitasari²

The task of developing and adapting to new roles in early adulthood at the beginning of marriage will have an impact on the individual's life satisfaction. Therefore, the purpose of this study is to investigate the correlation between self-compassion with life satisfaction in early adulthood, at the beginning of marriage. The study uses a correlational quantitative method with the data collection tool of the Self-Compassion Scale (SCS) of Neff et al. (2019), which has been adapted by Syaiful and Roebianto (2020) to measure the self-compassion variable, and the life satisfaction scale modified the scale based on Diener's Satisfaction with Life Scale (SWLS), which Farida, Warni, and Arya (2021) adapted. Purposive sampling is used as a sample-taking technique and to test the hypothesis, namely the Spearman's rank analysis method. The subjects were 104 early adult residents of Yogyakarta and Central Java Province who were starting their marriages (0–5 years old). The results showed that, there was a correlation between self-compassion and life satisfaction variable ($r = 0.709$, $p = 0.000$). It can be concluded that there is a very significant positive relationship between self-compassion and life satisfaction in early adulthood, at the beginning of marriage.

Keyword: Self-compassion, life satisfaction, early adulthood

¹Student of Psychology Study Program (S-1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Lecturer of Psychology Study Program (S-1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta