

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DAN *POST TRAUMATIC GROWTH* PADA PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN USIA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

**Annisa Alivia Wibowo
192303005**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2023**

PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DAN *POST TRAUMATIC GROWTH* PADA KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN USIA DEWASA AWAL

Diajukan Oleh:

Annisa Alivia Wibowo

NPM. 192303005

Telah dipertahankan dan disahkan di depan Dewan Penguji dan dinyatakan sah sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal : 20 November 2023

Mengesahkan,

Ketua Penguji,

Hesty Yuliasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota Penguji 1,

Muhammad Erwan Syah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Pembimbing,

Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anggota Penguji 2,

Arini Mifti Jayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Ketua Program Studi Psikologi

Dian Julianti Bantain, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NPP-2019.13.0137

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Annisa Alivia Wibowo

NPM : 192303005

Program Studi : Psikologi (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self-Compassion* dan *Post Traumatic Growth* Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran Usia Dewasa Awal

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ilmiah ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta,



Annisa Alivia Wibowo

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh. Tiada kata yang pantas penulis lafaskan kecuali ucapan puji dan syukur ke hadirat Allah *subhanahu wa ta'ala* atas limpahan Rahmat adan hidayah-Nya sehaingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Self-Compassion* dan *Post Traumatic Growth* Pada Perempuan Kekerasan Dalam Pacaran Usia Dewasa Awal”. Demikian pula salam dan shalawat senantiasa tercurahkan untuk baginda Rasulullah *Shallallahu 'alaihi Wa Sallam*, keluarga, dan para sahabat beliau.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian agar dapat menyelesaikan Pendidikan Sarjana Psikologi. Pada kesempatan ini perkenankanlah saya menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya pula kepada yang terhormat:

1. Ibu Prof. Dr. rer.nat.apt. Triana Hertini, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Bapak Edhy Tri Cahyono, S.Si., M.M selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ibu Dian Juliarti Bantam, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku ketua Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Ibu Arini Mifti Jayanti S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Seluruh Dosen, Staf Akademik, dan Staf Perpustakaan Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang banyak membantu selama proses perkuliahan dan penyusunan proposal skripsi.
6. Kedua orang tua tercinta yakni Andin Sulistyو Wibowo dan Umi Muniroh serta adik-adik yang selalu tulus memberikan motivasi, rasa cinta, kasih sayang dan doa untuk meraih kesuksesan.
7. Kepada Yoga Arya Duta pemilik NIM 2110301056 yang telah kebersamai penulis pada hari-hari yang tidak mudah selama proses pengerjaan skripsi.
8. Kepada teman seperjuangan saya dari Program Studi Psikologi angkatan 2019 yang selalu mendukung dan memotivasi penulis selama penyusunan skripsi ini. Terimakasih telah menemani dan menguatkan dari awal perjalanan sampai akhir.
9. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu Namanya yang turut membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis merupakan manusia biasa yang tidak luput dari kekhilafan dalam penyusunan skripsi. Saya meminta maaf atas segala salah dan khilaf selama berproses karena sesungguhnya kebenaran yang sempurna hanya milik Allah semata.

Yogyakarta, 16 Mei 2023

Annisa Alivia Wibowo

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Tujuan Penelitian.....	8
1.3 Manfaat Penelitian.....	8
1.4 Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
2.1 Landasan Teori	14
2.1.1 Variabel Bebas	14
2.1.2 Variabel Tergantung.....	24
2.2 Dinamika Psikologi	35
2.3 Hipotesis Penelitian	41
BAB III METODE PENELITIAN	42
3.1 Identifikasi Variabel Penelitian	42
3.2 Definisi Operasional.....	42
3.3 Subjek Penelitian.....	43
3.4 Metode Pengumpulan Data	43
3.5 Metode Analisis Data	45
3.6 Kredibilitas	46
3.7 Rancangan Penelitian	48
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	53
4.1 Orientasi Kacah dan Persiapan.....	53
4.1.1 Orientasi Kacah.....	53
4.1.2 Persiapan penelitian	54
4.2 Laporan Pelaksanaan Penelitian	59
4.3 Hasil Penelitian.....	60

4.3.1	Deskripsi Responden Penelitian.....	60
4.3.2	Deskripsi Data Penelitian.....	61
4.3.3	Uji Asumsi	64
4.3.4	Uji Hipotesis	65
4.4	Pembahasan	67
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		75
5.1	Kesimpulan.....	75
5.2	Saran	75
5.2.1	Bagi Responden	75
5.2.2	Bagi Peneliti Selanjutnya	76
DAFTAR PUSTAKA		77
LAMPIRAN.....		83

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blue Print Skala Post Traumatic Growth</i>	44
Tabel 3. 2 <i>Blue Print Skala self-Compassion</i>	45
Tabel 4. 1 <i>Blue Print Skala Self-Compassion (Setelah Uji Coba)</i>	58
Tabel 4. 2 <i>Blue Print Skala Post Traumatic Growth (Setelah Uji Coba)</i>	59
Tabel 4. 3 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	60
Tabel 4. 4 Deskripsi Data Penelitian	61
Tabel 4. 5 Rumus Norma Kategorisasi.....	62
Tabel 4. 6 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel	62
Tabel 4. 7 Persentil Kategorisasi Tiap Variabel.....	63
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogroff-Smirnov</i>	64
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas	65
Tabel 4. 10 Hasil Uji <i>Spearman Rank</i>	66
Tabel 4. 11 Hasil Uji Determinasi	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	40
--	----

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Petunjuk Penegrajaan	85
Lampiran 2. Pernyataan Kesediaan dan Identitas	88
Lampiran 3. Skala <i>Self-Compassion</i>	90
Lampiran 4. Skala <i>Post Traumatic Growth</i>	95
Lampiran 5. Hasil Validitas Isi Aiken's V	99
Lampiran 6. Tabulasi Data Hasil <i>Try Out</i>	104
Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas.....	110
Lampiran 8. Tabulasi Pengambilan Data Penelitian	115
Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas	134
Lampiran 10. Hasil Uji Linearitas	136
Lampiran 11. Hasil Uji Hipotesis	138
Lampiran 12. Jadwal Penelitian	140
Lampiran 13. Kartu Bimbingan	142
Lampiran 14. Cek Plagiarisme	144