

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN
RESILIENSI MAHASISWA TAHUN PERTAMA
UNIVERSITAS BINA DARMA PALEMBANG YANG
PERANTAU**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Guna Mencapai Derajat

Sarjana S1 Psikologi



Di Ajukan Oleh :

Elisa Indriyani

151810009

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BINA DARMA
PALEMBANG**

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN RESILIENSI
MAHASISWA TAHUN PERTAMA UNIVERSITAS BINA DARMA
PALEMBANG YANG PERANTAU**

SKRIPSI

Sebagai persyaratan guna mencapai derajat

Sarjana (S1) Psikologi

diajukan oleh

Elisa Indriyani

151810009

telah disetujui oleh dosen pembimbing

Pada tanggal Agustus 2019

Pembimbing Utama

Mulia Marita Lasutri T, S.Psi, M.Psi., Psikolog

NIP . 0222058404



HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN RESILIENSI
MAHASISWA TAHUN PERTAMA UNIVERSITAS BINA DARMA
PALEMBANG YANG PERANTAU**

Yang disusun dan disiapkan oleh
Elisa Indriyani
15.181.0009

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji Skripsi
Pada tanggal September 2019

Susunan Dewan Penguji

Mulia Marita L T, M.psi., Psikolog
NIP. 02.220.58404

Ketua

Mutia Mawardah, S.Psi., M.A
NIP. 13.020.9373


Anggota

Desy Arisandy, S.Psi., M.Si., Psikolog
NIP. 03.030.2207

Anggota

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
guna memperoleh gelar sarjana
Palembang September 2019

Fakultas Psikologi
Universitas Bina Darma Palembang
Dekan,


Fakultas Desy Arisandy, S.Psi., M.Si., Psikolog
NIP. 03.030.2207

SURAT PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertandatangan dibawah ini, saya :

Nama : Elisa Indriyani

Nim : 151810009

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir/skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana di Universitas Bina Darma.
2. Tugas akhir/skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri dengan arahan tim pembimbing.
3. Di dalam tugas akhir/skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dikutip dengan mencantumkan nama pengarang dan memasukkan ke dalam daftar rujukan.
4. Karena yakin dengan keaslian tugas akhir/skripsi, saya bersedia tugas akhir/skripsi saya, yang saya hasilkan diunggah ke internet.
5. Surat pernyataan ini saya tulis dengan sungguh-sungguh dan apabila terbukti melakukan penyimpangan atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palembang, September 2019

Yang membuat pernyataan,



Elisa Indriyani

NIM : 151810009

HALAMAN PERSEMBAHAN



Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Segala puji dan syukur tak henti-hentinya kita panjatkan kehadiran Allah Subbhanahu Wa Ta'ala atas rahmat, anugrah, hidayah serta pertolongan-Nya sehingga karya yang sederhana ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan diiringi ucapan terima kasih dan penulis persembahkan karya ini kepada :

Ayah tercinta Rojal Muniri dan Ibu yang tercinta Maryana yang selalu mendukungku dengan sepenuh hati, pengorbanan, mendoakan, memberi semangat, nasihat dan pengertiannya demi keberhasilan peneliti.

Kaka-kaka ku tersayang Yusman Hadi dan Nofri Yandi serta Beni Harzani yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan kepadaku sampai saat ini.

Dosen-dosen yang sudah dengan sabar mengajar dan membimbing peneliti selama lebih kurang empat tahun di Universitas Bina Darma Palembang.

Sahabat seperjuangan peneliti Yan Kartika Sari yang selalu mendukung ku.

Almamaterku, Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

HALAMAN MOTTO

Kau Tak Dapat Meraih Sesuatu Dalam Hidup Tanpa Pengorbanan

Sekecil Apapun

(Shakira)

“YAKIN, IHLAS, ISTIQOMAH”

(TGH. Muhammad Zainuddin Madjid)

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan

(Surat Al-Insyirah Ayat 5)

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	18
C. Manfaat Penelitian	19

D. Keaslian Penelitian	20
------------------------------	----

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi	24
1. Pengertian Resiliensi	24
2. Aspek-aspek Resiliensi	25
3. Ciri-ciri Resiliensi	29
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi	30
B. <i>Self Compassion</i>	34
1. Definisi <i>Self Compassion</i>	34
2. Aspek-aspek <i>Self Compassion</i>	34
3. Ciri-ciri <i>Self Compassion</i>	36
4. Faktor-faktor <i>Self Compassion</i>	36
C. Dinamika Psikologis	41
D. Hipotesis Penelitian	47

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian	48
B. Definisi Oprasional Variabel-variabel Penelitian	48
C. Subjek Penelitian	49
D. Metode Pengumpulan Data	51
E. Metode Analisis Data	55
1. Uji Validitas dan Reliabilitas	55
a. Validitas	55
b. Reabilitas	56

2. Uji Asumsi/Uji Prasyarat	57
a. Uji Normalitas	57
b. Linieritas	58
c. Hipotesis	58
F. Jadwal Penelitian	59

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kanca dan Persiapan	61
1. Orientasi Kanca	61
a. Sejarah Universitas Bina Darma Palembang	61
b. Visi dan Misi Universitas Bina Darma Palembang	67
2. Persiapan Penelitian	67
a. Persiapan Administrasi Penelitian	67
b. Persiapan Alat Ukur Penelitian	68
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian	69
1. Uji Coba Alat Ukur Penelitian	69
2. Pelaksanaan Penelitian	69
C. Hasil Penelitian	70
1. Hasil Uji Coba Alat Ukur	70
a. Analisis Uji Coba Alat Ukur	70
1. Validitas Skala Uji Coba	70
2. Reabilitas Skala Uji Coba	74
2. Uji Asumsi	78
a. Uji Normalitas	78

b. Uji Linieritas	79
c. Uji Hipotesis	79
D. Pembahasan	80

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	85
B. Saran	85
1. Bagi Mahasiswa Universitas Bina Darma	85
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	85

DAFTAR PUSTAKA	xviii
----------------------	-------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa Per-Fakultas Tahun Angkatan 2018	50
Tabel 2. Skor Penilaian Item	51
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi Sebelum di Uji Coba	53
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> Sebelum di Uji Coba	54
Tabel 5. Rincian dan Tahapan Kegiatan	60
Tabel 6. Distribusi Aitem Hasil Try Out Skala Resiliensi	71
Tabel 7. Distribusi Aitem Resiliensi Untuk Penelitian	72
Tabel 8. Distribusi Aitem Hasil Try Out Skala <i>Self Compassion</i>	73
Tabel 9. Distribusi Aitem <i>Self Compassion</i> Untuk Penelitian	74
Tabel 10. Deskripsi Data Penelitian	75
Tabel 11. Kategorisasi Sampel Penelitian Alat Ukur Resiliensi	77
Tabel 12. Kategorisasi Sampel Penelitian Alat Ukur <i>Self Compassion</i>	77
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas	78
Tabel 14. Hasil Uji Linieritas Antara Resiliensi dengan <i>Self Compassion</i>	79
Tabel 15. Hasil Uji Regresi Sederhana	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Outline Berpikir	43
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner Self Compassion dan Resiliensi
Lampiran 2. Skala Uji Coba
Lampiran 3. Tabulasi Data Uji Coba
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas
Lampiran 5. Skala Penelitian Self Compassion dan Resiliensi
Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian.....
Lampiran 7. Hasil Uji Normalitas
Lampiran 8. Hasil Uji Linieritas
Lampiran 9. Hasil Uji Regresi Sederhana
Lampiran 10. Hasil Uji Frekuensi
Lampiran 11. Tabulasi Data Uji Perbedaan
Lampiran 12. Hasil Uji Perbedaan
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian
Lampiran 14. SK Pembimbing
Lampiran 15. Lembar Konsultasi

Lampiran 16. Hasil Turnitin
Lampiran 17. Data Mahasiswa Angkatan 2018
Lampiran 18. Foto Penyebaran Skala Penelitian
Lampiran 19. Tabel Isaac dan Michael