

ABSTRAK

Nurhasanah. 180541100086. Program Studi Psikologi. Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap *Forgiveness* Pada Mahasiswa Korban *Body Shaming* di Universitas Trunojoyo Madura. Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura. 2023. XVII + 79 Halaman + Lampiran.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-compassion* terhadap *forgiveness* pada mahasiswa korban *body shaming* di Universitas Trunojoyo Madura. Subjek dari penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura dengan karakteristik tertentu yang sudah ditetapkan, yakni berusia 18-25 tahun, laki-laki atau perempuan, mahasiswa/i aktif Universitas Trunojoyo Madura, dan pernah mengalami atau menjadi korban *body shaming* (Khususnya yang terjadi di Universitas Trunojoyo Madura).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner atau angket. Responden dipilih dengan menggunakan metode *nonprobability* dengan jenis *purposive sampling*. Analisis data menggunakan teknik *simple linier regression* atau regresi linier sederhana dengan bantuan program *IBM SPSS Statistics 24 for windows*. Teknik pemeriksaan keabsahan data menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas. Instrumen dalam penelitian ini adalah variabel *self-compassion* dan variabel *forgiveness* dengan menggunakan skala *likert*.

Hasil penelitian menunjukkan nilai $F_{79,052}$ dengan signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Artinya hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap *forgiveness* pada mahasiswa korban *body shaming* di Universitas Trunojoyo Madura. Berdasarkan nilai R_{Square} sebesar 0,190, yang dimana artinya *self-compassion* mempengaruhi *forgiveness* sebesar 19% dan 81% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain. Nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,436 dapat diidentifikasi bahwa terdapat korelasi dengan kategori sedang atau cukup antara skala *self-compassion* dan *forgiveness*. Nilai positif berarti semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki oleh mahasiswa korban *body shaming* maka semakin tinggi pula *forgiveness*nya.

Kata Kunci : *Self-Compassion, Forgiveness, Body Shaming, Mahasiswa UTM*

ABSTRACT

Nurhasanah. 180541100086. Psychology Study Program. The Influence of Self-Compassion on Forgiveness in Students Victims of Body Shaming at Trunojoyo Madura University. Thesis. Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo Madura University. 2023. XVII + 79 Pages + Attachment.

The purpose of this study was to determine the Influence of Self-Compassion on Forgiveness in Students Victims of Body Shaming at Trunojoyo Madura University. The subjects of this study were Trunojoyo Madura University students with certain predetermined characteristics, namely aged 18-25 years, male or female, active students at Trunojoyo Madura University, and have experienced or been victims of body shaming (especially what happened at Trunojoyo Madura University).

This study uses a quantitative approach. Methods of data collection using a questionnaire. Respondents were selected using the nonprobability method with purposive sampling. Data analysis used simple linear regression techniques with the help of the IBM SPSS Statistics 24 for windows program. Techniques to check the validity of the data using validity and reliability tests. The instruments in this study are self-compassion and forgiveness variables using a Likert scale.

The results showed an F value of 79.052 with a significance of 0.000 less than 0.05 ($0.000 < 0.05$). This means that the hypothesis H_o is rejected and H_a is accepted, namely that there is an influence of self-compassion on forgiveness in students who are victims of body shaming at Trunojoyo Madura University. Based on the R Square value of 0.190, which means that self-compassion affects forgiveness by 19% and the other 81% is influenced by other factors. The correlation coefficient (r) value of 0.436 can be identified that there is a moderate or sufficient correlation between the self-compassion and forgiveness scales. A positive value means that the higher the self-compassion possessed by students who are victims of body shaming, the higher their forgiveness.

Keywords : Self-Compassion, Forgiveness, Body Shaming, UTM Students

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS.....	v
HALAMAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
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.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	12
2.1 <i>Forgiveness</i>	12
2.1.1 Pengertian <i>Forgiveness</i>	12
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Forgiveness</i>	13
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Forgiveness</i>	17
2.1.4 Tahapan-Tahapan <i>Forgiveness</i>	18
2.2 <i>Self-Compassion</i>	20
2.2.1 Pengertian <i>Self-Compassion</i>	20
2.2.2 Komponen-Komponen <i>Self-Compassion</i>	21
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i>	22
2.3 <i>Body Shaming</i>	23
2.3.1 Pengertian <i>Body Shaming</i>	23
2.3.2 Bentuk-Bentuk <i>Body Shaming</i>	24
2.3.3 Aspek-Aspek <i>Body Shaming</i>	25
2.3.4 Ciri-Ciri <i>Body Shaming</i>	25
2.3.5 Dampak-Dampak <i>Body Shaming</i>	26
2.4 Pengaruh <i>Self-Compassion</i> Terhadap <i>Forgiveness</i> Pada Mahasiswa Korban <i>Body Shaming</i> di Universitas Trunojoyo Madura	27
2.5 Kerangka Konseptual.....	28
2.6 Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	31

3.1 Pendekatan Penelitian	31
3.2 Variabel Penelitian.....	32
3.2.1 Variabel Independen.....	32
3.2.2 Variabel Dependen.....	32
3.2.3 <i>Self-Compassion</i>	32
3.2.4 <i>Forgiveness</i>	33
3.3 Populasi, Sampel dan Teknik <i>Sampling</i>	33
3.3.1 Populasi	33
3.3.2 Sampel dan Teknik <i>Sampling</i>	34
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	35
3.4.1 Kuesioner (Angket)	35
3.4.2 Instrumen Penelitian.....	35
3.4.3 Skala <i>Self-Compassion</i>	36
3.4.4 Skala <i>Forgiveness</i>	37
3.5 Teknik Analisa Data	38
3.5.1 Uji Validitas	38
3.5.2 Uji Reliabilitas	39
3.5.3 Uji Asumsi.....	40
3.5.4 Uji Hipotesis.....	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1 Gambaran Umum Penelitian	43
4.1.1 Lokasi Penelitian	43
4.1.2 Subjek Penelitian.....	43
4.1.3 Pelaksanaan Penelitian	47
4.2 Hasil Uji Alat Ukur	49
4.2.1 Hasil Uji Asumsi.....	49
4.2.2 Hasil Uji Deskriptif	54
4.2.3 Hasil Uji Hipotesis Regresi Linier Sederhana	61
4.3 Pembahasan.....	62
4.4 Keterbatasan Penelitian	72
BAB V PENUTUP	73
5.1 Kesimpulan	73
5.2 Saran	73
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Dimensi <i>Forgiveness</i>	14
Tabel 3.1 Data BAAK	33
Tabel 3.2 Skala <i>Likert</i>	36
Tabel 3.3 Kisi-Kisi <i>Blue Print</i> Skala <i>Self-Compassion</i>	36
Tabel 3.4 Kisi-Kisi <i>Blue Print</i> Skala <i>Forgiveness</i>	38
Tabel 3.5 Klasifikasi Skor Reliabilitas	40
Tabel 4.1 Hasil <i>Survey</i>	41
Tabel 4.2 Usia Subjek Penelitian	44
Tabel 4.3 Masa Usia Subjek Penelitian	44
Tabel 4.4 Jenis Kelamin Subjek Penelitian.....	45
Tabel 4.5 Fakultas Subjek Penelitian	45
Tabel 4.6 Jenis <i>Body Shaming</i> Subjek Penelitian.....	46
Tabel 4.7 Dampak <i>Body Shaming</i> Subjek Penelitian.....	46
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas.....	50
Tabel 4.9 Hasil Uji <i>Monte Carlo</i>	51
Tabel 4.10 Hasil Uji Heterokedastisitas - <i>Glejser</i>	53
Tabel 4.11 Hasil Uji Linieritas	54
Tabel 4.12 Hasil Uji Analisis Deskriptif.....	54
Tabel 4.13 Rumus Norma Kategorisasi	55
Tabel 4.14 Kategorisasi Skor Skala <i>Self-Compassion</i>	55
Tabel 4.15 Hasil Uji Deskriptif Aspek <i>Self-Compassion</i>	56
Tabel 4.16 Kategorisasi Aspek <i>Self-Compassion</i>	56
Tabel 4.17 Hasil Uji Deskriptif <i>Self-Compassion</i> Berdasarkan Usia.....	57
Tabel 4.18 Kategorisasi <i>Self-Compassion</i> Berdasarkan Usia.....	57
Tabel 4.19 Hasil <i>Self-Compassion</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	57
Tabel 4.20 Kategorisasi <i>Self-Compassion</i> Berdasarkan Jenis Kelamin....	58
Tabel 4.21 Kategorisasi Skor Skala <i>Forgiveness</i>	58
Tabel 4.22 Hasil Uji Deskriptif Aspek <i>Forgiveness</i>	58
Tabel 4.23 Kategorisasi Aspek <i>Forgiveness</i>	59
Tabel 4.24 Hasil Uji Deskriptif <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Usia.....	59
Tabel 4.25 Kategorisasi <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Usia	59
Tabel 4.26 Hasil <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	60
Tabel 4.27 Kategorisasi <i>Forgiveness</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	60
Tabel 4.28 Interpretasi Koefisien Korelasi	61
Tabel 4.29 Korelasi	61
Tabel 4.30 <i>Model Summary</i>	62
Tabel 4.31 <i>Coefficient</i>	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	29
Gambar 3.1 Paradigma Penelitian	31
Gambar 4.1 Diagram Hasil Uji Normalitas Skala <i>Self-Compassion</i>	50
Gambar 4.2 Diagram Hasil Uji Normalitas Skala <i>Forgiveness</i>	51
Gambar 4.3 Diagram Hasil Uji Heterokedastisitas - <i>Scatterplot</i>	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Hasil <i>Survey</i>	80
Lampiran 2	: Perijinan Pengambilan Data.....	81
Lampiran 3	: Perijinan Penggunaan Teori.....	82
Lampiran 4	: <i>The Self-Compassion Scale</i>	83
Lampiran 5	: <i>The Forgiveness Scale</i>	86
Lampiran 6	: Penyusunan Skala.....	88
Lampiran 7	: Bukti <i>Screenshot</i> Hasil Pengambilan Data.....	94
Lampiran 8	: Tabulasi Data Uji Coba.....	96
Lampiran 9	: Uji Validitas.....	99
Lampiran 10	: Uji Reliabilitas.....	105
Lampiran 11	: Kuesioner <i>Google Form</i>	107
Lampiran 12	: Kuesioner Siap Saji.....	108
Lampiran 13	: Penyebaran Kuesioner.....	113
Lampiran 14	: Tabulasi Data Responden.....	115
Lampiran 15	: Uji Normalitas.....	128
Lampiran 16	: Uji Heterokedastisitas.....	130
Lampiran 17	: Uji Linieritas.....	131
Lampiran 18	: Uji Deskriptif.....	132
Lampiran 19	: Uji Hipotesis Regresi Linier Sederhana.....	136
Lampiran 20	: Lembar Revisi Proposal Skripsi.....	137
Lampiran 21	: Formulir Kesiediaan Pembimbing Skripsi.....	138
Lampiran 22	: Lembar Pembimbingan Skripsi.....	139
Lampiran 23	: Lembar Revisi Ujian Skripsi.....	142
Lampiran 24	: Dokumentasi Pengambilan Data.....	145
Lampiran 25	: Persentase Turnitin.....	146