

ABSTRAK

Farida Nur Yunita. 190541100106. Program Studi Psikologi. Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap *Posttraumatic Growth* pada Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual.

Perempuan sering kali mengalami subordinasi, marginalisasi, dominasi hingga kekerasan. Kekerasan terhadap perempuan yang paling menonjol adalah kekerasan seksual. Kekerasan seksual merupakan peristiwa traumatis yang dapat berdampak pada kondisi psikologis individu. Untuk menyelesaikan trauma yang dialami, individu perlu melakukan perubahan ke arah yang lebih positif atau disebut sebagai *posttraumatic growth*. Hal ini dapat dicapai dengan memberikan welas asih kepada diri atau dengan kata lain disebut sebagai *self-compassion*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk melihat pengaruh *self-compassion* terhadap *posttraumatic growth* pada perempuan penyintas kekerasan seksual. Pendekatan yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian survey. Penelitian ini melibatkan 39 perempuan penyintas kekerasan seksual di Jawa Timur. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Terdapat dua skala yang digunakan untuk pengumpulan data, yaitu skala *self-compassion* yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Neff (2011) yang berisi 27 pernyataan ($\alpha = .904$) dan skala *posttraumatic growth* yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Tedeschi dan Calhoun (dalam tedeschi dkk, 2018) yang berisi 24 pernyataan ($\alpha = .896$). Teknik analisis data yang digunakan adalah uji regresi linier sederhana dan diperoleh nilai F 56,926 dengan signifikansi $0,000 < 0,05$ yang mengartikan bahwa terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap *posttraumatic growth* pada perempuan penyintas kekerasan seksual dengan besar nilai koefisien determinasi 0,606 atau 60,6%.

Kata kunci: *self-compassion*, *posttraumatic growth*, kekerasan seksual, perempuan penyintas kekerasan seksual.

ABSTRACT

Farida Nur Yunita. 190541100106. Department of Psychology. *The Effect of Self-Compassion on Posttraumatic Growth in Female Survivors of Sexual Violence.*

Women often experience subordination, marginalization, domination and violence. The most prominent violence against women is sexual violence. Sexual violence is a traumatic event that can impact one's psychological condition. In order to overcome the trauma event, women with sexual violence experienced need to make changes in a more positive way or can be called posttraumatic growth. Researcher assumed that self-compassion could be a path to posttraumatic growth. Therefore, the aim of this research is to examine the effect of self-compassion on posttraumatic growth in female survivors of sexual violence. The research approach used is quantitative with survey research type. This research involved 39 female survivors of sexual violence in East Java. The sampling technique used is purposive sampling. There are two scales used in this research, namely self-compassion scale compiled by researcher based on aspects proposed by Neff (2011) which include 27 statements ($\alpha = .904$) and posttraumatic growth scale compiled by researcher based on aspects proposed by Tedeschi and Calhoun (Tedeschi et al., 2018) which include 24 statements ($\alpha = .896$). A simple linear regression test obtained a significance value of $0.000 < 0.05$ ($F = 56,926$), which means self-compassion had an effect on posttraumatic growth in female survivors of sexual violence with a coefficient of determination value of 0.606 or 60.6%.

Key words: self-compassion, posttraumatic growth, sexual violence, female survivors of sexual violence.