

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

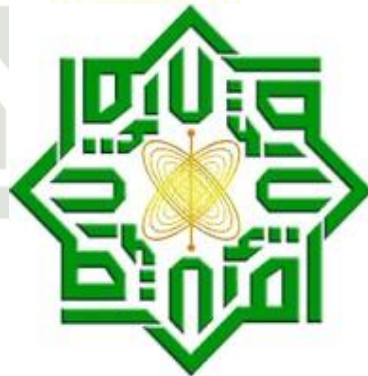
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



“HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* TERHADAP DEPRESI PADA IBU HAMIL”

SKRIPSI

Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan
Mendapatkan Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
Pada Fakultas Psikologi



UIN SUSKA RIAU

OLEH:

UMI KALSUMS

11960120900

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU**

2023

“HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* TERHADAP DEPRESI PADA IBU HAMIL”

Disusun oleh :
Umi Kalsum S
11960120900

SKRIPSI

**Telah diterima dan disetujui untuk dimunaqasyahkan
dalam sidang panitia ujian strata satu (S1)
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri**

Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

Pekanbaru, 09 Juli 2023

Pembimbing,



Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog
NIP. 19860427 201503 2 005

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran Surat :
Nomor : Nomor 25/2021
Tanggal : 10 September 2021

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Umi Kalsum S
NIM : 11960120900
Tempat/Tgl. Lahir : Kabanjahe / 22 Januari 2000
Fakultas/Pascasarjana : Psikologi
Prodi : SI - Psikologi
Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:
Hubungan Self-Compassion Terhadap Depresi Pada Ibu Hamil

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya* saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 18 Juli 2023
Yang membuat pernyataan


NIM : 11960120900

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi yang ditulis oleh :

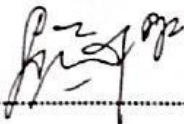
Nama Mahasiswa : Umi Kalsum
NIM : 11960120900
Judul Skripsi : Hubungan Self Compassion terhadap Depresi pada Ibu Hamil

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi.

Diuji pada :

Hari / Tanggal : Kamis / 13 July 2023
Bertepatan dengan : 24 Dzulhijah 1444H

TIM PENGUJI


(.....)

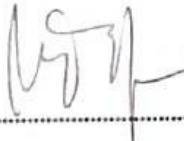
Ketua,

Dr. Sri Wahyuni, MA, M.Psi., Psikolog
NIP. 19800616 200609 2 002


(.....)


Sekretaris,

Ikhwanisyifa, M.Psi., Psikolog
NIP. 19860427 201503 2 005


(.....)

Penguji I,

Raudatussalamah, M.A
NIP. 19791015 200604 2 004


(.....)

Penguji II,

Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog
NIP. 19711209 199803 2 002

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya....”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Jangan biarkan kesulitanmu mengisimu dengan kecemasan, lagipula hanya di malam yang paling gelap bintang-bintang bersinar lebih terang.”

(Ali bin Abi Thalib)

"Aku akan perintahkan diriku dan mengatakan bahwa aku mampu! Aku akan mengalahkan keraguan, rasa takut, perasaan minder, dan menukarnya dengan keberanian."

(Merry Riana)

“Selalu libatkan Allah dalam urusan sekecil apapun”

(Penulis)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Tiada kata yang lebih indah diucapkan selain rasa syukur kepada Allah SWT atas segala nikmat, rahmat dan karunia-Nya skripsi ini dapat selesai dan semoga dapat bermanfaat bagi banyak orang. Shalawat serta salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasullullah SAW.

Saya persembahkan karya sederhana ini kepada orang yang sangat saya sayangi.

Mamak Dan Bapak Tercinta

Segala perjuangan hingga titik ini saya persembahkan sepenuhnya kepada kedua orang hebat didalam hidup saya, Bapak Dariono S dan Almh. Mamak Anik yang sangat saya sayangi. Terima kasih atas segala ridho, perhatian, dukungan, kerja keras, pengorbanan, kasih sayang, nasihat dan semua doa baik yang tidak pernah lelah dipanjatkan.

Keluarga

Kedua kakakku Ester Lina S, A.Md dan Destriani Novita Sari, S.E yang sangat saya sayangi.

Dosen Pembimbing

Ibu Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog yang telah bersedia mengantarkan saya untuk dapat menyandang gelar sarjana ini.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah *rabbi'l'amin*, segala puji dan syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniya-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan *Self-Compassion* Terhadap Depresi Pada Ibu Hamil”**. Sholawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada baginda junjungan alam Nabi Muhammad SAW, yang membawa manusia dari alam kebodohan menuju alam yang berilmu pengetahuan seperti saat sekarang ini.

Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari motivasi, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, baik langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, izinkanlah dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Khairunnas Rajab, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, yang telah memberi kesempatan penulis untuk menimba ilmu di universitas ini.
2. Bapak Dr. Kusnadi, M.Pd, selaku Dekan, Bapak Dr. H. Zuriatul Khairi, M.Si, M.Ag., selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah, S.Psi., M.Si, selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Yuslenita Muda, S.Si., M.Sc., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi, yang telah memfasilitasi penulis selama menempuh pendidikan sampai penyelesaian skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan mempernyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Ibu Indah Puji Ratnani, S.Psi., M.A., selaku dosen penasehat akademik (PA). Peneliti ucapkan terimakasih karena telah memberikan masukan serta dukungan dan arahan kepada peneliti sehingga peneliti bisa sampai pada tahap ini.
4. Ibu Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing peneliti sampai ke tahap ini ditengah kesibukan yang dijalani. Selalu memberi semangat dan arahan dengan tulus sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih juga atas kesabaran, kasih sayang dan kemurahan hati ibu selama pengerjaan skripsi sampai skripsi selesai.
5. Ibu Raudatussalamah, S.Psi., M.A., selaku penguji I terimakasih atas waktu, bimbingan serta masukan yang telah diberikan selama pembuatan skripsi ini agar menjadi lebih baik.
6. Ibu Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog, selaku penguji II terimakasih telah memberikan arahan dan masukan yang sangat berarti, sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu. Terimakasih telah mendidik dan memberikan banyak ilmu dan pengetahuan kepada peneliti.
8. Seluruh Staf Fakultas Psikologi yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu, peneliti ucapkan terimakasih karena telah melancarkan pengurusan administrasi dan memberikan informasi selama penyelesaian skripsi ini.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

9. Seluruh pihak yang terkait dalam perizinan pelaksanaan penelitian Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Pekanbaru dan Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik yang telah memberikan rekomendasi kepada peneliti sehingga dapat melaksanakan penelitian.
10. Camat Sukajadi Pekanbaru dan seluruh staf kecamatan yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian.
11. Kedua orang tua peneliti, Bapak Dariono dan Almh. Mamak Anik tercinta. Terimakasih atas segala perhatian dan kasih sayang, memberikan semangat serta doa tulus yang tiada henti untuk peneliti.
12. Kedua kakak tersayang, Ester Lina dan Destriani Novita Sari, terimakasih atas segala perhatian, doa, dan dukungan yang selalu diberikan kepada peneliti tiada henti.
13. Keluarga besar Salafy Grafika Pekanbaru yang sudah menjadi *support system* peneliti selama kurang lebih 4 tahun ini, terimakasih banyak atas seluruh cinta, kasih sayang, dan dukungan yang diberikan kepada peneliti.
14. Hidayatur Rezeki Almisari, terimakasih sudah menjadi teman suka maupun duka, pendengar dan penasihat terbaik, serta selalu ringan langkah dalam menemani peneliti untuk menyelesaikan tugas ataupun masalah yang sedang dialami.
15. Teman-teman yang selalu memberi perhatian, dukungan, dan selalu siap membantu, peneliti ucapkan terimakasih banyak kepada Wenny Syafitri, Silvi Nurhaliza, Rezka Ayumi Shara, Fathiyya Nahda Nazhifa, Khairani

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Larasati dan semua teman-teman seperjuangan yang tidak bisa peneliti sebutkan.

16. Seluruh teman-teman seperjuangan Angkatan 2019, khususnya kelas D yang telah bersama-sama berjuang sampai saat ini.
17. Seluruh teman-teman KKN Air Terbit yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada peneliti selama mengerjakan skripsi.
18. Seluruh pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu, peneliti ucapkan terima kasih.

Peneliti menyadari bahwa selama proses penyelesaian skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

UIN SUSKA RIAU

Pekanbaru, 06 Juni 2023

Peneliti
Umi Kalsum S

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIASI	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Keaslian Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Depresi	13
1. Pengertian Depresi	13
2. Aspek-aspek Depresi.....	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Depresi.....	15
B. <i>Self-compassion</i>	23
1. Pengertian <i>Self-compassion</i>	23
2. Komponen <i>Self-compassion</i>	24
C. Kerangka Berpikir	26
D. Hipotesis Penelitian.....	32

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

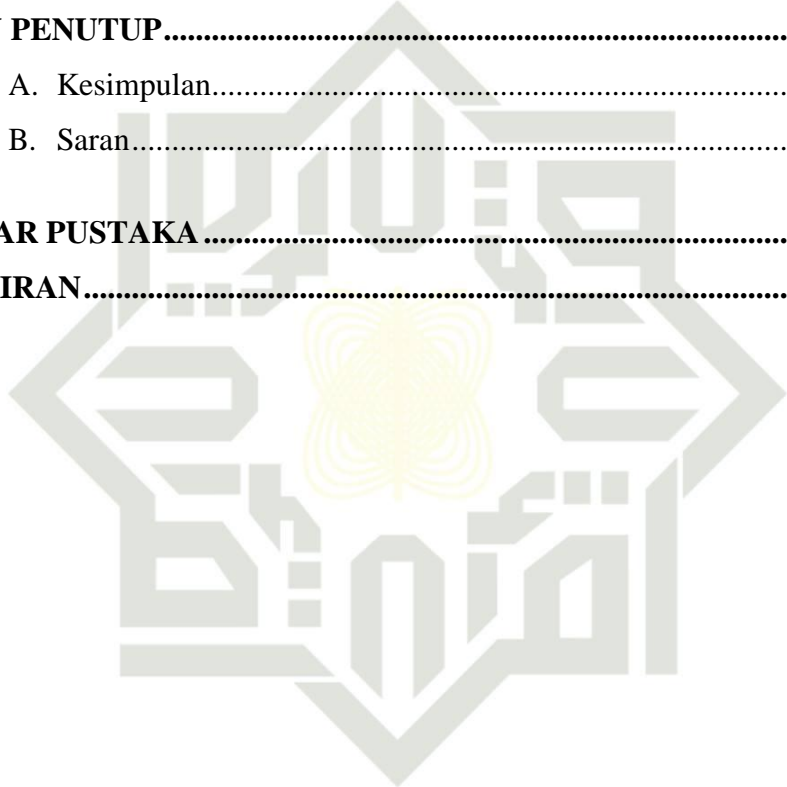
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Desain Penelitian	33
B. Identifikasi Variabel Penelitian	33
C. Defenisi Operasional.....	34
1. Depresi	34
2. <i>Self-compassion</i>	34
D. Subjek Penelitian	35
1. Populasi Penelitian	35
2. Sampel Penelitian.....	36
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	36
E. Metode Pengumpulan Data.....	38
1. Skala Depresi	38
2. Skala <i>Self-compassion</i>	39
F. Teknik Pengumpulan Data.....	41
1. Validitas	41
2. Indeks Daya Beda	41
3. Reliabilitas.....	44
G. Teknik Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL PENELITIAN AN PEMBAHASAN.....	46
A. Pelaksanaan Penelitian.....	46
B. Hasil Penelitian	46
1. Deskripsi Demografi Subjek Penelitian.....	46
2. Uji Asumsi	49
a. Uji Normalitas.....	49
b. Uji Linearitas.....	50
c. Uji Hipotesis.....	52
3. Kategorisasi Data Penelitian	53
a. Uji Kategorisasi <i>Self-compassion</i>	54
b. Uji Kategorisasi Depresi	55
C. Analisis Tambahan.....	57

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Analisis Perbedaan Berdasarkan Penghasilan.....	57
2. Analisis Perbedaan Berdasarkan Usia Kehamilan	59
3. Analisis Perbedaan Berdasarkan Status Pernikahan	61
D. Pembahasan.....	61
BAB V PENUTUP	69
A. Kesimpulan.....	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	80



UIN SUSKA RIAU

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print Center ForEpidemiological Studies Depression Scale (CES-D) Sebelum Try Out</i>	39
Tabel 3.2 <i>Blue Print Self-Compassion Scale (SCS) Sebelum Try Out</i>	40
Tabel 3.3 <i>Blue Print Center ForEpidemiological Studies Depression Scale (CES-D) Sesudah Try Out</i>	42
Tabel 3.4 <i>Blue Print Center ForEpidemiological Studies Depression Scale (CES-D) Untuk Penelitian</i>	43
Tabel 3.5 <i>Blue Print Self-Compassion Scale (SCS) Sesudah Try Out</i>	43
Tabel 3.6 <i>Blue Print Self-Compassion Scale (SCS) Untuk Penelitian</i>	44
Tabel 3.7 Rekapitulasi Hasil Uji Reliabilitas Instrumen	44
Tabel 4.1 Gambaran Diri Subjek Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 4.2 Gambaran Diri Subjek Berdasarkan Pendidikan Terakhir	48
Tabel 4.3 Gambaran Diri Subjek Berdasarkan Penghasilan.....	48
Tabel 4.4 Gambaran Diri Subjek Berdasarkan Status Pernikahan	49
Tabel 4.5 Gambaran Diri Subjek Berdasarkan Usia Kehamilan	49
Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas	51
Tabel 4.7 Norma Tiga Kategorisasi.....	54
Tabel 4.8 Gambaran Data Hipotetik Dan Empirik Skala <i>Self-Compassion</i>	54
Tabel 4.9 Kategorisasi Skala <i>Self-Compassion</i>	55
Tabel 4.10 Gambaran Data Hipotetik Dan Empirik Skala Depresi.....	56
Tabel 4.11 Kategorisasi Skala Depresi.....	56
Tabel 4.12 Hasil Analisis Depresi Berdasarkan Penghasilan	57
Tabel 4.13 Hasil Uji Deskriptif Variabel Depresi Berdasarkan Penghasilan.....	58
Tabel 4.14 Hasil <i>Uji Post Hoc</i> Pada Depresi Dengan Menggunakan Tukey.....	59
Tabel 4.15 Hasil Analisis Variabel Depresi Berdasarkan Usia Kehamilan	59
Tabel 4.16 Hasil Uji Deskriptif Variabel Depresi Berdasarkan Usia Kehamilan	60
Tabel 4.17 Hasil <i>Uji Post Hoc</i> Pada Depresi Dengan Menggunakan Tukey.....	60
Tabel 4.28 Hasil Analisis Variabel Depresi Berdasarkan Status Pernikahan	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Lembar Validasi Alat Ukur.....	81
Lampiran B Skala Try Out	112
Lampiran C Tabulasi Data Try Out	119
Lampiran D Uji Reliabilitas Dan Daya Beda Aitem	126
Lampiran E Hasil Perhitungan Sampel G-Power.....	131
Lampiran F Skala Penelitian	133
Lampiran G Tabulasi Data Penelitian.....	140
Lampiran H Uji Asumsi	155
Lampiran I Analisis Tambahan.....	159
Lampiran J Surat Izin Penelitian Dan Surat Keterangan Selesai Penelitian	168

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* TERHADAP DEPRESI PADA IBU HAMIL

Oleh:

Umi Kalsum S

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

umikalsum220101@gmail.com

ABSTRAK

Masa kehamilan hingga masa kelahiran anak dapat menyebabkan perubahan pada aspek fisiologis ibu hamil, salah satunya yaitu meningkatnya hormon estrogen dan progesteron. Kedua hormon ini juga ikut memengaruhi aspek psikologis ibu hamil yang dapat menimbulkan beberapa gangguan emosi, sehingga meningkatkan kemungkinan ibu hamil mengalami depresi selama masa kehamilan. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa *self-compassion* diprediksi dapat mengurangi kemungkinan ibu hamil untuk mengalami depresi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *self-compassion* dengan depresi pada ibu hamil. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Sampel yang digunakan sebanyak 107 ibu hamil yang berada di Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru. Peneliti menggunakan pengumpulan data versi terjemahan *self-compassion scale* (SCS) (Sugianto et al, 2020) dan skala CES-D (Asida, 2019). Berdasarkan hasil analisis korelasi *Product Moment* dari Pearson, *self-compassion* memiliki hubungan negatif dengan depresi pada ibu hamil ($r = -0,417$ dengan level signifikansi sebesar 0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan depresi pada ibu hamil. Semakin baik *self-compassion* ibu hamil, maka semakin rendah depresi yang dirasakan.

Kata Kunci: *Self-compassion*, Depresi, Ibu Hamil

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

THE CORRELATION OF *SELF-COMPASSION* AND DEPRESSION IN PREGNANT WOMEN

By:

Umi Kalsum S

Faculty of Psychology Sultan Syarif Kasim State Islamic University Riau

umikalsum220101@gmail.com

ABSTRACT

The period of pregnancy until the birth of the child can cause changes in the physiological aspects of pregnant women, one of which is the increase in the the hormones oestrogen and progesterone. These two hormones also affect the psychological aspects of pregnant women, which can cause some emotional disorders, thus increasing the possibility of pregnant women experiencing depression during pregnancy. Previous research has found that self-compassion is predicted to reduce the likelihood of pregnant women experiencing depression. Therefore, this study aims to examine the correlation of self-compassion and depression in pregnant women. The research method used is quantitative, with a sampling technique that is purposive sampling. The sample was 107 pregnant women in Sukajadi District, Pekanbaru City. This study used data collection of translated versions of self-compassion scale (SCS) (Sugianto et al, 2020) and CES-D scale (Asida, 2019). Based on the results of Pearson product moment correlation analysis, self-compassion has a negative relationship with depression in pregnant women ($r = -0.417$ with significance level of 0.05). These results indicate that the hypothesis is accepted. Thus, there is a significant relationship between self-compassion and depression in pregnant women. The higher self-compassion of the pregnant women, the lower depression felt.

Keywords: *Self-compassion, Depression, Pregnant Women*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehamilan merupakan momen spesial dan berharga yang mengantarkan seorang wanita menjadi seorang ibu. Kehamilan juga merupakan proses alamiah, namun memberikan beberapa perubahan bagi ibu baik secara fisiologis maupun psikologis ibu hamil (Febriati & Zakiyah, 2022). Perubahan fisiologis akibat kehamilan di antaranya adalah meningkatnya hormon estrogen yang bertanggung jawab terhadap perkembangan janin, transfer nutrisi, serta pembentukan pembuluh darah yang berlebih pada uterus dan hormon progesteron yang menyebabkan adanya pelunakan ligamen dan pelonggaran sendi-sendi yang terdapat di bagian tubuh serta peningkatan ukuran struktur internal, seperti ureter maupun ukuran rahim (Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Ibu hamil juga akan mengalami perubahan pada beberapa daerah tubuh seperti, kerusakan pada kuku, pembesaran payudara, serta mengalami perubahan pada kulit (timbulnya *stretch marks*) (Krucik, 2012).

Peningkatan hormon estrogen dan progesterone juga turut memengaruhi perubahan emosi ibu hamil yang menyebabkan perasaan menjadi tidak menentu, konsentrasi berkurang, dan sering pusing (Ilustri, 2018). Penelitian terdahulu menemukan bahwa terdapat beberapa gangguan emosi yang umumnya dialami oleh ibu hamil selama masa kehamilan dan pasca kelahiran, meliputi kemarahan, ketegangan, gugup, kecemasan patologis, dan gejala depresi (Affonso et al, dalam Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Gangguan emosi inilah yang

menyebabkan adanya perubahan hormon estrogen dan progesterone yang dialami, sehingga dapat meningkatkan kemungkinan ibu hamil menghadapi situasi kehidupan dengan perasaan stres atau cemas. Perasaan tersebut dapat menimbulkan adanya depresi selama masa kehamilan (Ross et al, 2004).

Depresi selama kehamilan merupakan gangguan suasana hati yang sama seperti halnya depresi yang terjadi pada orang umumnya, yaitu karena perubahan kimiawi pada otak. Perubahan kimiawi pada otak ibu hamil ini akan memengaruhi kondisi psikologisnya (Kurniawan et al, 2013). Depresi juga terjadi karena adanya perubahan hormon estrogen dan progesterone yang memengaruhi suasana hati ibu hamil, sehingga mereka sering merasa kesal, dan tiba-tiba jenuh atau sedih tanpa alasan. Selain itu, ibu hamil juga akan mengalami gangguan tidur yang kerap terjadi menjelang proses kelahiran dan munculnya kekhawatiran akan kandungannya dapat menyebabkan ibu merasa tertekan dan depresi (Handayani dan Fourianalistyawati, 2018).

American Psychiatric Association (APA) dalam DSM-V mengklasifikasikan depresi sebagai suatu gangguan suasana perasaan (Narrow et al, 2013). Diperkirakan sebanyak 5% orang dewasa secara global menderita gangguan depresi. Depresi bisa terjadi pada siapa saja, dan wanita lebih cenderung mengalami depresi daripada pria. Sekitar 280 juta orang di dunia mengalami depresi. Di seluruh dunia, lebih dari 10% wanita hamil dan wanita yang baru melahirkan mengalami depresi (WHO, 2023).

Gejala depresi selama masa kehamilan banyak ditemui pada ibu hamil secara menyeluruh. Prevalensi gejala tersebut diperkirakan mencapai 6,6% hingga 12,9%

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

di seluruh dunia (Gavin et al, 2005) dengan perkiraan sebanyak 7,4% ibu hamil yang mengalaminya selama trimester pertama, 12,8% selama trimester kedua, dan 12% selama trimester ketiga (Bennett et al, 2004). Tidak terdapat angka yang pasti mengenai prevalensi depresi yang dialami oleh ibu hamil di Indonesia saat ini (Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Meskipun demikian, gejala depresi lebih banyak ditemui pada ibu hamil di Asia dibandingkan dengan negara-negara barat lainnya. Karena adanya faktor kehamilan di luar pernikahan, konflik dengan ibu mertua, serta ketidakpuasan terhadap jenis kelamin bayi yang turut memicu timbulnya depresi (Roomruangwong & Epperson, 2011). Selain itu, gejala depresi lebih banyak ditemui pada masa kehamilan dibandingkan dengan masa pasca kelahiran (Evans et al, 2001).

Depresi selama masa kehamilan dapat menyebabkan beberapa dampak negatif jika tidak mendapatkan penanganan secara tepat. Dimana depresi pada ibu hamil berkorelasi positif dengan terganggunya keberfungsian ibu (Birndorf et al, 2001). Depresi pada ibu hamil yang dialami sebelum kelahiran juga akan berdampak buruk terhadap janin. Sementara depresi pada ibu yang terjadi setelah kelahiran dapat berdampak buruk terhadap perkembangan kognitif, perilaku dan psikomotorik bayi (Kingston, Tough, & Whitfield, 2012). Selain itu, depresi yang dialami saat hamil dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan bayi. Penelitian yang dilakukan pada ibu yang memiliki gejala depresi, didapatkan berat badan bayi ketika lahir menjadi rendah (Hapisah, Dasuki, Probandari, 2010).

Terdapat beberapa faktor psikologis yang berkorelasi dengan rendahnya tingkat depresi pada ibu hamil, seperti dukungan sosial (Perwitasari & Wulandari,

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2022), dan kualitas pernikahan (Karacam & Ancel, 2009). Penelitian Pajulo et al, (2001) menemukan bahwa dukungan yang diberikan oleh pasangan berkorelasi dengan rendahnya tingkat depresi selama masa kehamilan. Sebaliknya, kesulitan dalam hubungan pasangan berkorelasi dengan tingginya tingkat depresi selama kehamilan.

Meskipun demikian, tidak selamanya ibu hamil dapat bergantung pada orang lain untuk mendapatkan dukungan sosial karena terdapat faktor psikologis yang berasal dari dalam diri ibu hamil (faktor internal) dan berkorelasi dengan rendahnya tingkat depresi (Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Faktor internal tersebut terdiri dari strategi *coping*, resiliensi, sifat kepribadian, keberhargaan diri (Dumont & Provost, 1999) dan *self-compassion* (Felder et al, 2016). Ibu hamil yang sedang mengalami penyesuaian terhadap kehamilannya cenderung menunjukkan beberapa gejala emosi negatif (Affonso et al, dalam Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019), sehingga diperlukan sikap yang lebih positif terhadap diri sendiri dalam menangani gejala tersebut. Sikap positif tersebut dapat berupa sikap optimis selama masa transisi kehamilan (Carver dan Gaines, 1987), regulasi diri terhadap gangguan kesehatan yang dialami (Rasmussen et al, 2006), serta belas kasih terhadap diri sendiri atau yang biasa disebut sebagai *self-compassion* (Neff, 2003a). Akan tetapi, sikap yang paling berkaitan dengan penanganan emosi negatif adalah *self-compassion* (Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Didukung oleh Neff dan Vonk (2009) membuktikan bahwa *self-compassion* merupakan pendekatan penuh perhatian terhadap pikiran dan emosi negatif. *Self-compassion* juga dikaitkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



dengan lebih sedikit reaksi emosional negatif ketika individu menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, atau mengingat peristiwa kehidupan negatif masa lalu.

Penelitian-penelitian sebelumnya, menemukan bahwa *self-compassion* telah banyak digunakan untuk memprediksi aspek kesehatan mental. *Self-compassion* memiliki korelasi positif dengan beberapa keberfungsian psikologis yang positif, seperti kebahagiaan, optimisme, sikap positif, kebijaksanaan, inisiatif personal, keingintahuan, serta *trait agreeableness*, *extroversion*, dan *conscientiousness* (Neff et al, 2007). Sebaliknya, *self-compassion* memiliki korelasi negatif dengan kritik diri, depresi, kecemasan, perenungan, supresi, dan perfeksionisme neurotik (Neff, 2003a; Leary et al, dalam Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019).

Self-compassion yaitu sikap diri yang melibatkan perasaan tersentuh dan terbuka terhadap penderitaan yang sedang dialami, tidak menghindari atau memutuskan hubungan dengan penderitaan tersebut, membangkitkan keinginan untuk meringankan penderitaannya dan menyembuhkan diri sendiri dengan kebaikan (Neff, 2003a). Menurut Neff (2003b) *self-compassion* merupakan proses adaptif untuk meningkatkan ketahanan dan kesejahteraan psikologis. Individu yang memiliki *self-compassion* lebih dapat menerima dan lebih sedikit mengalami kesusahan ketika mereka gagal dalam memenuhi standar pribadi mereka sehingga terhindar dari gejala emosi negatif seperti depresi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self-compassion* berkorelasi negatif secara signifikan dengan depresi pada ibu hamil (Felder et al, 2016). Dengan kata lain, ibu hamil yang memiliki *self-compassion* tinggi akan memiliki tingkat depresi yang rendah, begitu pula sebaliknya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Self-compassion yang tinggi dikaitkan dengan rendahnya depresi, kecemasan, dan stress, karena *self-compassion* dapat mengurangi pikiran negatif dan memperkuat pikiran positif individu (Neff & Knox, 2017). Lebih jelasnya Leary et al, (2007) menambahkan bahwa *self-compassion* dapat meredakan reaksi seseorang terhadap peristiwa yang tidak menyenangkan, sehingga tidak larut dalam emosi-emosi negatif yang dirasakan. *Self-compassion* mampu mengaktifkan sistem istirahat pada tubuh, sehingga dapat meredakan kritik diri dan menyalahkan diri sendiri (Hughes et al, 2021). *Self-compassion* juga mampu menolong seseorang dalam memotivasi perilaku produktif dan melindungi diri dari efek yang melemahkan penilaian diri, seperti depresi dan kecemasan. Dapat dikatakan bahwa *self-compassion* mampu menurunkan tingkat depresi yang sedang dirasakan seseorang (Neff, 2016).

Selain itu, temuan Krieger et al, (2013) juga menyoroti pentingnya *self-compassion* pada individu yang mengalami depresi, karena penderita depresi tampaknya juga mengalami kesulitan dalam mengadopsi sikap belas kasih. Kemudian, *self-compassion* telah terbukti dapat memprediksi peningkatan kesejahteraan psikologis dan mengurangi kesulitan, juga mampu melindungi diri dari emosi negatif yang bisa menjadi masalah bagi penderita depresi (Baker, Caswell, & Eccles, 2019). Dengan demikian, *self-compassion* diprediksi dapat mengurangi kemungkinan seseorang untuk mengalami depresi, sehingga *self-compassion* menjadi penting dimiliki oleh ibu hamil.

Self-compassion memiliki tiga komponen yang saling berinteraksi dalam suatu sistem dinamis. Komponen-komponen tersebut yaitu *self-kindness* dengan

self-judgment, *common humanity* dengan *isolation*, dan *mindfulness* dengan *overidentification*. Komponen-komponen tersebut berdiri secara independen, tetapi memengaruhi satu sama lain (Neff, 2016). *Self-compassion* melihat respons emosional ketika mengalami penderitaan (lebih mengasihi dan tidak menghakimi), memahami secara kognitif kesulitan yang dialami (sebagai bagian dari kehidupan dan bukannya merasa sendirian dalam penderitaan), serta memerhatikan kesulitan (secara jernih tanpa larut dalam perasaan menderita) (Sugianto et al, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian mengenai depresi pada ibu hamil yang telah diuraikan sebelumnya, telah ditemukan bahwa terdapat hubungan yang bersifat negatif selama kehamilan dengan *self-compassion* (Felder et al, 2016). Dengan demikian terdapat kemungkinan bahwa *self-compassion* memiliki hubungan terhadap depresi pada ibu hamil. Penelitian ini penting untuk diteliti mengingat adanya prevalensi depresi pada ibu hamil secara global yang cukup tinggi. Selain itu, depresi pada ibu hamil dapat menyebabkan dampak negatif bagi ibu hamil itu sendiri maupun calon anak dalam jangka panjang (Chairunnisa & Fourianalisyawati, 2019).

Oleh karena itu, berdasarkan uraian permasalahan di atas, peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara *self-compassion* dengan depresi pada ibu hamil.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan dari latar belakang sebelumnya, maka penelitian ini mengajukan rumusan masalah yang berupa apakah terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan depresi pada ibu hamil.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian yang akan dilakukan ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan depresi pada ibu hamil.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian yang dibuat didasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan dalam hal tema kajian, walau memiliki perbedaan di beberapa hal, seperti subjek, jumlah subjek, maupun variabel yang akan dipakai.

Penelitian mengenai *self-compassion* dan depresi sebelumnya telah dilakukan di Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi dengan subjek yang berusia 19-46 tahun. Penelitian ini dilakukan oleh Chairunnisa dan Fourianalistyawati (2019) berjudul “Peran *Self-compassion* Dan Spiritualitas Terhadap Depresi Pada Ibu Hamil” yang menunjukkan hasil bahwa *self-compassion* dapat memengaruhi depresi pada ibu hamil. Dengan memiliki *self-compassion*, ibu hamil yang mengalami depresi dapat menurunkan tingkat depresi yang sedang dialaminya. Perbedaan penelitian ini, peneliti hanya mengkaji mengenai *self-compassion* dan depresi saja tanpa melibatkan aspek spiritualitas. Kemudian, skala depresi yang dipakai pun berbeda, peneliti memakai skala depresi CES-D dari Radloff (1977).

Penelitian yang dilakukan oleh Felder et al, (2016) dengan judul “*Role Of Self-compassion In Psychological Well-Being Among Perinatal Women*”, yang dilakukan kepada 189 sampel yang berusia 18 tahun, sedang hamil atau kurang dari 1 tahun nifas. dan semuanya diberikan *informed consent*. Sampel dipilih melalui

selebaran yang dibagikan oleh staf di klinik kebidanan dan ginekologi di Boulder, Colorado dari Maret 2014–September 2015. Penelitian ini menemukan kalau *self-compassion* mempunyai hubungan yang negatif secara signifikan terhadap depresi pada ibu hamil. Maksudnya yaitu, jika *self-compassion* tinggi maka depresi yang dialami menjadi rendah, begitu juga sebaliknya. Kemudian, baik pada periode kehamilan ataupun di sepanjang periode kehidupan, *self-compassion* juga mampu menurunkan kemungkinan ibu hamil mengalami depresi. Penelitian ini menggunakan skala EPDS untuk mengukur depresi pada ibu hamil, dan ini jelas berbeda dengan skala yang digunakan oleh peneliti.

Penelitian selanjutnya oleh Danisati (2018) dengan judul “Hubungan Antara *Self-compassion* Dan Depresi Pada Remaja Dari Keluarga Bercerai”. Penelitian ini menekankan untuk memiliki *self-compassion* agar terhindar dari gejala depresi. Sampel yang digunakan adalah 45 remaja dari keluarga bercerai yang berasal dari Temanggung. Sehingga hal ini menjadi pembeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, tetapi skala yang digunakan sama dengan skala yang akan dipakai oleh peneliti yaitu skala depresi CES-D dan skala *self-compassion* SCS (*Self-compassion Scale*). Hasil temuan penelitian ini adalah adanya hubungan yang negatif antara *self-compassion* terhadap depresi pada remaja dari keluarga bercerai. Jika *self-compassion* yang dimiliki semakin tinggi maka tingkat depresi semakin rendah. Begitupun sebaliknya, jika *self-compassion* yang dimiliki semakin rendah maka tingkat depresi yang dimiliki juga semakin tinggi.

Berikutnya penelitian yang dilakukan Hughes et al, (2021) dengan judul “*Self-compassion and Anxiety and Depression in Chronic Physical Illness*

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Populations: a Systematic Review”, mengkaji tentang *self-compassion* ternyata memediasi hubungan antara belas kasih diri, kecemasan dan juga depresi. Penelitian ini dilakukan kepada populasi penyakit fisik kronis dewasa yang berusia ≥ 18 tahun dengan satu atau lebih penyakit kronis yang didiagnosis. Penelitian ini dilakukan di delapan negara dengan metode *cross-sectional*, dan mendistribusikan *self-compassion scale* untuk mengukur *self-compassion*, dan *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) untuk mengukur depresi dan kecemasan pada populasi tersebut, sehingga ini menjadi pembeda pada penelitian yang akan dilakukan. Hasil dari tinjauan ini adalah dukungan yang memenuhi syarat untuk hubungan antara *self-compassion*, kecemasan dan depresi pada orang dewasa dengan penyakit fisik kronis. Data ini mendukung kegunaan pendekatan berbasis kasih sayang untuk mengobati kecemasan dan depresi yang dialami oleh orang dewasa dengan penyakit kronis.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Baker, Caswell, dan Eccles (2019) dengan judul “*Self-compassion and depression, anxiety, and resilience in adults with epilepsy*” menyatakan bahwa *self-compassion* secara signifikan dapat memprediksi depresi dan kecemasan yang lebih rendah, serta ketahanan yang lebih tinggi pada populasi yang telah ditentukan, yaitu pada orang dewasa dengan epilepsi yang berjumlah 270 peserta. *Self-compassion* diukur menggunakan SCS dan depresi diukur dengan *The Hospital Anxiety and Depression Scale* (HADS). Tetapi, penelitian ini adalah *cross-sectional*, dengan beberapa keterbatasan mengenai sampel, sehingga penyelidikan lebih lanjut tentang peran *self-compassion* pada orang dewasa dengan epilepsi diperlukan. Penelitian ini memiliki perbedaan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dimana subjek yang digunakan adalah orang dewasa dengan epilepsi dan skala depresi yang digunakan juga berbeda.

Penelitian lainnya oleh Krieger et al, (2013) dengan judul “*Self-compassion in Depression: Associations With Depressive Symptoms, Rumination, and Avoidance in Depressed Outpatients*” menemukan bahwa individu yang mengalami depresi menunjukkan tingkat *self-compassion* yang lebih rendah daripada individu yang tidak pernah depresi, bahkan ketika dikontrol untuk gejala depresi. Penelitian ini dilakukan pada 142 pasien rawat jalan yang depresi dan 120 individu yang tidak pernah mengalami depresi, yang telah didaftarkan selama periode dari Januari 2010 hingga Februari 2012. *Self-compassion scale* (SCS) dan *Beck Depression Inventory-II* (BDI-II) merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat *self-compassion* dan depresi pada partisipan. Perbedaan subjek dan instrumen penelitian merupakan keunikan yang membedakan penelitian ini. Variabel yang digunakan juga lebih bervariasi menegaskan perbedaan dengan penelitian yang ingin diteliti.

Beberapa penelitian yang sudah dipaparkan tersebut akan menjadi pedoman dalam melakukan penelitian yang berbeda dengan penelitian yang sebelumnya, sehingga penelitian ini mempunyai keaslian tersendiri. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari subjek yang digunakan beserta skala untuk mengukur depresi, dimana penelitian ini menggunakan subjek ibu hamil yang mengalami depresi serta mendistribusikan skala CES-D (*Center for Epidemiologic Studies Depression Scale*) untuk mengukur depresi pada ibu hamil.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat teoritis yaitu, memperluas kajian dan wawasan ilmu pengetahuan mengenai *self-compassion* pada ibu hamil, khususnya pada ibu hamil yang mengalami depresi.

2. Manfaat Praktis

a. Ibu Hamil

Pada ibu hamil penting untuk menjaga kesehatan psikologisnya disamping kesehatan fisiknya. Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah informasi tentang pentingnya mencegah depresi melalui *self-compassion*.

b. Klinik Persalinan

Sebagai referensi tambahan bagi petugas kesehatan khususnya yang berada di klinik persalinan, mengenai kualitas hidup terkait kesehatan dan kesejahteraan ibu hamil, agar dapat memberikan edukasi kepada ibu hamil yang sedang mengalami depresi dan untuk mencegah agar ibu hamil tidak mengalami depresi

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Depresi

1. Pengertian Depresi

Radloff (1977) mendefinisikan depresi sebagai “*symptoms which are a depressed mood, feeling so helplessness and hopelessness, feeling so guilt and worthlessness, loss of appetite, sleep disturbances, and psychomotor retardation (p.386)*”. Artinya bahwa depresi berkaitan dengan gejala-gejala penurunan mood, perasaan tak berdaya dan tidak memiliki harapan, merasa bersalah dan tidak berharga, hilangnya nafsu makan, gangguan tidur dan hambatan psikomotor.

American Psychiatric Association (APA) dalam DSM-V mengklasifikasikan depresi sebagai gangguan suasana perasaan. Individu yang sedang mengalami depresi akan merasakan putus asa atau kehilangan minat, perasaan hampa, dan merasakan kesedihan di berbagai aktivitas dalam kurun waktu selama dua minggu atau lebih (Narrow et al, 2013).

Depresi adalah penyakit mental yang umum ditandai oleh suasana hati yang rendah, penurunan energi, menurunnya minat atau rasa kesenangan, perasaan rendah diri atau perasaan bersalah, kehilangan nafsu makan, kesulitan tidur serta berkonsentrasi. Apalagi depresi seringkali diikuti oleh gejala kecemasan. Masalah ini dapat terjadi secara berulang serta dapat menimbulkan gangguan yang berdampak pada kemampuan individu ketika mengurus kegiatan sehari-hari yang menjadi tanggung jawabnya (Marcus et al, 2012).

Menurut Rice (1992) (dalam Dirgayunita, 2016) depresi adalah gangguan mood dan kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental (berpikir, berperasaan dan berperilaku) seseorang. Pada umumnya mood yang secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan.

Berdasarkan uraian dari beberapa definisi sebelumnya, ditarik kesimpulan bahwa depresi yaitu suatu gangguan suasana perasaan yang berlangsung dalam kurun waktu selama dua minggu atau lebih, yang ditandai oleh perasaan hampa, sulit untuk tidur, putus asa atau kehilangan minat dalam melakukan beberapa kegiatan, merasakan kesedihan, perasaan bersalah, penurunan energi, harga diri yang rendah, tidak memiliki nafsu makan, suasana hati yang tertekan, konsentrasi yang terganggu dan keterbelakangan psikomotor.

2. Aspek-Aspek Depresi

Menurut Radloff (1977) terdapat empat aspek depresi, yaitu sebagai berikut:

- a. *Depressed affect*, ditandai dengan adanya emosi yang negatif, seperti depresi, kesepian, serta kesedihan atau menangis.
- b. *Positive affect*, ditandai dengan adanya emosi yang positif, seperti harapan, kebaikan, kegembiraan, dan kebahagiaan.
- c. *Somatic and retarded activity*, ditandai dengan munculnya gejala psikologis yang berkaitan dengan kondisi tubuh, sehingga menyebabkan individu merasa terganggu, hilangnya nafsu makan, energi yang dibutuhkan menjadi lebih banyak untuk aktivitas sehari-hari, kurang tidur atau tidur yang berlebihan, kesulitan memecahkan masalah, dan menghindari tanggung jawab.

- d. *Interpersonal*, ditandai dengan memiliki hubungan yang tidak bersahabat dan perasaan negatif individu atau perasaan tidak suka yang berkaitan dengan perilaku orang lain.

Berdasarkan uraian dari aspek depresi menurut Radloff (1977) di atas, ditarik kesimpulan bahwa depresi memiliki empat aspek yaitu *depressed affect*, *positive affect*, *somatic and retarded activity*, dan *interpersonal*. Pengukuran depresi dilakukan dengan mengukur keempat aspek di atas menggunakan skala depresi CES-D (*Center for Epidemiologic Studies Depression Scale*) dari Radloff (1977) yang mengacu pada DSM-III. Skala ini merupakan laporan diri singkat untuk mengukur depresi pada masyarakat umum, salah satunya ibu hamil.

3. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Depresi

Beberapa faktor yang dapat memengaruhi depresi pada ibu hamil yaitu faktor biologis, sosial, dan psikologis. Berikut akan diuraikan beberapa faktor tersebut yaitu sebagai berikut:

a. Faktor Biologis

1) Faktor genetik

Santrock (2014) (dalam Putri, 2020) gen ikut berpengaruh mengenai terjadinya depresi, namun ada beberapa gen yang belum diketahui bagaimana gen tersebut bekerja di dalam tubuh individu. Jika selama masa kehamilan seorang ibu mengalami depresi maka keturunannya tidak akan langsung mengalami depresi, tetapi risiko anak yang dilahirkan untuk mengalami depresi akan semakin meningkat.

Penelitian Weissman et al (dalam Bembnowska & Joško-Ochojska, 2015) membuktikan bahwa depresi pada ibu dan kecemasannya selama kehamilan dapat diwariskan dan menyebabkan gangguan kecemasan dan depresi pada bayi yang baru lahir. Menurut beberapa penelitian, depresi dapat dikaitkan dengan gen yang menempati posisi tetap pada kromosom 8, 15 dan 17 (Holmans et al, 2007). Hasil penelitian Lutfiyah (2021) menyebutkan bahwa tidak ditemukan adanya gen tunggal yang dapat menyebabkan depresi. Namun, interaksi antar gen dapat memengaruhi produksi *serotonin* dan hormon *tiroid*.

2) Susunan kimia otak

Jumlah *neurotransmitter* diasosiasikan dengan susunan kimia yang terdapat di otak. Bembnowska dan Joško-Ochojska (2015) menerangkan bahwa ketika produksi dari *neurotransmitter serotonin* berkurang pada ibu hamil, akan menyebabkan munculnya simtom depresi serta munculnya kemungkinan yang dapat menimbulkan tindakan dan pemikiran untuk melakukan bunuh diri.

Studi penelitian yang dilakukan di *University of Pisa* di Italia mengkonfirmasi bahwa kekurangan *neurotransmitter serotonin* memainkan peran penting dalam perkembangan depresi pada ibu hamil. Ditemukan juga bahwa sistem *tryptophan-kynurenine* mungkin menjadi salah satu penyebab utama interaksi antara faktor genetik dan lingkungan yang terlibat dalam patofisiologi depresi (Marazziti et al, dalam Bembnowska & Joško-Ochojska, 2015).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan mempernyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Faktor Sosial

1) Usia

Usia yang tepat untuk seorang wanita melahirkan yaitu pada rentang usia 20-30 tahun bagi sebagian besar masyarakat, karena pada usia tersebut mampu mendukung masa perawatan bayi yang maksimal. Usia dibawah 20 tahun serta di atas 40 tahun dapat menyebabkan risiko depresi yang tinggi pada ibu hamil. Karena pada usia dibawah 20 tahun kondisi fisik terutama organ reproduksi dan psikologis belum 100% siap menjalani masa kehamilan dan pasca persalinan. Sedangkan usia diatas 40 tahun merupakan keadaan yang dikategorikan dalam resiko tinggi terhadap kelainan bawaan serta adanya penyulit selama masa kehamilan dan persalinan (Muzakkir et al, 2019). Selain itu, kesiapan mental seorang wanita ketika akan menjadi seorang ibu selalu dihubungkan dengan usia kehamilan dan usia kelahiran (Limoa dalam Asida, 2019).

Penelitian Wulandari dan Perwitasari (2021) mengemukakan bahwa faktor ibu seperti usia dan kehamilan diluar rahim juga ditemukan sebagai penyebab depresi selama kehamilan. Usia ibu yang berisiko akan memiliki pengaruh terhadap kesiapan bereproduksi dan menjadi orang tua. Norman (dalam Wulandari & Perwitasari 2021) melaporkan bahwa kelompok usia yang paling banyak menderita gejala depresi adalah usia > 35 tahun. Resiko kematian ibu setelah melahirkan meningkat pesat seiring dengan bertambahnya usia ibu saat hamil dan melahirkan. Wanita hamil yang berusia lanjut semakin rentan terhadap risiko kelainan kehamilan yang

membahayakan kesehatan dan masalah kesehatan fisik seperti penurunan energi, mudah lelah, konstipasi, serta insomnia. Hal tersebut akan makin memperberat kondisi ibu jika ditambah dengan tekanan psikologis, stress, sosial, ekonomi, sehingga memberi peluang tinggi terjadinya depresi.

2) Jenis kelamin

Hasil riset Albert (2015) memperlihatkan bahwa wanita jauh lebih sering didiagnosis mengalami depresi dibanding pria. Tetapi bukan berarti wanita rentan mengalami depresi. Terdapat beberapa alasan mengapa wanita lebih sering didiagnosis mengalami depresi dikarenakan sistem hormon wanita yang menyebabkan terjadinya depresi, terlebih lagi pada ibu hamil ketika terjadi perubahan hormon menyebabkan terjadinya peningkatan kemungkinan ibu hamil mengalami depresi.

Sejalan dengan penelitian Handayani dan Fourianalistyawati (2018) yang mengatakan bahwa depresi juga terjadi karena adanya perubahan hormon yang memengaruhi suasana hati/ perasaan ibu hamil, sehingga mereka merasa kesal, jenuh atau sedih tanpa alasan. Selain itu, gangguan tidur yang kerap terjadi menjelang proses kelahiran, dan adanya kekhawatiran akan kandungannya dapat menyebabkan ibu menjadi merasa tertekan dan depresi.

3) Tingkat Pendidikan

Tujuan dari pendidikan yaitu untuk merubah pola tingkah laku, pola pikir, serta pola dalam mengambil keputusan dalam hidup. Tingkat pendidikan yang dimiliki oleh seseorang mampu memberi pengaruh

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap respon yang berasal dari luar dirinya. Selain itu, depresi ternyata juga memiliki hubungan dengan tingkat pendidikan, dikarenakan jika tingkat pendidikan semakin tinggi maka kemungkinan individu mengalami depresi semakin rendah (Asida, 2019). Dikarenakan individu yang berpendidikan tinggi akan lebih realistis dan lebih aktif dalam memecahkan masalah dibandingkan dengan yang berpendidikan rendah. Semakin tinggi tingkat pendidikan diharapkan akan lebih mampu dalam menyesuaikan diri (Solama et al, 2023).

Hasil penelitian Cenksoy (2013 dalam Munisah et al, 2021) menjelaskan bahwa ketika skor kecemasan yang diperoleh tinggi sampai dengan depresi yang terjadi pada ibu dalam kondisi hamil atau setelah melahirkan, dipengaruhi oleh salah satu penyebabnya yaitu tingkat pendidikan yang kurang (sangat rendah).

4) Status pekerjaan ibu

Ibu hamil yang bekerja di luar rumah lebih cenderung mengalami depresi selama masa kehamilan, dibanding ibu hamil yang bekerja di rumah atau menjadi ibu rumah tangga. Dikarekan pekerjaan selalu dikaitkan dengan aktivitas fisik, apalagi pekerjaan yang dilakukan di luar rumah, terlebih lagi ketika pekerjaan tersebut memerlukan aktivitas banyak yang dapat membuat ibu hamil mudah merasa lelah, tertekan, dan mengalami penurunan energi. Sehingga membuat ibu hamil tersebut rentan untuk mengalami depresi selama kehamilan (Asida, 2019).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil penelitian Tsai (2023) menemukan bahwa secara umum, sebagian besar data dan kebijakan yang ada mengenai gangguan jiwa perinatal pada perempuan berpusat pada depresi antenatal selama kehamilan atau depresi postnatal setelah melahirkan. Hasil penelitian ini menemukan bahwa ibu yang bekerja sangat rentan terhadap depresi di tempat kerja karena kurang tidur dan mengabaikan masalah psikologis dan emosional karena persaingan tuntutan dari rumah dan pekerjaan.

c. Faktor Psikologis

1) Kepribadian

Zahn et al, (2015) menerangkan bahwa seorang individu dengan kepribadian yang suka menyalahkan dirinya sendiri atas segala kejadian yang telah terjadi, memiliki keterampilan sosial yang rendah, merasa tidak berdaya, mempunyai pandangan negatif terhadap orang lain, diri sendiri, lingkungan, dan masa depan, maka individu tersebut rentan untuk terkena depresi.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di masyarakat umum menemukan bahwa terdapat hubungan antara sifat kepribadian tertentu dan peningkatan risiko depresi. Hubungan seperti itu terutama diidentifikasi untuk tipe kepribadian *neuroticism* dan *introversion* (Maliszewska et al, 2016). Kemudian didapatkan juga hasil bahwa kepribadian dan dukungan sosial menjadi penyebab depresi pada ibu hamil (Rahayu & Ferian, 2020).

2) *Self-compassion*

Mackintosh et al, (2018) membuktikan bahwa depresi berkorelasi negatif dengan *self-compassion*. *Self-compassion* dapat menurunkan depresi secara signifikan dan mampu bertahan selama tiga bulan, bahkan *self-compassion* mampu meningkatkan kebahagiaan secara signifikan. *Self-compassion* bisa membuat individu merasa aman dari emosi yang negatif saat individu tersebut berada pada kejadian yang tidak menyenangkan atau menyedihkan.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Chairunnisa dan Fourianalistyawati (2019) yang menemukan bahwa *self-compassion* mempunyai hubungan negatif secara signifikan dengan depresi pada ibu hamil. Maksudnya yaitu semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki oleh ibu hamil, maka semakin berpengaruh terhadap penurunan depresi yang dimilikinya. *Self-compassion* dapat memengaruhi depresi pada ibu hamil, karena dapat menjadikan ibu hamil tersebut jauh lebih kuat ketika berhadapan dengan berbagai peristiwa, mampu memberikan kebaikan dan perhatian untuk dirinya sendiri dan tidak berlarut-larut dalam kesedihan yang berkepanjangan.

3) Kognitif

Santrock (dalam Putri, 2020) menjelaskan bahwa individu yang cenderung memiliki persepsi negatif terhadap dirinya, orang lain, lingkungan dan masa depan akan terbiasa mengembangkan pola pikir negatif dalam dirinya sehingga individu tersebut memiliki kecenderungan

untuk mengalami depresi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Gotlib dan Joormann (dalam Putri, 2020) yang memaparkan bahwa individu dengan depresi menunjukkan peningkatan elaborasi informasi negatif, kesulitan melepaskan diri dari hal negatif serta kurangnya kontrol kognitif saat memproses informasi negatif.

4) Harga diri

Individu yang tidak mampu dalam menjalani kehidupan dengan positif, akan mengakibatkan rendahnya harga diri yang akan menyebabkan munculnya depresi. Kiang, Witkow, dan Champagne (2013), membuktikan bahwa semakin rendah harga diri seseorang maka semakin tinggi simtom depresi yang akan dialami.

Hasil penelitian Wardani et al, (2021) menunjukkan bahwa ibu dengan harga diri rendah berisiko lebih tinggi menyebabkan depresi, sehingga perlu upaya untuk meningkatkan harga diri ibu agar bahagia selama menjalani masa transisi kehamilan. Ibu dengan harga diri rendah memiliki perasaan tidak kompeten, citra diri yang buruk, memiliki perasaan tidak berharga, penolakan, penyesalan, rasa malu dan rasa bersalah. Hal ini dapat menyebabkan depresi pada ibu hamil. Sedangkan ibu dengan harga diri tinggi merasa menyukai tugasnya sebagai seorang ibu, sehingga dapat menjalankan tugasnya dengan hati yang senang dan perasaan terbuka yang membuat ibu jauh dari depresi.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. *Self-compassion*

1. Pengertian *Self-compassion*

Neff (2003a) mendefinisikan *self-compassion* yaitu sebagai sikap diri yang melibatkan perasaan tersentuh dan terbuka terhadap penderitaan yang sedang dialami, tidak menghindari atau memutuskan hubungan dengan penderitaan tersebut, membangkitkan keinginan untuk meringankan penderitaannya dan menyembuhkan diri sendiri dengan kebaikan. *Self-compassion* juga melibatkan pemahaman untuk tidak menghakimi diri terhadap rasa sakit, terhadap kekurangan dan kegagalan.

Self-compassion menurut Breines dan Chen (2012) yaitu sikap diri yang melibatkan memperlakukan diri sendiri dengan kehangatan, memberi pengertian di saat sulit serta menyadari bahwa dengan membuat kesalahan merupakan bagian dari menjadi manusia. *Self-compassion* menurut Neff (2016) yaitu kebaikan diri yang berarti bersikap lembut, mendukung, memahami diri sendiri, memberikan kehangatan, menerima diri sendiri tanpa syarat, menenangkan dan menghibur diri sendiri di saat-saat sulit atau saat mengalami kegagalan, daripada menghakimi diri sendiri secara kasar karena kekurangan yang dimiliki.

De Souza dan Hutz (2016) selanjutnya menjelaskan *self-compassion* merupakan sikap yang mampu membuka suatu peluang untuk diri agar tetap berhubungan serta dapat terbuka terhadap kesulitan yang sedang dirasakan sekaligus berusaha agar tidak melarikan diri atau berpaling dari kesulitan tersebut. Menurut Gilbert dan Choden (dalam Cleare et al, 2019) salah satu pengertian *self-compassion* yang lebih sering digunakan yaitu didasarkan pada

konseptualisasi Budha tentang *self-compassion* sebagai motivasi untuk mencegah penderitaan pada orang lain maupun diri sendiri seperti, menjadi peka terhadap penderitaan dengan komitmen mendalam untuk mencoba mencegah dan meringankan penderitaan yang dialami diri sendiri maupun orang lain.

Dari beberapa definisi *self-compassion* menurut ahli di atas, ditarik kesimpulan bahwa *self-compassion* yaitu sikap diri yang memperlakukan diri sendiri dengan sikap yang lembut, mengasihi, mendukung, peduli, dan memahami diri sendiri ketika sedang berada dalam kesulitan, penderitaan, maupun kegagalan, sehingga individu mampu untuk menerima dirinya sendiri dan tidak melarikan diri atau berpaling dari pengalaman yang buruk tersebut.

2. Komponen *Self-compassion*

Self-compassion menurut Neff (dalam Sugianto et al, 2020) mempunyai tiga komponen dalam suatu sistem yang terkait, yaitu *self-kindness*, *common-humanity*, dan *mindfulness*. Adapun penjelasan lebih lanjut mengenai komponen dari *self-compassion* tersebut adalah sebagai berikut:

a) Kebaikan diri (*self-kindness*)

Kebaikan diri atau *self-kindness* menggambarkan kecenderungan untuk memiliki sikap yang baik dan dapat menenangkan diri sendiri ketika sedang berhadapan dengan suatu kesulitan, daripada keras dan mengkritik diri sendiri (Kim dan Ko, 2018). *Self-kindness* juga lebih menekankan kepada seorang individu untuk bersikap lembut, mendukung, dan memahami diri sendiri. Daripada menghakimi diri sendiri yang merupakan kebalikan dari *self-kindness* yaitu *self-judgement*, yang merupakan sikap kasar karena kekurangan pribadi, cenderung merendahkan diri

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sendiri, sehingga timbul perasaan tidak pernah merasa cukup atau puas terhadap potensi atau pencapaian yang dimiliki (Neff, 2016).

b) Sifat manusiawi (*common-humanity*)

Sifat manusiawi atau *common-humanity* melibatkan pengakuan bahwa seluruh manusia itu tidak ada yang bisa menjadi sempurna, dan seluruh kesulitan maupun kegagalan sebagai bagian alami dari kehidupan manusia (Kim & Ko, 2018). *Common-humanity* ini juga memandang pengalaman suatu individu sebagai suatu pengalaman yang lebih besar daripada memandangnya sebagai suatu pengasingan atau pemisahan. *Common-humanity* menekankan pada perasaan terhubung dengan orang lain sebagai suatu mekanisme dalam mendukung penerimaan diri sendiri (Cleare et al, 2019).

Kebalikan dari *common-humanity* yaitu *isolation* yang merupakan arti dari pengasingan. Seorang individu melihat kegagalan dan ketidaksempurnaan diri sebagai sesuatu hal yang memalukan. *Isolation* menyebabkan seseorang berpikir secara tidak rasional, sehingga mengakibatkan individu merasa tidak terhubung lagi dengan lingkungan sekitar dan merasa dirinya sendirian ketika menghadapi sebuah kegagalan (Sugianto et al, 2020).

c) Kesadaran (*mindfulness*)

Mindfulness merupakan kesadaran yang seimbang antara pikiran dan perasaan yang menyakitkan serta mempertahankan kesadaran tersebut, bukan dengan menyangkal atau terlalu mengidentifikasi perasaan dan pikiran yang menyakitkan tersebut (Neff dalam De Souza & Hutz, 2016). *Mindfulness* ini menekankan kepada

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kejernihan dalam melihat bahwa individu sedang menderita tanpa terokupasi pada pemikiran dan perasaan bahwa ia menderita atau gagal. (Sugianto et al, 2020).

Mindfulness tidak boleh terjebak dalam alur cerita yang berlebihan mengenai aspek negatif dari pengalaman hidup atau dari diri sendiri, hal ini disebut sebagai over-identification. *Over-identification* ini yaitu lawan dari *mindfulness* yang memiliki arti identifikasi yang berlebihan, dimana seorang individu cenderung merasa seperti tenggelam atau terbawa dalam reaksi emosional yang timbul ketika berbuat kesalahan sehingga memudahkan realitas yang sudah ada (Neff, 2016).

Komponen-komponen *self-compassion* merupakan suatu konstruk yang berdiri secara independen, tetapi memengaruhi satu sama lain (Neff, 2016). *Self-compassion* melihat respons emosional ketika mengalami penderitaan (lebih mengasihi dan tidak menghakimi), memahami secara kognitif kesulitan yang dialami (sebagai bagian dari kehidupan dan bukannya merasa sendirian dalam penderitaan), serta memerhatikan kesulitan (secara jernih tanpa larut dalam perasaan menderita (Sugianto et al, 2020).

C. Kerangka Berpikir

Menurut Radloff (1977) depresi merupakan suatu kondisi dengan gejala-gejalanya yaitu suasana hati yang tertekan, merasa sangat tidak berdaya dan putus asa, merasa tidak berharga dan sangat bersalah, nafsu makan menurun, gangguan tidur, dan keterbelakangan psikomotor. Depresi dapat dirasakan oleh ibu hamil, karena adanya perubahan hormon estrogen dan progesterone yang memengaruhi mood ibu hamil (Handayani & Fourianalistyawati, 2018).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Terdapat faktor psikologis yang berasal dari dalam diri ibu hamil (faktor internal) dan berkorelasi dengan rendahnya tingkat depresi (Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Faktor internal tersebut terdiri dari strategi *coping*, resiliensi, sifat kepribadian, keberhargaan diri (Dumont & Provost, 1999) dan *self-compassion* (Felder et al, 2016). Mackintosh et al, (2018) membuktikan bahwa depresi berkorelasi negatif dengan *self-compassion*. Karena dapat membuat ibu hamil merasa aman dari emosi yang negatif saat ibu hamil tersebut berada pada kejadian yang tidak menyenangkan atau menyedihkan.

Menurut Neff (2003a) *self-compassion* yaitu sikap diri yang melibatkan perasaan tersentuh dan terbuka terhadap penderitaan yang sedang dialami, tidak menghindari atau memutuskan hubungan dengan penderitaan tersebut, membangkitkan keinginan untuk meringankan penderitaannya dan menyembuhkan diri sendiri dengan kebaikan. Maksud dari *self-compassion* pada riset ini, yaitu ibu hamil mampu menimbulkan sikap mengasihani dan peduli terhadap dirinya sendiri dengan cara memahami diri saat mengalami kesulitan sehingga terhindar dari depresi.

Self-compassion mampu meningkatkan kualitas hidup dan berperan dalam memprediksi kesehatan mental pada ibu hamil agar terhindar dari depresi. Ketika ibu hamil mempunyai *self-compassion* yang baik, ibu hamil tersebut dapat merasa lebih terikat dan aman. *Self-compassion* juga mampu membantu ibu dan janin dalam membangun *attachment* yang lebih baik (Mohamadirizi et al, 2016). *Self-compassion* yang tinggi pada ibu hamil akan mempunyai depresi dengan tingkat yang rendah, begitu juga sebaliknya *self-compassion* yang rendah akan membuat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ibu hamil mempunyai depresi yang tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-compassion* mempunyai hubungan negatif secara signifikan terhadap depresi pada ibu hamil dan *self-compassion* mampu memperkecil suatu kemungkinan seorang individu untuk mengalami depresi, baik saat periode kehamilan ataupun sepanjang periode kehidupan (Felder et al, 2016).

Berdasarkan aspek depresi menurut Radloff (1977) yang terdiri atas *depressed affect*, *positive affect*, *somatic and retarded activity*, dan *interpersonal*. Dapat dipahami bahwa setiap ibu hamil memiliki emosi yang berbeda-beda dalam menghadapi suatu permasalahan dalam hidup. Yang dimana jika ibu hamil tidak mampu mengatasi permasalahan dalam hidupnya dengan baik, maka akan muncul gejala somatik (*somatic and retarded activity*), ibu hamil tersebut juga tidak memiliki hubungan yang bersahabat (*interpersonal*), dan menimbulkan emosi negatif terhadap kehidupannya (*depressed affect*). Sebaliknya jika individu mampu mengatasi permasalahannya dengan baik akan menimbulkan emosi positif (*positive affect*) (Maslita et al, 2021).

Depresi pada ibu hamil memiliki hubungan positif terhadap terganggunya keberfungsian pada ibu, kelahiran secara *premature*, rendahnya berat badan bayi saat lahir, dan risiko terkena depresi *postpartum*. Menurut Luoma et al, (dalam Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019) depresi pada ibu hamil dapat memengaruhi kesehatan dan penyesuaian anak dalam jangka panjang, di mana pengalaman depresi selama masa kehamilan merupakan faktor prediktor terkuat. Depresi juga menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan ibu hamil memiliki kualitas hidup yang buruk (Fauzy & Fourianalistyawati, 2017).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Self-compassion terdiri dari tiga komponen yaitu *self-kindness*, *common-humanity*, dan *mindfulness*. Ketiga komponen ini saling berkaitan satu sama lain, sehingga apabila individu memiliki *self-compassion* yang baik dapat terlihat dari ketiga komponen tersebut (Neff dalam Juliana, 2019).

Self-kindness merupakan kemampuan untuk memahami dan menerima diri apa adanya walaupun dalam keadaan yang tertekan sehingga meminimalkan kecenderungan untuk depresi. Pada dasarnya individu yang mudah terkena depresi menolak menerima kejadian hidup yang sulit sehingga dapat mengakibatkan individu berpikir bahwa hal tersebut adalah sebuah kegagalan (Danisati, 2018). Ibu hamil yang memiliki *self-kindness* tinggi diprediksi cenderung memiliki sikap baik dalam menerima dan memahami keadaan yang sedang dialaminya selama masa kehamilan. (Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Hal tersebut diperkuat oleh pernyataan dari Rachmawati et al, (2017) bahwa sikap baik yang ditunjukkan ibu hamil selama masa kehamilan dapat berupa sikap yang positif atau respon yang baik dalam mencerminkan kepedulian terhadap kesehatan diri dan janinnya sehingga terhindar dari depresi. Aspek ini secara konsep bertolak belakang dengan *self-judgement*, yaitu mengadili dan mengkritik diri sendiri secara berlebihan. Ibu hamil yang memiliki *self-judgement* tinggi cenderung menyalahkan dirinya secara berlebihan atas kondisi yang dialaminya selama masa kehamilan.

Common humanity merupakan kemampuan individu untuk melihat kesulitan hidup dan kegagalan sebagai suatu hal yang wajar dialami semua orang (Danisati, 2018). Ibu hamil yang memiliki *common humanity* yang tinggi diprediksi cenderung memandang pengalaman selama masa kehamilannya sebagai hal yang

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

umumnya dialami oleh kebanyakan ibu hamil lainnya (Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Artinya ketika ibu hamil tersebut dihadapkan pada kesulitan hidup maupun kegagalan, ibu hamil mampu untuk berpikir bahwa ini hal yang wajar dialami oleh semua orang dan *common humanity* menekankan pada perasaan terhubung dengan orang lain sehingga ibu hamil tidak merasa sendirian dan mendapatkan dukungan dalam menghadapi kesulitan selama masa kehamilan sehingga terhindar dari depresi (Cleare et al, 2019). Hal ini didukung oleh penelitian Zuhrotunida dan Yudiharto (2017) bahwa dukungan sangat diperlukan oleh ibu hamil, seperti ketika akan menghadapi proses persalinan, karena ibu hamil tersebut merasa tidak sendiri dalam menghadapi proses persalinan nanti, melainkan ada dukungan yang selalu diberikan sehingga ibu hamil tersebut bisa merasa lebih tenang dalam menghadapi proses persalinan. Aspek ini bertolak belakang dengan *isolation*, yang memandang pengalaman diri secara terpisah dari pengalaman orang lain. Ibu hamil yang memiliki *isolation* tinggi cenderung memandang pengalaman dirinya sebagai sesuatu yang hanya dialami oleh dirinya saja, sedangkan orang lain memiliki kondisi yang lebih baik dari kondisi yang dialaminya.

Mindfulness yang berarti bahwa individu akan menghadapi kenyataan yang ada tanpa melebih-lebihkan (Danisati, 2018). Ibu hamil dengan *mindfulness* tinggi diprediksi cenderung dapat menjaga keadaan pikirannya secara seimbang tanpa melebih-lebihkan masalah yang sedang dialami selama kehamilan, sehingga terhindar dari depresi (Chairunnisa & Fourianalistyawati, 2019). Sejalan dengan penelitian Pertiwi (2021) yang menemukan bahwa individu dengan *mindfulness* yang tinggi akan mampu menyadari penderitaan dalam diri tanpa melebih-

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lebihkannya, dan ketika individu benar-benar menyadari penderitaan yang terjadi, maka individu tersebut akan mempunyai kesempatan untuk meregulasinya. Aspek ini secara konsep bertolak belakang dengan *overidentification* yang cenderung terlarut dalam pikiran dan perasaan negatif yang dimilikinya. Ibu hamil dengan *overidentification* tinggi cenderung larut dalam emosi-emosi negatif yang dimilikinya selama masa kehamilan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa ibu hamil yang mempunyai *self-compassion* yang baik maka dia dapat menerima segala masalah tanpa merasa bahwa dia satunya orang yang paling sengsara, sehingga ibu hamil tersebut tidak rentan mengalami depresi. *Self-compassion* pada ibu hamil juga mampu mengarahkan keyakinan ke arah yang positif walau sedang mengalami masalah. Ketika ibu hamil selalu berpikiran negatif mengenai dirinya sendiri, maka dia hanya akan menganggap dirinya orang paling sengsara saat mengalami masalah sehingga rentan memunculkan depresi.

Berdasarkan penguraian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang bersifat negatif antara depresi selama masa kehamilan dengan *self-compassion*. Terdapat suatu kemungkinan bahwa tingkat depresi pada ibu hamil dapat berkurang melalui *self-compassion*. Ibu hamil yang depresi juga mampu memberi akibat yang buruk untuk ibu hamil itu sendiri maupun anak yang akan lahir dalam kurun waktu yang panjang. Oleh karena itu, dengan adanya *self-compassion*, diharapkan depresi pada ibu hamil dapat berkurang.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian ini yaitu, ada hubungan negatif antara *self-compassion* dengan depresi pada ibu hamil. Semakin tinggi *self-compassion* pada ibu hamil maka depresi yang dialami akan semakin rendah. Begitu pula sebaliknya semakin rendah *self-compassion* pada ibu hamil maka depresi yang dialami semakin tinggi.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan mempernyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang dipakai yaitu penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional. Metode penelitian kuantitatif yaitu suatu metode penelitian yang dipakai di beberapa populasi dan sampel saat penelitian dilakukan. Kemudian data dikumpulkan dengan memakai instrumen penelitian dan analisis data bertujuan untuk menguji hipotesis yang bersifat kuantitatif/ statistik (Sugiyono, 2015). Penelitian korelasional menurut Arikunto (2010) adalah studi yang berupaya untuk melihat ada atau tidak hubungan yang dimiliki antara dua atau lebih variabel, sehingga memungkinkan peneliti untuk memahami bagaimana perubahan satu variabel mampu berkorelasi dengan variabel lainnya. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada atau tidak hubungan antara variabel X yaitu *self-compassion* dengan depresi sebagai variabel Y pada ibu hamil.

B. Variabel Penelitian

Variabel yaitu semua hal yang memiliki banyak variasi untuk bisa dipelajari oleh peneliti agar mendapatkan informasi lalu ditarik kesimpulannya (Sugiyono 2015). Variabel dalam penelitian ini adalah variabel bebas (X) serta variabel terikat (Y) yang dapat dilihat berikut ini:

1. Variabel bebas (X) : *self-compassion*
2. Variabel terikat (Y) : depresi

C. Definisi Operasional

1. Depresi

Depresi yaitu suatu gangguan suasana perasaan yang terjadi pada ibu hamil dengan ditandai oleh suasana hati yang rendah, mengalami gangguan tidur, kehilangan nafsu makan serta kehilangan minat terhadap segala aktivitas yang sering dilakukan. Depresi pada ibu hamil akan diketahui melalui skala depresi CES-D (*Center for Epidemiologic Studies Depression Scale*) dari Radloff (1977) dan telah diterjemahkan oleh Andrita Asida (2019), yang terdiri dari aspek *depressed affect*, *positive affect*, *somatic and retarded activity*, dan *interpersonal*. Semakin tinggi skor yang diperoleh ibu hamil maka depresi yang dimiliki semakin tinggi. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh ibu hamil maka depresi yang dimiliki semakin rendah.

2. *Self-compassion*

Self-compassion pada ibu hamil yaitu sikap yang baik terhadap diri sendiri dengan mengenali diri saat menghadapi kesulitan, dapat menerima dan menjadikan kesulitan tersebut sebagai bagian dari dirinya sendiri daripada melarikan diri dari kesulitan yang sedang dihadapi. Untuk mengetahui *self-compassion* pada ibu hamil, maka dilakukan pengukuran dengan menggunakan *Self-compassion Scale* (SCS) yang telah diterjemahkan oleh Sugianto et al, (2020) dengan aspek *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Semakin tinggi skor yang diperoleh ibu hamil maka *self-compassion* yang dimiliki semakin tinggi. Sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh ibu hamil maka *self-compassion* yang dimiliki semakin rendah.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi yang didefinisikan oleh Sugiyono (2015) merupakan bagian dari generalisasi terhadap subjek maupun objek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu, lalu ditentukan oleh peneliti agar dapat dipelajari kemudian diambil kesimpulannya. Pada penelitian ini, populasi yang digunakan yaitu para ibu hamil yang berada di Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru dengan jumlah 1.039 ibu hamil. Jumlah ibu hamil ini didapat berdasarkan data dari bulan Januari hingga Desember tahun 2022 pada kunjungan pertama (K1) Puskesmas Melur dan Puskesmas Langsung yang berada di Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru.

Alasan peneliti memilih Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru sebagai lokasi penelitian dikarenakan kecamatan ini merupakan salah satu tempat sentral untuk mendapatkan pelayanan umum dan merupakan kecamatan yang berada di tengah-tengah kota Pekanbaru. Sehingga dalam kecamatan ini sudah banyak sekali berbagai macam suku, pendidikan, dan pekerjaan yang dimiliki masyarakat yang berada dalam Kecamatan ini (Mardatillah, 2018). Kemudian berdasarkan data yang didapat oleh peneliti dari Puskesmas Melur dan Langsung, mulai dari bulan Januari hingga Desember 2022 terdapat sebanyak 91 ibu hamil terdeteksi resiko tinggi. Yang dimana salah satu penyebab ibu hamil mengalami resiko tinggi yaitu depresi (Dewi et al, 2019). Sehingga, hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti ibu hamil yang berada di wilayah Kecamatan Sukajadi Kota pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Sampel

Sampel menurut Sugiyono (2015) merupakan bagian dari karakteristik serta jumlah yang dimiliki populasi. Jumlah sampel yang dipilih untuk penelitian ini yaitu dengan memakai *software* G*Power 3.1 (Erdfelder et al, 2009). Secara umum, perhitungan ukuran sampel dan analisis kekuatan ditentukan oleh faktor-faktor seperti ukuran efek, kekuatan ($1-\beta$), tingkat signifikansi (α), dan jenis analisis statistik. Pilihan ukuran efek dapat bervariasi tergantung pada desain penelitian, metode pengukuran hasil, dan metode statistik yang digunakan. Dari sekian banyak ukuran efek yang disarankan, *software* G*Power secara otomatis memberikan nilai ukuran efek konvensional yang disarankan oleh Cohen (Kang, 2021).

Jumlah sampel dalam penelitian ini didapatkan dari perhitungan dengan memilih *effect size* dari Cohen yaitu *medium effect size* sebesar 0,3, menentukan level signifikansi atau *alpha err prob* yaitu peneliti memilih signifikansi 0,01 dengan tingkat kepercayaan 99%, dan menentukan *power* dimana *statistical power* yang diharapkan yaitu sebesar 80% atau sebesar 0,80 sehingga didapatkan hasil total *sample size* sebanyak 107 responden. Hasil ini didapat dengan menggunakan bantuan *software* G*Power 3.1 Statistik.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik yang ingin dipakai pada penelitian ini yakni *non probability sampling* yaitu salah satu teknik pengambilan sampel dengan menggunakan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). *Purposive sampling* atau bisa disebut juga dengan *judgemental sampling* berlandaskan pada pertimbangan peneliti dalam memilih subjek yang mampu memberikan informasi paling sesuai dengan tujuan penelitian

(Kumar,2014). Sehingga, peneliti harus memiliki kriteria-kriteria sampel yang mendukung penelitiannya.

Adapun kriteria sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Ibu hamil pada masa dewasa awal, yaitu berusia 18-40 tahun (Hurlock, 1980)
2. Memiliki pasangan

Menurut Diani dan Susilawati (2013) pasangan sangat dibutuhkan selama masa kehamilan dan dukungan dari pasangan sangat penting bagi ibu hamil dalam mengurangi tingkat kecemasan agar ibu hamil dapat hidup sehat dan terhindar dari depresi selama masa kehamilan. Sehingga peneliti memilih ibu hamil yang memiliki pasangan sebagai satu kriteria sampel

Peneliti akan mengambil sampel melalui penyebaran kuesioner secara *offline* dan *online*. Pertama, peneliti mengambil sampel secara *offline* yaitu menyebarkan kuesioner secara langsung di lokasi penelitian, dengan cara mendatangi subjek penelitian secara langsung kemudian memberikan kuesioner yang nantinya akan diisi oleh subjek penelitian. Kedua, peneliti mengambil sampel secara *online* yaitu membuat kuesioner *online* dengan menggunakan *google form*, kemudian *link google form* disebar ke subjek penelitian melalui media *Whatsapp* dan *Instagram*.

Dalam pengambilan sampel tentunya peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dengan mengikuti kriteria sampel yang telah ditentukan sebelumnya, apabila ternyata terdapat subjek yang tidak sesuai dengan kriteria, maka sampel tersebut tidak dijadikan sebagai subjek penelitian. Pengambilan sampel akan berlangsung hingga target yang ditentukan sudah terpenuhi.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

E. Metode Pengumpulan Data

Skala merupakan metode pengumpulan data yang akan dipakai pada penelitian ini, dengan tujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai kondisi dan sikap diri dari subjek penelitian (Sugiyono, 2015). Adapun skala yang dipakai pada penelitian ini yaitu *Center for Epidemiological Studies Depression Scale* (CES-D) dan *self-compassion scale* (SCS) dengan menggunakan media kuesioner dan melalui *Google Form*.

1. *Center for Epidemiological Studies Depression Scale* (CES-D)

Skala yang biasanya digunakan untuk mengukur depresi diantaranya yaitu, *Beck Depression Inventory* (BDI), *The Edinburgh Post-Natal Depression Scale* (EPDS), *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS), *Geriatric Depression Scale* (GDS), *Hamilton Depression Rating Scale* (HDRS), dan salah satunya lagi adalah *Center for Epidemiological Studies Depression Scale* (CES-D).

Peneliti memilih skala CES-D untuk mengukur depresi pada populasi umum dari Radloff (1977) yang mengacu pada teori DSM-III. Peneliti menggunakan versi terjemahan skala CES-D yang telah diterjemahkan oleh Asida (2019). Skala ini merupakan sebuah laporan diri yang singkat dan telah dikembangkan untuk mengidentifikasi serta mengukur depresi pada masyarakat umum.

Skala CES-D dari Radloff (1977) ini masih banyak digunakan untuk mengukur depresi pada ibu hamil sampai sekarang ini. Sehingga peneliti dalam penelitian ini menggunakan alat ukur CES-D dari Radloff (1977). Skala CES-D memiliki 20 item dan menggunakan skala Likert yang terdiri dari 0-3 poin untuk mengukur perilaku atau perasaan depresi yang dialami individu dalam seminggu terakhir. Kemudian

ada item positif (*favorable*), 0 (tidak pernah), 1 (hampir tidak pernah), 2 (beberapa kali), 3 (sering). Sedangkan item negatif (*unfavorable*) ada 3 (tidak pernah), 2 (hampir tidak pernah), 1 (beberapa kali), dan 0 (sering).

Skala ini mempunyai empat aspek, yaitu *depressed affect* dengan 7 item *favorable*, *positive affect* dengan 4 item *unfavorable*, *somatic and retarded activity* dengan 7 item *favorable*, dan *interpersonal* dengan 2 item *favorable*.

Tabel 3.1

Blue print Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D) Sebelum Try Out

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Depressed affect</i>	Depresi, kesepian, serta kesedihan atau menangis	3, 6, 9, 10, 14, 17, 18		7
<i>Positive affect</i>	Harapan, kebaikan, kegembiraan, serta kebahagiaan		4, 8, 12, 16	4
<i>Somatic and retarded activity</i>	Gejala-gejala psikologis yang berkaitan dengan kondisi tubuh	1, 2, 5, 7, 11, 13, 20		7
<i>Interpersonal</i>	Perasaan negatif individu yang berkaitan dengan perilaku orang lain	15, 19		2
TOTAL				20

2. *Self-compassion Scale (SCS)*

SCS atau *Self-compassion Scale* merupakan skala dari Neff (2003b) yang bertujuan untuk mengukur *self-compassion* individu. Skala ini banyak di konstruksi berdasarkan dari definisi maupun komponen-komponen dari *self-compassion*. SCS ini adalah alat ukur yang sering dipakai dan skala yang paling sesuai dengan konsep

self-compassion dari Neff (2003b). Peneliti menggunakan SCS yang telah diterjemahkan oleh Sugianto et al (2020).

Alat ukur SCS mempunyai tiga komponen, yang terdiri dari *self-kindness vs self-judgement*, *common humanity vs isolation*, dan *mindfulness vs overidentification*, dengan total sebanyak 26 item *Self-kindness* dengan 5 item *favorable*, *common humanity* dengan 4 item *favorable*, dan *mindfulness* dengan 4 item *favorable* yang merupakan subskala positif. Sedangkan *self-judgement* dengan 5 item *unfavorable*, *isolation* dengan 4 item *unfavorable*, dan *overidentification* dengan 4 item *unfavorable* yang merupakan subskala negatif.

SCS menggunakan skala Likert yang terdiri dari 1-5 poin untuk mengukur tingkat *self-compassion* individu. Ada item positif (*favorable*) yang memiliki skor 1 (tidak pernah), 2 (hampir tidak pernah), 3 (kadang-kadang), 4 (sering), dan 5 (selalu dilakukan). Sementara item negatif (*unfavorable*) memiliki skor 1 (selalu dilakukan), 2 (sering dilakukan), 3 (kadang-kadang), 4 (hampir tidak pernah), dan 5 (tidak pernah).

Tabel 3.2
Blue print Self-compassion Scale (SCS) Sebelum Try Out

Komponen	Nomor Item		Jumlah Item
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self-kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26		5
<i>Self-judgement</i>		1, 8, 11, 16, 21	5
<i>Common humanity</i>	3, 7, 10, 15		4
<i>Isolation</i>		4, 13, 18, 25	4
<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22		4
<i>Overidentification</i>		2, 6, 20, 24	4
	TOTAL		26

F. Validitas Dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas berkaitan erat dengan alat penelitian yang digunakan oleh peneliti. Alat ukur yang valid dipakai untuk menghasilkan data yang valid. Suatu alat ukur disebut sangat valid jika fungsi pengukurannya memperoleh kesalahan yang minimal. Artinya, skor yang diperoleh tidak jauh berbeda dengan skor aslinya (Sugiyono, 2015).

Penelitian ini menggunakan validitas isi, yaitu penilaian yang didasarkan atas hubungan antara isi dengan pertanyaan atau item-item yang merupakan gambaran dari seluruh domain isi. Validitas isi pada penelitian ini diukur dan dievaluasi lewat *professional judgment* (Azwar dalam Rambe, 2022). Yang dimana maksud dari *professional judgment* yaitu meminta pendapat ahli dalam hal menguji validitas isi dari skala penelitian, yaitu dosen pembimbing dan narasumber/ penguji.

2. Indeks Daya Beda Aitem

Daya beda aitem atau sebagian menyebutnya daya diskriminasi aitem, merupakan salah satu tehnik guna meningkatkan reliabilitas skor tes dan mengacu pada sejauh mana aitem dapat membedakan antara individu maupun kelompok individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang ingin diukur. Pengujian daya beda aitem dilakukan berdasarkan kriteria korelasi aitem total dengan batasan $r_{ix} \geq 0,30$ (Azwar, 2009).

Pengujian indeks daya beda aitem dilakukan setelah uji coba (*try out*) pada kedua instrumen penelitian. *Try out* dimulai pada tanggal 10 November hingga 14 Desember 2022 di wilayah Pekanbaru, sebanyak 45 subjek ibu hamil diperoleh

melalui penyebaran kuesioner secara *offline* dan sebanyak 15 subjek secara *online* melalui *google form*. Pengujian daya beda aitem pada skala depresi terdapat 19 aitem valid dan 1 aitem gugur. Berikut merupakan *blue-print* hasil uji indeks beda daya aitem dari skala depresi CES-D:

Tabel 3.3
Blue-print Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D) Sesudah Try Out

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
		Valid	Gugur	
<i>Depressed affect</i>	Depresi, kesepian, serta kesedihan atau menangis	3, 6, 9, 10, 14, 17, 18	-	7
<i>Positive affect</i>	Harapan, kebaikan, kegembiraan, serta kebahagiaan	8, 12, 16	4	4
<i>Somatic and retarded activity</i>	Gejala-gejala psikologis yang berkaitan dengan kondisi tubuh	1, 2, 5, 7, 11, 13, 20	-	7
<i>Interpersonal</i>	Perasaan negatif individu yang berkaitan dengan perilaku orang lain	15, 19	-	2
TOTAL				20

Berdasarkan tabel 3.3, terdapat 1 aitem yang gugur yakni aitem nomor 4. Maka dari itu, hanya 19 aitem skala yang layak dilanjutkan untuk penelitian, hal ini ditunjukkan dari koefisien korelasi yang berkisar dari 0,503 hingga 0,811. Berikut merupakan *blue print* skala depresi CES-D yang digunakan untuk penelitian.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 3.4

Blue print Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D) Untuk Penelitian

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
		Favorable	Unfavorable	
<i>Depressed affect</i>	Depresi, kesepian, serta kesedihan atau menangis	3, 6, 9, 10, 14, 17, 18		7
<i>Positive affect</i>	Harapan, kebaikan, kegembiraan, serta kebahagiaan		8, 12, 16	3
<i>Somatic and retarded activity</i>	Gejala-gejala psikologis yang berkaitan dengan kondisi tubuh	1, 2, 5, 7, 11, 13, 20		7
<i>Interpersonal</i>	Perasaan negatif individu yang berkaitan dengan perilaku orang lain	15, 19		2
	TOTAL			19

Selanjutnya pada skala *self-compassion*, terdapat 25 aitem yang valid dan 1 aitem yang gugur. Hal ini ditunjukkan dari koefisien korelasi aitem yang berkisar dari 0,368 hingga 0,699. Berikut merupakan *blue-print* hasil uji indeks beda daya aitem dari *self-compassion*:

Tabel 3.5

Blue-print Self-compassion Scale (SCS) Sesudah Try Out

Komponen	Nomor Aitem		Jumlah Butir
	Valid	Gugur	
<i>Self-kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26	-	5
<i>Self-judgement</i>	1, 11, 16, 21	8	5
<i>Common humanity</i>	3, 7, 10, 15	-	4
<i>Isolation</i>	4, 13, 18, 25	-	4
<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22	-	4
<i>Overidentification</i>	2, 6, 20, 24	-	4
	TOTAL		26

Berdasarkan tabel 3.5, terdapat 1 aitem yang gugur, yakni aitem nomor 8. Maka dari itu, hanya 25 aitem skala yang layak dilanjutkan untuk penelitian. Berikut merupakan *blue print Self-compassion* yang digunakan untuk penelitian:

Tabel 3.6
Blue print Self-compassion Scale (SCS) Untuk Penelitian

Komponen	Nomor Item		Jumlah Butir
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self-kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26		5
<i>Self-judgement</i>		1, 11, 16, 21	4
<i>Common humanity</i>	3, 7, 10, 15		4
<i>Isolation</i>		4, 13, 18, 25	4
<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22		4
<i>Overidentification</i>		2, 6, 20, 24	4
	TOTAL		25

3. Reliabilitas

Reliabilitas juga berkaitan erat dengan instrumen alat ukur yang digunakan. Menurut Sugiyono (2015) suatu instrumen penelitian dapat dikatakan reliabel jika instrument tersebut dapat dipakai beberapa kali untuk mengukur suatu objek yang sama, dan tetap memperoleh suatu data yang sama pula. Rentang angka dari koefisien reliabilitas mulai dari 0 sampai 1,00. Reliabilitas suatu alat ukur dapat semakin tinggi jika koefisien reliabilitas semakin mendekati angka 1. Berikut merupakan rincian nilai koefisien reliabilitas pada instrumen *Self-compassion Scale* (dengan 25 aitem valid) dan Skala Depresi CES-D (dengan 19 aitem valid):

Tabel 3.7
Rekapitulasi Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

No	Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>
1.	<i>Self-compassion</i>	0,916
2.	Depresi	0.946

Berdasarkan tabel 3.7 di atas, dapat disimpulkan bahwa kedua alat ukur variabel *self-compassion* dan depresi adalah reliabel. Hal ini dapat dilihat dari nilai koefisien skala *self-compassion* dan depresi yang semakin mendekati angka 1 (Sugiyono, 2015).

G. Teknik Analisis Data

Korelasi *product-moment Pearson* merupakan teknik analisis data yang akan dipakai pada penelitian ini, yaitu untuk melihat seperti apa hubungan antara dua variabel, yaitu variabel bebas (*self-compassion*) dan variabel terikat (depresi). Alat yang dipakai untuk analisis data dalam penelitian ini adalah dengan memakai aplikasi IBM SPSS *Statistics 25*.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan depresi pada ibu hamil. Artinya semakin tinggi *self-compassion* pada ibu hamil maka depresi yang dialami akan semakin rendah, begitu pula sebaliknya semakin rendah *self-compassion* pada ibu hamil maka depresi yang dialami juga semakin tinggi. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan ada perbedaan tinggi ataupun rendahnya tingkat depresi pada ibu hamil berdasarkan penghasilan, usia kehamilan, dan status pernikahan.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukan untuk kedepannya:

1. Kepada Ibu hamil

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa ibu hamil memiliki *self-compassion* dan depresi dalam kategori sedang. Sehingga, peneliti menyarankan kepada ibu hamil masa dewasa awal untuk dapat meningkatkan *self-compassion* dan menurunkan depresi pada dirinya selama masa kehamilan. Peneliti menyarankan kepada ibu hamil untuk dapat mengurangi sikap mengkritik diri sendiri secara berlebihan, menyadari bahwa kesulitan yang dialami selama masa kehamilan merupakan hal yang wajar, serta berusaha menjaga pikiran dan

perasaan yang dimiliki secara seimbang. Selain itu, disarankan juga agar ibu hamil mampu menerapkan aspek-aspek positif dari *self-compassion* seperti *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* ketika mengalami suatu situasi yang tidak menyenangkan, sehingga terhindar dari depresi selama kehamilan.

2. Kepada Klinik Persalinan

Mengingat adanya prevalensi gejala depresi pada ibu hamil secara global yang cukup tinggi, maka disarankan agar klinik-klinik persalinan lebih sering membuat kegiatan yang dapat mengedukasi terkait kesehatan dan kesejahteraan ibu hamil, agar terhindar dari gejala depresi selama masa kehamilan.

3. Kepada Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menghubungkan faktor lain yang diduga turut berperan terhadap depresi pada ibu hamil. Faktor tersebut dapat berupa kualitas hubungan ibu hamil dengan pasangannya, seperti peran dukungan pasangan terhadap depresi pada ibu hamil.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR PUSTAKA

- Albert, P. R. (2015). Why is depression more prevalent in women? *Journal of psychiatry and neuroscience*, 40(4), 219–221. <https://doi.org/10.1503/jpn.1502053>
- Ana Ramadhayanti. (2018). Modul statistik (analisis komparasi). *Journal of materials processing technology*, 1(1), 1–8. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001><http://dx.doi.org/10.1016/j.pwtec.2016.12.055><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006><https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.04.024><https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.12.7252><http://dx.doi.org/10.1016/j.matlet.2019.12.7252>
- Ariguna Dira, I., dan Wahyuni, A. (2016). Prevalensi dan faktor risiko depresi postpartum di Kota Denpasar menggunakan edinburgh postnatal depression scale. *E-jurnal medika udayana*, 5(7), 5–9.
- Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik-revisi ke X*.
- Aryani, P., Ayu, K., Sari, K., Bagus, C., Lesmana, J., Nyoman, I., Mahendra, B., dan Setiawan, P. A. (2021). Hubungan antara kejadian hiperemesis gravidarum dan dukungan psikososial dengan kejadian depresi pada ibu hamil di Kota Denpasar, Bali. *Fakultas kedokteran universitas udayana | medicina*, 52(3), 113–119. <https://doi.org/10.15562/medicina.v52i3.1053>
- Asida, A. (2019). Hubungan antara literasi dengan kualitas hidup ibu hamil dengan diabetes mellitus di Kabupaten Lumajang. *Jurnal keperawatan*, 5(6), 1–109.
- Baker, D. A., Caswell, H. L., dan Eccles, F. J. R. (2019). Self-compassion and depression, anxiety, and resilience in adults with epilepsy. *Epilepsy and behavior*, 90, 154–161. <https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2018.11.025>
- Bembnowska, M., dan Joško-Ochojska, J. (2015). What causes depression in adults? *Polish journal of public health*, 125(2), 116–120. <https://doi.org/10.1515/pjph-2015-0037>
- Bennett, H. A., Einarson, A., Taddio, A., Koren, G., dan Einarson, T. R. (2004). Prevalence of depression during pregnancy: systematic review. *Obstetrics and gynecology*, 103(4), 698–709. <https://doi.org/10.1097/01.aog.0000116689.75396.5f>
- Birndorf, C. A., Madden, A., Portera, L., dan Leon, A. C. (2001). Psychiatric symptoms, functional impairment, and receptivity toward mental health treatment among obstetrical patients. *International journal of psychiatry in medicine*, 31(4), 355–365. <https://doi.org/10.2190/5vpd-wgl1-mtw-6ja6>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Boyce, P., Condon, J., Barton, J., dan Corkindale, C. (2007). First-time fathers' study: psychological distress in expectant fathers during pregnancy. *Australian and New Zealand journal of psychiatry*, 41(9), 718–725. <https://doi.org/10.1080/00048670701517959>
- Breines, J. G., dan Chen, S. (2012). *Self-compassion* increases self-improvement motivation. *Personality and social psychology bulletin*, 38(9), 1133–1143. <https://doi.org/10.1177/0146167212445599>
- Budiwanto, S. (2017). Metode statistika: untuk mengolah data keolahragaan. *Metode statistika*, 1–233.
- Carver, C. S., dan Gaines, J. G. (1987). Optimism, pessimism, and postpartum depression. *Cognitive therapy and research*, 11(4), 449–462. <https://doi.org/10.1007/bf01175355>
- Chairunnisa, A., dan Fourianalistyawati, E. (2019). Peran self-compassion dan spiritualitas terhadap depresi pada ibu hamil. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6, 14–36. <https://doi.org/10.24854/jpu02019-131>
- Cleare, S., Gumley, A., dan O'connor, R. C. (2019). Self-compassion, self-forgiveness, suicidal ideation, and self-harm: a systematic review. *Clinical psychology and psychotherapy*, 26(5), 511–530. <https://doi.org/10.1002/cpp.2372>
- Danisati, S. (2018). Hubungan antara self-compassion dan depresi pada remaja dari keluarga bercerai. *Journal of chemical information and modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://dspace.uui.ac.id>
- De Souza, L. K., dan Hutz, C. S. (2016). Self-compassion in relation to self-esteem, self-efficacy and demographical aspects. *Paideia*, 26(64), 181–188. <https://doi.org/10.1590/1982-43272664201604>
- Dewi, A., Supriatiningsih, Sundari, S., dan Sugiyo, D. (2019). *Deteksi dini kehamilan resiko tinggi bagi kader kesehatan*. www.leutikaprio.com
- Dirgayunita, A. (2016). Depresi: ciri, penyebab dan penanganannya. *Journal an-nafs: kajian penelitian psikologi*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.33367/psi.v1i1.235>
- Dumont, M., dan Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents : protective role of social support, coping strategies, self-esteem. *Journal of youth and adolescence*, 28(3), 343–363.
- Dwi Febriati, L., dan Zakiyah, Z. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan adaptasi perubahan psikologi pada ibu hamil. *Jurnal kebidanan indonesia*, 13(1), 23–31. <https://doi.org/10.36419/jki.v13i1.561>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Erdfelder, E., Faul, F., Buchner, A., dan Lang, A. G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: tests for correlation and regression analyses. *Behavior research methods*, 41(4), 1149–1160. <https://doi.org/10.3758/brm.41.4.1149>
- Evans, J., Heron, J., Francomb, H., Oke, S., dan Golding, J. (2001). Cohort study of depressed mood during pregnancy and after childbirth. *British medical journal*, 323(7307), 257–260. <https://doi.org/10.1136/bmj.323.7307.257>
- Fauzy, R., dan Fourianalistyawati, E. (2017). Hubungan antara depresi dengan kualitas hidup pada ibu hamil berisiko tinggi. *Journal psikogenesis*, 4(2), 206. <https://doi.org/10.24854/jps.v4i2.350>
- Febrianto, L. S., Hendikawati, P., dan Dwidayati, N. K. (2018). Perbandingan metode Robust Least Median Of Square (LMS) dan penduga S untuk menangani outlier pada regresi linier berganda. *Unnes journal of mathematics*, 7(1), 83–95. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujm/article/view/27381>
- Felder, J. N., Lemon, E., Shea, K., Kripke, K., dan Dimidjian, S. (2016). Role of self-compassion in psychological well-being among perinatal women. *Archives of women's mental health*, 19(4), 687–690. <https://doi.org/10.1007/s00737-016-0628-2>
- Ghozali, I. (2016). Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23 edisi 8. Badan penerbit Universitas Diponegoro.
- Hakim, L. N. (2020). Urgensi revisi undang-undang tentang kesejahteraan lanjut usia. *Aspirasi: jurnal masalah-masalah sosial*, 11(1), 43–55. <https://doi.org/10.46807/aspirasi.v11i1.1589>
- Handayani, F. P., dan Fourianalistyawati, E. (2018). Depresi dan kesejahteraan spiritual pada ibu hamil risiko tinggi depression and spiritual well-being among high-risk pregnant women. *Psikologis teori dan terapan*, 8(2), 145–153.
- Hapisah, Dasuki, D., dan Prabandari, Y. S. (2010). Depressive symptoms pada ibu hamil dan bayi berat lahir rendah. *Berita kedokteran masyarakat*, 26(2), 81–89.
- Hidayati, N. O., Nurhalimah, H., Alam, I., Kharisma, P. A., dan Arunita, Y. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi depresi pada narapidana. *Jurnal keperawatan jiwa (jkj): persatuan perawat nasional indonesia*, 9(3), 549–558.
- Hidayatullah, M. S., dan Shadiqi, M. A. (2020). Konstruksi alat ukur psikologi. *Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru*, 1–69.



- Hughes, M., Brown, S. L., Campbell, S., Dandy, S., dan Cherry, M. G. (2021). Self-compassion and anxiety and depression in chronic physical illness populations: a systematic review. *Mindfulness*, 12(7), 1597–1610. <https://doi.org/10.1007/s12671-021-01602-y>
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. Psikologi perkembangan (suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan) edisi kelima. Jakarta: erlangga.
- Iswahyudi, Isni Asyari Ramdiani (2023) *faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting di wilayah kerja Puskesmas Pataruman I Kota Banjar*. Sarjana thesis, Universitas Siliwangi.
- Kang, H. (2021). Sample size determination and power analysis using the g*power software. *Journal of educational evaluation for health professions*, 18, 1–12. <https://doi.org/10.3352/jeehp.2021.18.17>
- Karacam, Z., dan Ancel, G. (2009). Depression, anxiety and influencing factors in pregnancy: a study in a Turkish population. *Midwifery*, 25(4), 344–356. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2007.03.006>
- Kiang, L., Witkow, M. R., dan Champagne, M. C. (2013). Normative changes in ethnic and american identities and links with adjustment among Asian American adolescents. *Developmental psychology*, 49(9), 1713–1722. <https://doi.org/10.1037/a0030840>
- Kim, C., dan Ko, H. (2018). The impact of *self-compassion* on mental health, sleep, quality of life and life satisfaction among older adults. *Geriatric nursing*, 39(6), 623–628. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2018.06.005>
- Kingston, D., Tough, S., dan Whitfield., H. (2012). Prenatal and postpartum maternal psychological distress and infant development: a systematic review. *Journal of child psychiatry human development*, 43 (5), 683-714. Doi: 10.1007/s10578-012-0291-4
- Krieger, T., Altenstein, D., Baettig, I., Doerig, N., dan Holtforth, M. G. (2013). Self-compassion in depression: associations with depressive symptoms, rumination, and avoidance in depressed outpatients. *Behavior therapy*, 44(3), 501–513. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2013.04.004>
- Krucik, G. (2012). How “baby” changes the body: see the power of pregnancy. Diakses pada 07 juli 2023 dari <https://www.healthline.com/health/pregnancy/body-changes-infographic#1>
- Kumar, R. (2014). *Research methodology: a step-by-step guide for beginners fourth edition*. Sage publications ltd

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan mempernyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Kurniawan, E. S., Ratep, N., dan Westa, W. (2013). Faktor penyebab depresi pada ibu hamil selama asuhan antenatal setiap trimester. *E-jurnal medika udayana, perinatal depressive*, 1–13. <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/viewfile/4936/3726#page=3danzoom=auto,-12,508>
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Allen, A. B., dan Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. *Journal of personality and social psychology*, 92(5), 887–904. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.5.887>
- Lutfiyah, N. U. (2021). Studi kasus dinamika psikologis penderita depresi mayor dengan riwayat korban kekerasan oleh orang tua. *Ristekdik : jurnal bimbingan dan konseling*, 6(2), 251. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2021.v6i2.251-258>
- Mackintosh, K., Power, K., Schwannauer, M., dan Chan, S. W. Y. (2018). The relationships between self-compassion, attachment and interpersonal problems in clinical patients with mixed anxiety and depression and emotional distress. *Mindfulness*, 9(3), 961–971. <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0835-6>
- Marcus, M., Yasamy, M. T., Van Ommeren, M., dan Chisholm, D. (2012). Depression, a global public health concern. *Who department of mental health and substance abuse*, 1–8. http://www.who.int/mental_health/management/depression/who_paper_depression_wfmh_2012.pdf
- Mardatillah. (2018). Healthy living patterns of pregnant women in Sukajadi Pekanbaru Riau Province. *Jom fisip*, 5, 1–14.
- Maslita, V. Q., Saraswati, P., dan Hijrianti, R. (2021). Pengaruh regulasi emosi kognitif terhadap depresi pada mahasiswa tingkat akhir dimasa pandemi covid-19. *Cognicia*. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i2.18023>
- Maulana, H., Mawarpury, M., dan Fourianalistyawati, E. (2023). Prevalensi depresi pada wanita dengan riwayat keguguran: studi berbasis data IFLS-5. *Jurnal psikologi ulayat*, 10, 23–38. <https://doi.org/10.24854/jpu469>
- Mohamadirizi, S., dan Kordi, M. (2016). The relationship between multi-dimensional *self-compassion* and fetal- maternal attachment in prenatal period in referred women to mashhad health center, *journal of education and health promotion*, 5:21, 2016.
- Munisah, M., Ika, R., Yuliati, L., dan Hanum, D. F. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya depresi pascapersalinan. *IJMT : Indonesian Journal Of Midwifery Today*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.30587/ijmt.v1i1.3318>

- Narrow, W. E., Blazer, D. G., Burke, J. D., dan Carpenter, W. E. (2013). *American psychiatric association: diagnostic and statistic manual of mental disorders*.
- Neff, K. (2003). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and identity*, 2, 85–101. [https://doi.org/10.1016/s0761-8425\(04\)71291-7](https://doi.org/10.1016/s0761-8425(04)71291-7)
- Neff, K. D., Rude, S. S., dan Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of research in personality*, 41(4), 908–916. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.08.002>
- Norfai. (2020). Buku manajemen data menggunakan SPSS. *Universitas Islam Kalimantan*.
- Neff, K. D. (2016). The *self-compassion* scale is a valid and theoretically coherent measure of *self-compassion*. *Mindfulness*, 7(1), 264–274. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0479-3>
- Nelson, Eza (2021) *pengaruh latihan aerobik terhadap depresi pada ibu hamil (protokol systematic review) tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana terapan kesehatan*. Bachelor thesis, Universitas Binawan.
- Norma I. Gavin, P., Bradley N. Gaynes, Md, M., Kathleen N. Lohr, P., Samantha Meltzer-Brody, Md, M., Gerald Gartlehner, Md, M., dan Swinson, T. (2005). Perinatal depression: a systematic review of prevalence and incidence. *Obstetrics dan gynecology*, 106(5), 1071–1083. <https://doi.org/10.26416/gine.27.1.2020.2884>
- O'hara, M. W. (1986). Social support, life events, and depression during pregnancy and the puerperium. *Archives of general psychiatry*, 43(6), 569–573. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1986.01800060063008>
- Pajulo, M., Savonlahti, E., Sourander, A., Helenius, H., dan Piha, J. (2001). Antenatal depression, substance dependency and social support. *Journal of affective disorders*, 65(1), 9–17. [https://doi.org/10.1016/s0165-0327\(00\)00265-2](https://doi.org/10.1016/s0165-0327(00)00265-2)
- Pertiwi, N. D. K. (2021). *Hubungan self-compassion dan covid stress pada wanita hamil menghadapi masa pandemi covid-19*. Skripsi: Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga
- Putri, D. A. D. (2020). Dear me: sebuah upaya untuk menurunkan simtom depresi melalui self-compassion exercise pada mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Suska Riau. *Engineering, construction and architectural management*, 25(1),

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1–9.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.jss.2014.12.010>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.03.034>
<https://www.iiste.org/journals/index.php/jpid/article/viewfile/19288/19711>
<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.678.6911danrep=rep1dantype=pdf>

Rachmawati, A. I., Puspitasari, R. D., dan Cania, E. (2017). Faktor-faktor yang memengaruhi kunjungan antenatal care (anc) ibu hamil. *Medical journal of lampung university*, 7(november), 72–76.

<https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1748>

Radloff, L.S. (1977). The ces-d scale: a self report depression scale for research in the general population. *Applied psychological measurement*, 1, 385-401.

Rahayu, F. T., dan Ferian, P. (2020). Hubungan kepribadian dengan tingkat depresi ibu postpartum di Puskesmas Trauma Center Samarinda. *Borneo student research*, 2(1), 256–261.

Rambe, N. I. (2022). Self-compassion dan health-related quality of life orang dengan diabetes mellitus. *Skripsi: Uin Suska Riau*

Rasmussen, H. N., Wrosch, C., Scheier, M. F., dan Carver, C. S. (2006). Self-regulation processes and health: the importance of optimism and goal adjustment. *Journal of personality*, 74(6), 1721–1748.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00426.x>

Roomruangwong, C., dan Epperson, C. N. (2011). Perinatal depression in asian women: prevalence, associated factors, and cultural aspects. *Asian biomedicine*, 5(2), 179–193. <https://doi.org/10.5372/1905-7415.0502.024>

Rosiana, A. H., Kurniasih, E., dan Prawoto, E. (2022). Hubungan dukungan suami terhadap kecemasan ibu hamil trimester III di Klinik Mediva Kecamatan Ngawi. *E-journal cakra medika*, 9(1), 43. <https://doi.org/10.55313/ojs.v9i1.89>

Ross, L. E., Sellers, E. M., Gilbert Evans, S. E., dan Romach, M. K. (2004). Mood changes during pregnancy and the postpartum period: development of a biopsychosocial model. *Acta psychiatrica scandinavica*, 109(6), 457–466.
<https://doi.org/10.1111/j.1600-0047.2004.00296.x>

Sabaityte, E., dan Dirzyte, A. (2016). Psychological capital, *self-compassion*, and life satisfaction of unemployed youth. *International journal of psychology: a biopsychosocial approach*, 19, 49–69. <https://doi.org/10.7220/2345-024x.19.3>

Setiawan, K. (2019). Buku ajar metodologi penelitian (anova one way). *Jurusan ergonomi dan hortikultura Fakultas Pertanian Universitas Lampung*, 186. www.penapersada.com

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Sugianto, D., Suwartono, C., dan Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas dan validitas self-compassion scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 177–191. <https://doi.org/10.24854/jpu107>
- Sugiyono. (2015). Metode penelitian pendidikan. Bandung. *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan rdand)*, 308.
- Susilawati, L. K. P. A., Supriyadi, Wideasavitri, P. N., Tobing, D. H., Astiti, D. P., Rustika, I. M., Indrawati, K. R., Marheni, A., Herdiyanto, Y. K., Vembriati, N., Suarya, L. M. K. S., Lestari, M. D., Wulanyani, N. M. S., Wilani, N. M. A., dan Budisetyani, P. W. (2017). Teori dan konsep dasar statistika dan lanjut. *Universitas udayana*, 1–66. https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_pendidikan_1_dir/6c9d9980ae31ae5e0451419a01e0fae5.pdf
- Tsai, S. Y. (2023). Perinatal depressive symptoms among pregnant employees in taiwan. *International journal of environmental research and public health*, 20(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph20043354>
- Vargas-Terrones, M., Barakat, R., Santacruz, B., Fernandez-Buhigas, I., dan Mottola, M. F. (2019). Physical exercise programme during pregnancy decreases perinatal depression risk: a randomised controlled trial. *British journal of sports medicine*, 53(6), 348–353. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2017-098926>
- Wahyuni, E., dan Arsita, T. (2019). Gambaran self-compassion siswa di sma negeri se-jakarta pusat. *Insight: jurnal bimbingan dan konseling*, 8(2), 125–135. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/insight/article/view/12370>
- Wardani, V. A., Lestari, K. B., dan Nurbaeti, I. (2021). Hubungan harga diri terhadap depresi postpartum pada ibu. *Journal of maternity care and reproductive health*, 4(1), 62–73.
- Widana, W., dan Muliani, P. L. (2020). Uji persyaratan analisis. In *analisis standar pelayanan minimal pada instalasi rawat jalan di rsud kota semarang*.
- Widodo, W. T. (2022). Hubungan antara interaksi sosial dengan tingkat depresi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru. *Skripsi: Uin Suska Riau*
- World Health Organization (WHO). (2023). Depressive disorder (depression). Diakses pada 07 juli 2023 dari https://www-who-int.translate.google/newsroom/factsheets/detail/depression?_x_tr_sl=endan_x_tr_tl=iddan_x_tr_hl=iddan_x_tr_pto=tc

- Wulandari, R. P., dan Perwitasari. (2021). Hubungan usia ibu dan paritas dengan gejala depresi pada kehamilan (the correlation between depressive symptoms with age and parity among pregnant women). *Midwifery and reproduction*, 4(2), 81–85.
- Wurisastuti, T., dan Mubasyiroh, R. (2020). Peran dukungan sosial pada ibu dengan gejala depresi dalam periode pasca persalinan. *Buletin penelitian sistem kesehatan*, 23(3), 161–168. <https://doi.org/10.22435/hsr.v23i3.3610>
- Zahn, R., Lythe, K. E., Gethin, J. A., Green, S., Deakin, J. F. W., Young, A. H., dan Moll, J. (2015). The role of self-blame and worthlessness in the psychopathology of major depressive disorder. *Journal of affective disorders*, 186, 337–341. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.08.00>
- Zuhrotunida, Z., dan Yudiharto, A. (2017). Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil menghadapi proses persalinan di Puskesmas Kecamatan Mauk Kabupaten Tangerang. *Jurnal jkft*, 2(2), 60. <https://doi.org/10.31000/jkft.v2i1.694>

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR**(SKALA SELF-COMPASSION)****1. Defenisi Operasional**

Self-compassion pada ibu hamil merupakan suatu sikap baik terhadap diri sendiri dengan mengenali diri sendiri ketika menghadapi kesulitan atau rasa sakit, sehingga ibu hamil dapat menerima segala kesulitan yang terjadi pada dirinya dan menjadikan kesulitan tersebut sebagai bagian dari dirinya sendiri, daripada melarikan diri dari kesulitan yang sedang dihadapi. Untuk melihat *self-compassion* pada ibu hamil, maka dilakukan pengukuran dengan menggunakan Skala Welas Diri (SWD) yang telah diterjemahkan dan dimodifikasi oleh Sugianto et al., (2020) dengan aspek self-kindness, common humanity, dan mindfulness. Dimana semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi *self-compassion* pada ibu hamil, dan begitu juga sebaliknya.

2. Skala yang digunakan : *Self-compassion Scale* (SCS)

- Disusun Sendiri
- Adaptasi
- Modifikasi

3. Jumlah aitem : 26 aitem

4. Format respon : Skala likert dengan format respon yang memiliki rentang angka 1 (Hampir Tidak Pernah) sampai 5 (Hampir Selalu).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Respon	Keterangan
1	Hampir Tidak Pernah
2	Kadang-kadang
3	Pernah
4	Selalu
5	Hampir Selalu

5. Jenis penilaian : Penilaian butir aitem

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

6. Petunjuk Pengisian

Pada bagian ini saya memohon kepada Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk melihat *self-compassion* pada ibu hamil yang diukur berdasarkan karakter mengasihi diri, karakter menghakimi diri, karakter kemanusiaan universal, karakter isolasi, karakter kewawasan, dan karakter overidentifikasi. Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (item) dengan indikator yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang telah di sediakan, yaitu Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Ibu memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa menghantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Contoh:

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban		
		R	KR	TR
1.	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami kesulitan		✓	

SKALA SELF-COMPASSION

Aspek	Indikator	No Aitem	Aitem	Alternatif Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Kebaikan Diri (Self-Kindness)	Bersikap lembut	5	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional	✓			
		12	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan	✓			
	Mendukung	19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Memahami diri sendiri	23	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya	✓			
	26	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai	✓			
Menghakimi Diri (Self-Judgment)	Bersikap kasar	1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya	✓		
		8	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya	✓		
		11	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai	✓		
Cenderung merendahkan diri sendiri	16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya	✓			

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan	✓			
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang (Common-Humanity)	Memiliki perasaan terhubung dengan orang lain	3	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian hidup yang dilewati semua orang	✓			
		7	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya	✓			
		10	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang	✓			
		15	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan mempernyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

			dialami manusia pada umumnya				
Merasa tidak terhubung lagi dengan lingkungan sekitar	4	13	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia	✓			
		18	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya	✓			
		25	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup	✓			
Merasa sendirian saat menghadapi kegagalan	25		Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut	✓			
Kesadaran (Mindfulness)	Memiliki kejernihan	9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam memandang suatu kesulitan		menjaga emosi saya tetap stabil				
	14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang	✓			
	17	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar	✓			
	22	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan	✓			
Identifikasi Yang Berlebihan (Over-Identification)	Merasa terbawa perasaan dalam reaksi emosional	2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah	✓		
	ketika berbuat kesalahan	6	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu	✓		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	20	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan	✓			
	24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut	✓			

Catatan :**1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)**

Cukup sesuai

.....

.....

.....

2. Bahasa

Jelas

.....

.....

.....

3. Jumlah Item

Cukup melewati
.....
.....
.....

Pekanbaru, 16 Juni 2022

Validator

Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog

NIP. 19860427 201503 2 005

UIN SUSKA RIAU

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

(SKALA DEPRESI CES-D)

1. Defenisi Operasional

Depresi yaitu suatu gangguan mental yang terjadi pada ibu hamil dengan ditandai munculnya gejala-gejala, seperti perasaan sedih dan bersalah, kehilangan mood dan gairah, mengalami gangguan tidur dan berpikir, kehilangan nafsu makan serta kehilangan minat terhadap segala aktivitas yang sering dilakukan. Depresi pada ibu hamil akan diketahui melalui skala depresi Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) dari Radloff (1977) yang telah diterjemahkan oleh Andrita Asida (2019), yang terdiri dari aspek efek depresi, emosi positif, gejala somatik, dan hubungan interpersonal. Tingkat depresi pada ibu hamil bisa ditemukan dari skor yang didapat setelah ibu hamil mengisi skala depresi tersebut. Dimana semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi tingkat depresi pada ibu hamil, dan begitu juga sebaliknya.

2. Skala yang digunakan : *Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D)*

Disusun Sendiri

Adaptasi

Modifikasi

3. Jumlah aitem : 20 aitem

4. Format respon : Skala Likert

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Respon	Keterangan
JS	Jarang Sekali (< 1 hari)
BK	Beberapa Kali (1-2 hari)
SR	Sering (3-4 hari)
HSH	Hampir Setiap Hari (5-7 hari)

5. Jenis Penilaian

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

6. Petunjuk Pengisian

Pada bagian ini saya memohon kepada Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat depresi pada ibu hamil. Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (item) dengan indikator yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang telah di sediakan, yaitu : Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Ibu memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Contoh:

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban		
		R	KR	TR
1.	Saya merasa hidup saya tidak bermakna			✓

SKALA DEPRESI CES-D

Aspek	Indikator	No Aitem	Aitem	Alternatif jawaban			Ket	
				R	KR	TR		
Afek Depresi (<i>Depressed</i> <i>Effectiveness</i>)	Depresi	6	Saya merasa tertekan (depresi)	✓				
	Kesepian	10	Saya merasa takut	✓				
		14	Saya merasa kesepian	✓				
	Kesedihan atau menangis	3		Saya merasa bahwa saya tidak bisa menghilangkan kesedihan saya bahkan dengan bantuan dari keluarga atau teman-teman	✓			
			17	Saya sering menangis	✓			
			9	Saya pikir hidup saya telah gagal	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang menyalin sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		18	Saya merasa sedih	✓			
Positif	Harapan	8	Saya memiliki harapan untuk masa depan	✓			
	Kebaikan	4	Saya merasa saya sama baiknya seperti orang lain	✓			
	Kegembiraan	16	Saya menikmati hidup	✓			
	Kebahagiaan	12	Saya merasa bahagia	✓			
Gejala Somatik (Somatic Symptoms)	Gejala-gejala psikologis yang berkaitan dengan kondisi tubuh	1	Saya terganggu oleh hal-hal yang biasanya tidak mengganggu saya	✓			
		2	Saya tidak nafsu makan, selera makan saya menurun	✓			
		5	Saya mengalami kesulitan berkonsentrasi ketika sedang melakukan suatu pekerjaan	✓			
		7	Saya merasa bahwa semua yang saya lakukan adalah usaha saya sendiri	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		11	Saya tidur dalam kegelisahan	✓			
		13	Saya berbicara lebih sedikit dari biasanya	✓			
		20	Saya tidak bisa keluar dari kesedihan saya	✓			
Hubungan Interpersonal	Perasaan negatif individu yang berkaitan dengan perilaku orang lain	15	Orang-orang disekitar saya tidak ramah (tidak bersahabat)	✓			
		19	Saya merasa orang-orang membenci saya	✓			

Catatan :

1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)

cukup sesuai

.....

.....

.....

2. Bahasa

cukup jelas

.....

.....

.....

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Jumlah Item

untuk menjawab

Pekanbaru, 16 Juni 2022

Validator



Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog

NIP. 19860427 201503 2 005

UIN SUSKA RIAU

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR (SKALA *SELF-COMPASSION*)

1. Defenisi Operasional

Self-compassion pada ibu hamil merupakan suatu sikap baik terhadap diri sendiri dengan mengenali diri sendiri ketika menghadapi kesulitan atau rasa sakit, sehingga ibu hamil dapat menerima segala kesulitan yang terjadi pada dirinya dan menjadikan kesulitan tersebut sebagai bagian dari dirinya sendiri, daripada melarikan diri dari kesulitan yang sedang dihadapi. Untuk melihat *self-compassion* pada ibu hamil, maka dilakukan pengukuran dengan menggunakan Skala Welas Diri (SWD) yang telah diterjemahkan dan dimodifikasi oleh Sugianto et al., (2020) dengan aspek *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Dimana semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi *self-compassion* pada ibu hamil, dan begitu juga sebaliknya.

2. Skala yang digunakan : *Self-compassion Scale* (SCS)

- Disusun Sendiri
- Adaptasi
- Modifikasi

3. Jumlah aitem : 26 aitem

4. Format respon : Skala likert dengan format respon yang memiliki rentang angka 1 (Hampir Tidak Pernah) sampai 5 (Hampir Selalu).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Respon	Keterangan
1	Hampir Tidak Pernah
2	Kadang-kadang
3	Pernah
4	Selalu
5	Hampir Selalu

5. Jenis penilaian : Penilaian butir aitem

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

6. Petunjuk Pengisian

Pada bagian ini saya memohon kepada Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk melihat *self-compassion* pada ibu hamil yang diukur berdasarkan karakter mengasihi diri, karakter menghakimi diri, karakter kemanusiaan universal, karakter isolasi, karakter kewawasan, dan karakter overidentifikasi. Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (item) dengan indikator yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang telah di sediakan, yaitu Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Ibu memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh:

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban		
		R	KR	TR
2.	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami kesulitan		✓	

SKALA SELF-COMPASSION

Aspek	Indikator	No Aitem	Aitem	Alternatif Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Kebaikan Diri (Self-Kindness)	Bersikap lembut	5	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional	✓			
		12	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan	✓			
	Mendukung	19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa menghantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, pertuisian karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Memahami diri sendiri	23	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya	✓			
	26	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai	✓			
Menghakimi Diri (Self-Judgment)	1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya	✓			
	8	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya	✓			
	11	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai	✓			
	16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis atau tanpa mencantumkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Cenderung merendahkan diri sendiri		saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya				
	21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan	✓			
	3	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian hidup yang dilewati semua orang	✓			
Memiliki perasaan terhubung dengan orang lain	7	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya	✓			
	10	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		15	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya	✓			
Kelas (Isolation)	Merasa tidak terhubung lagi dengan lingkungan sekitar	4	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia	✓			
		13	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya	✓			
		18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup	✓			
		25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa	✓			
	Merasa sendirian saat						

	menghadapi kegagalan		sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut				
Sadaran (mindfulness)	Memiliki kejernihan dalam memandang suatu kesulitan	9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil	✓			
		14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang	✓			
		17	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar	✓			
		22	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan	✓			
Identifikasi Yang	Merasa terbawa	2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kelebihan (Justification)	perasaan		terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah				
	dalam	6	Ketika saya gagal pada	✓			
	reaksi		suatu hal yang penting bagi				
	emosional		saya, saya larut dalam				
ketika		perasaan tidak mampu					
berbuat		20	Ketika suatu hal	✓			
kesalahan			menjengkelkan terjadi,				
			saya terbawa perasaan				
		24	Ketika sesuatu yang	✓			
			menyakitkan terjadi, saya				
			cenderung membesar-				
			besarkan hal tersebut				

Catatan :

1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)

cukup sesuai

2. Bahasa

cukup jelas

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Jumlah Item

Coley new-kei

.....

.....

.....

Pekanbaru, 10 November 2022

Narasumber


Raudatussalamah, S.Psi., M.A.**NIP. 19791015 200604 2 004**


UIN SUSKA RIAU

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

(SKALA DEPRESI CES-D)

1. Defenisi Operasional

Depresi yaitu suatu gangguan mental yang terjadi pada ibu hamil dengan ditandai munculnya gejala-gejala, seperti perasaan sedih dan bersalah, kehilangan mood dan gairah, mengalami gangguan tidur dan berpikir, kehilangan nafsu makan serta kehilangan minat terhadap segala aktivitas yang sering dilakukan. Depresi pada ibu hamil akan diketahui melalui skala depresi Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) dari Radloff (1977) yang telah diterjemahkan oleh Andrita Asida (2019), yang terdiri dari aspek efek depresi, emosi positif, gejala somatik, dan hubungan interpersonal. Tingkat depresi pada ibu hamil bisa ditemukan dari skor yang didapat setelah ibu hamil mengisi skala depresi tersebut. Dimana semakin tinggi skor yang didapat maka semakin tinggi tingkat depresi pada ibu hamil, dan begitu juga sebaliknya.

2. Skala yang digunakan : *Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D)*

Disusun Sendiri

Adaptasi

Modifikasi

3. Jumlah aitem : 20 aitem

4. Format respon : Skala Likert

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Respon	Keterangan
JS	Jarang Sekali (< 1 hari)
BK	Beberapa Kali (1-2 hari)
SR	Sering (3-4 hari)
HSH	Hampir Setiap Hari (5-7 hari)

5. Jenis Penilaian

Penilaian	Keterangan
R	Relevan
KR	Kurang Relevan
TR	Tidak Relevan

6. Petunjuk Pengisian

Pada bagian ini saya memohon kepada Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat depresi pada ibu hamil. Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (item) dengan indikator yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang telah di sediakan, yaitu : Relevan (R), Kurang Relevan (KR), dan Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Ibu memberi tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Contoh:

No.	Pernyataan	Pilihan Jawaban		
		R	KR	TR
1.	Saya merasa hidup saya tidak bermakna			✓

SKALA DEPRESI CES-D

Aspek	Indikator	No Aitem	Aitem	Alternatif jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Afek Depresi (<i>Depressed</i> <i>Effective</i>)	Depresi	6	Saya merasa tertekan (depresi)	✓			
	Kesepian	10	Saya merasa takut	✓			
		14	Saya merasa kesepian	✓			
	Kesedihan atau menangis	3	Saya merasa bahwa saya tidak bisa menghilangkan kesedihan saya bahkan dengan bantuan dari keluarga atau teman-teman	✓			
		17	Saya sering menangis	✓			
		9	Saya pikir hidup saya telah gagal	✓			
		18	Saya merasa sedih	✓			

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
 Affect (Positive)

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Positif	Harapan	8	Saya memiliki harapan untuk masa depan	✓			
	Kebaikan	4	Saya merasa saya sama baiknya seperti orang lain	✓			
	Kegembiraan	16	Saya menikmati hidup	✓			
	Kebahagiaan	12	Saya merasa bahagia	✓			
Gejala Somatik (Somatic Symptoms)	Gejala-gejala psikologis yang berkaitan dengan kondisi tubuh	1	Saya terganggu oleh hal-hal yang biasanya tidak mengganggu saya	✓			
		2	Saya tidak nafsu makan, selera makan saya menurun	✓			
		5	Saya mengalami kesulitan berkonsentrasi ketika sedang melakukan suatu pekerjaan	✓			
		7	Saya merasa bahwa semua yang saya lakukan adalah usaha saya sendiri	✓			
		11	Saya tidur dalam kegelisahan	✓			



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		13	Saya berbicara lebih sedikit dari biasanya	✓			
		20	Saya tidak bisa keluar dari kesedihan saya	✓			
Hubungan Interpersonal	Perasaan negatif individu yang berkaitan dengan perilaku orang lain	15	Orang-orang disekitar saya tidak ramah (tidak bersahabat)	✓			
		19	Saya merasa orang-orang membenci saya	✓			

Catatan :

1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)

.....
 cukup sesuai

2. Bahasa

cukup jelas

3. Jumlah Item

.....
Alley rewatuh-

Pekanbaru, 10 November 2022

Narasumber



Raudatussalamah, S.Psi., M.A.

NIP. 19791015 200604 2 004

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA PENELITIAN

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Umi Kalsum S mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian, saya meminta kesediaan ibu untuk dapat berpartisipasi dengan mengisi instrumen penelitian ini. Dalam pengisian instrumen tidak ada jawaban benar atau salah, hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Seluruh identitas dan respon jawaban yang ibu berikan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti, sesuai dengan etika dalam sebuah penelitian. Saya ucapkan terimakasih atas kerjasama dan waktunya dalam mengisi instrumen penelitian ini.

Hormat saya,

Umi Kalsum S

IDENTITAS RESPONDEN

Nama (Inisial) :

Usia :

Domisili :

Agama :

Suku :

Pendidikan Terakhir :

Pekerjaan :

Penghasilan Per Bulan : 1. < Rp.1.000.000,-
2. Rp.1.000.000 – Rp.3.000.000,-
3. Rp.3.000.000 – Rp.5.000.000,-
4. Rp.5.000.000 – Rp.7.000.000,-
5. > Rp.7.000.000,-

Riwayat Penyakit :

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Status Pernikahan : 1. Menikah (Pernikahan pertama)
 2. Menikah Kembali
 3. Janda

Pernikahan Yang Ke-

Status Kehamilan : 1. Pertama
 2. Kedua
 3. Lainnya

Usia Kehamilan : 1. Trimester ke-1
 2. Trimester ke-2
 3. Trimester ke-3

Pengalaman Keguguran : 1. Ya 2. Tidak

Status Tempat Tinggal : 1. Rumah Sendiri
 2. Mengontrak
 3. Bersama Mertua
 4. Lainnya

*lingkari angka yang sesuai dengan identitas diri Anda

SKALA I

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan kepada ibu. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan keadaan diri ibu, dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu dari kelima pilihan jawaban. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda, untuk itu peneliti berharap kepada ibu agar dapat mengisi dengan jujur dan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

HTP : Hampir Tidak Pernah

KK : Kadang-kadang

PR : Pernah

SL : Selalu

HS : Hampir Selalu

Contoh:

No.	Pernyataan	HTP	KK	PR	SL	HS
8.	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya		✓			

“SELAMAT MENERJAKAN”

No.	Pernyataan	HTP	KK	PR	SL	HS
1.	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya					
2.	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah					
3.	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian yang dilewati semua orang					
4.	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia					
5.	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional					
6.	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu					
7.	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya					
8.	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya					
9.	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil					
10.	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang					
11.	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



12.	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan					
13.	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih Bahagia dibandingkan saya					
14.	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang					
15.	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya					
16.	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya					
17.	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar					
18.	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup					
19.	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan					
20.	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan					
21.	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan					
22.	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan					
23.	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya					
24.	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut					
25.	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut					
26.	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA II

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan kepada ibu. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan keadaan diri ibu, dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu dari keempat pilihan jawaban. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda, untuk itu peneliti berharap kepada ibu agar dapat mengisi dengan jujur dan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

JS : Jarang Sekali (< 1 hari)

BK : Beberapa Kali (1-2 hari)

SR : Sering (3-4 hari)

HSH : Hampir Setiap Hari (5-7 hari)

Contoh:

No.	Pernyataan	JS (kurang dari 1 hari)	BK (1-2 hari)	SS (3-4 hari)	HTH (5-7 hari)
9.	Saya pikir hidup saya telah gagal		✓		

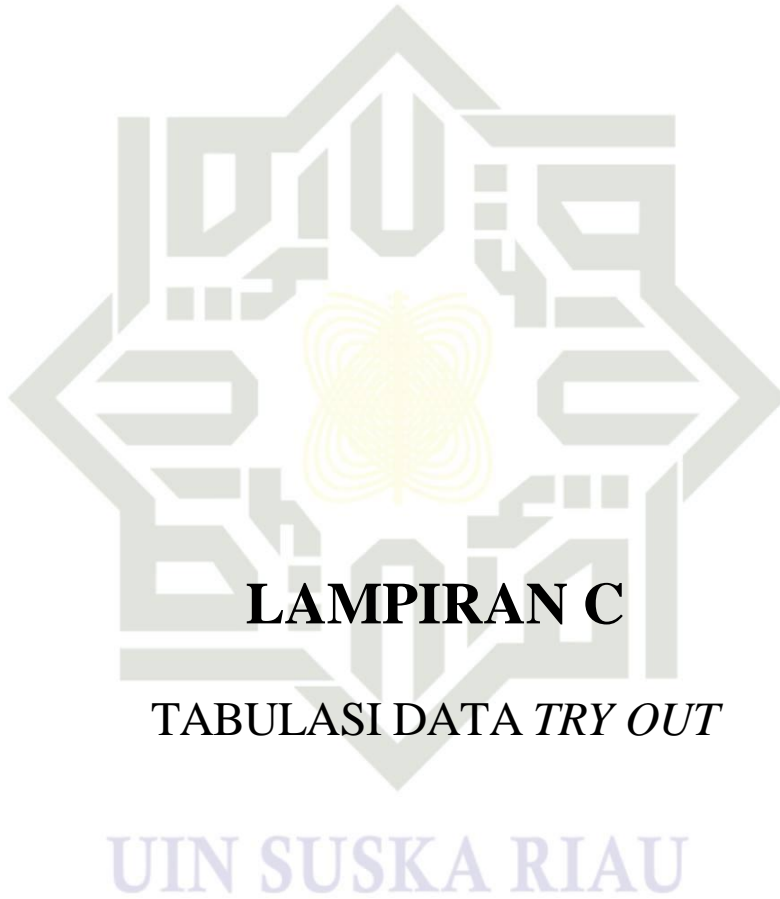
“SELAMAT MENGERJAKAN”

No.	Pernyataan	JS (kurang dari 1 hari)	BK (1-2 hari)	SS (3-4 hari)	HTH (5-7 hari)
1.	Saya terganggu oleh hal-hal yang biasanya tidak mengganggu saya				
2.	Saya tidak nafsu makan, selera makan saya menurun				
3.	Saya merasa bahwa saya tidak bisa menghilangkan kesedihan saya bahkan dengan bantuan dari keluarga atau teman-teman				

4.	Saya merasa saya sama baiknya seperti orang lain				
5.	Saya mengalami kesulitan berkonsentrasi ketika sedang melakukan suatu pekerjaan				
6.	Saya merasa tertekan (depresi)				
7.	Saya merasa bahwa semua yang saya lakukan adalah usaha saya sendiri				
8.	Saya memiliki harapan untuk masa depan				
9.	Saya pikir hidup saya telah gagal				
10.	Saya merasa takut				
11.	Saya tidur dalam kegelisahan				
12.	Saya merasa bahagia				
13.	Saya berbicara lebih sedikit dari biasanya				
14.	Saya merasa kesepian				
15.	Orang-orang disekitar saya tidak ramah (tidak bersahabat)				
16.	Saya menikmati hidup				
17.	Saya sering menangis				
18.	Saya merasa sedih				
19.	Saya merasa orang-orang membenci saya				
20.	Saya tidak bisa keluar dari kesedihan saya				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Tabulasi Self-Compassion

No	Nomor Aitem																										Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
1	5	5	4	5	4	4	4	3	4	4	3	4	5	4	4	3	4	5	3	3	5	3	3	3	4	3	101
2	4	5	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	5	4	2	4	5	1	89
3	4	4	1	5	4	4	5	4	3	2	3	2	4	2	1	5	4	3	4	4	3	2	2	5	4	3	87
4	5	5	1	5	5	5	1	2	3	1	5	2	2	4	2	5	4	4	5	3	4	4	4	5	4	5	95
5	5	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	2	4	4	4	5	4	96
6	5	5	1	5	1	5	2	5	2	2	5	2	4	2	3	4	3	5	1	4	5	1	2	5	5	1	85
7	5	5	2	5	3	4	3	4	2	3	4	3	3	2	2	4	1	3	1	3	3	3	3	5	3	3	82
8	5	4	3	4	3	5	3	4	2	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	5	2	3	5	4	2	86
9	4	4	5	4	3	4	3	3	5	3	4	3	4	3	3	4	2	4	2	3	5	2	4	4	4	2	91
10	4	4	2	4	4	4	4	2	5	5	4	5	4	4	5	4	5	5	3	4	5	5	5	3	5	2	106
11	3	4	4	4	4	4	3	5	5	4	5	4	3	3	3	4	5	3	5	3	5	2	5	5	2	5	102
12	4	4	4	3	5	3	5	2	5	5	4	4	3	4	4	3	5	3	3	3	3	4	4	3	3	3	96
13	5	5	4	5	4	2	4	1	5	4	5	4	5	4	4	5	2	5	2	2	5	2	4	5	4	4	101
14	3	5	2	5	3	5	3	4	4	3	4	2	3	3	2	4	4	4	3	2	5	4	4	3	4	2	90
15	4	3	4	5	3	3	3	4	2	2	5	2	3	2	3	5	2	4	2	3	5	2	3	2	2	2	80
16	5	5	5	3	2	4	3	4	2	3	4	3	5	3	2	5	4	4	2	3	5	2	3	5	4	3	93
17	3	2	2	3	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	2	2	2	2	59
18	4	5	5	5	3	4	4	4	3	4	4	3	5	3	3	4	4	5	3	4	5	3	4	4	4	2	101
19	4	5	5	5	3	5	4	4	5	4	4	5	5	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	104
20	3	5	5	5	3	5	4	2	3	4	5	5	4	3	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	98
21	2	3	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	52
22	4	4	5	4	4	3	3	4	5	2	5	4	4	5	4	5	3	4	4	3	5	3	3	3	3	3	99
23	2	2	3	4	1	2	1	2	2	1	3	3	2	2	1	2	1	2	1	1	3	2	2	1	1	2	49
24	5	4	4	4	4	3	3	4	5	3	4	4	4	4	4	5	2	5	2	4	5	3	3	3	3	3	97

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



25	5	4	4	4	4	3	5	2	5	3	4	4	4	3	4	4	2	4	2	3	5	4	3	4	4	2	95
26	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	1	2	1	4	1	1	2	1	3	1	1	2	49
27	3	5	4	4	4	4	3	5	4	2	4	4	3	4	4	3	2	4	2	3	2	2	2	5	4	2	88
28	5	5	4	4	4	4	3	5	4	2	4	4	3	4	2	3	2	3	2	1	5	2	3	5	3	2	88
29	5	4	4	4	4	4	3	5	4	2	4	4	3	4	2	3	2	3	3	4	5	3	2	5	4	3	93
30	2	4	4	5	5	4	2	5	4	3	4	4	4	2	2	4	2	4	4	3	5	2	2	5	4	4	93
31	3	2	2	1	2	4	2	4	4	3	4	2	3	2	2	5	5	2	3	4	5	2	3	5	3	4	81
32	4	3	5	4	5	3	2	4	4	3	3	2	3	3	2	5	5	5	4	3	5	3	2	5	3	2	92
33	4	5	3	4	2	3	3	3	2	3	5	3	4	3	3	3	4	4	3	4	5	2	3	4	3	3	88
34	5	3	3	4	3	3	2	3	2	4	5	3	4	3	3	4	5	4	2	3	5	2	2	3	4	4	88
35	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	5	3	5	2	3	4	4	5	2	3	5	2	3	3	4	4	91
36	4	3	1	1	1	3	2	2	2	2	4	2	1	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	1	3	2	55
37	4	3	5	3	4	5	4	4	2	5	4	4	5	3	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	98
38	3	4	4	3	4	5	2	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	5	4	4	5	4	4	3	3	2	96
39	3	3	3	3	4	5	2	5	5	3	4	4	3	4	4	4	2	4	2	3	3	3	4	4	4	3	91
40	5	5	3	4	3	4	2	5	4	5	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	94
41	3	3	2	4	3	1	3	2	2	2	4	1	2	2	2	1	2	3	1	2	1	3	2	2	2	2	57
42	4	4	3	5	3	3	4	5	2	2	3	5	3	2	4	5	4	3	4	3	3	2	3	5	4	3	91
43	4	3	3	5	3	3	4	5	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	5	3	4	3	3	2	87
44	3	3	2	5	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4	5	2	4	5	4	3	90
45	3	4	4	4	4	1	2	3	2	5	4	2	4	3	3	5	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	84
46	1	2	2	3	2	1	2	4	2	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	2	1	3	1	2	2	3	60
47	2	3	4	4	4	2	3	3	2	2	5	3	4	2	3	4	4	4	2	4	5	3	3	4	2	3	84
48	5	4	4	4	4	5	3	3	3	2	5	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	4	3	2	89
49	3	2	4	4	4	3	3	4	3	2	5	3	3	4	3	4	2	3	2	4	5	2	3	4	4	3	86
50	2	3	2	3	2	3	3	3	1	3	2	3	4	1	1	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	1	64
51	4	2	2	5	2	4	2	4	4	2	5	2	5	4	5	3	3	5	2	3	4	2	3	3	3	3	86

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan umum.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5	5	4	3	5	2	4	2	4	4	3	5	4	4	2	5	3	3	4	3	3	5	3	3	3	4	2	92
5	3	2	2	3	1	2	3	3	3	2	1	3	2	1	2	3	1	1	2	3	3	2	2	2	3	1	56
5	3	5	4	5	2	4	2	4	4	2	4	4	5	2	2	1	4	4	5	4	4	2	3	5	4	2	90
5	5	5	2	5	2	1	4	4	3	3	5	4	5	4	4	4	4	4	3	4	3	2	5	3	3	3	95
5	3	3	3	3	1	2	2	2	3	1	4	3	2	2	1	3	3	1	3	1	2	3	2	2	2	2	59
5	2	4	5	4	2	4	5	4	4	2	5	2	4	2	4	5	4	4	3	3	5	3	3	5	4	3	95
5	5	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	2	4	4	2	5	3	5	5	4	4	3	3	4	3	3	95
5	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	1	2	1	2	2	4	1	2	2	1	2	3	1	2	54
5	3	2	3	4	3	3	3	4	3	2	5	3	4	4	3	4	2	3	2	4	5	2	3	4	4	3	85

© Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif



UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan s
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabulasi Depresi

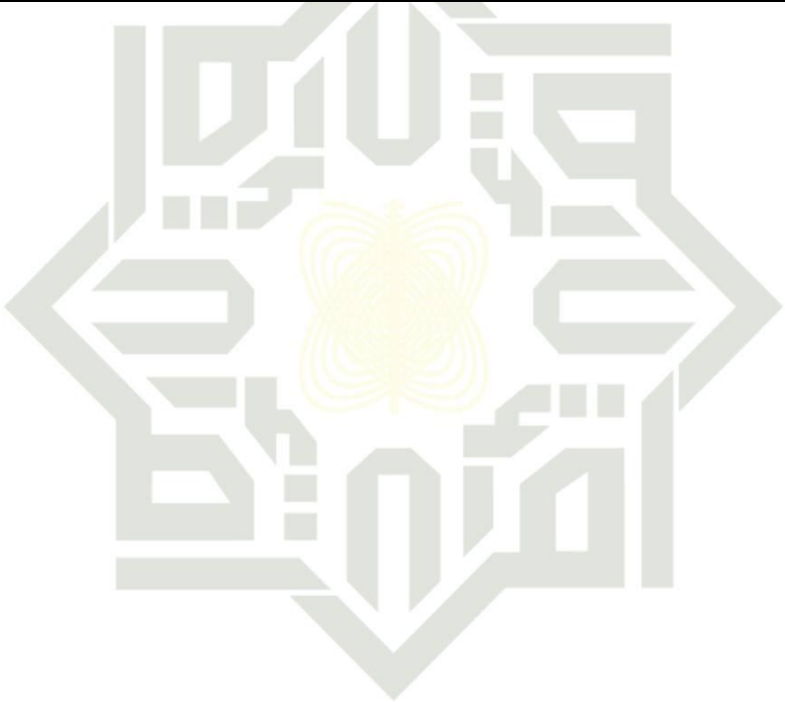
No	Nomor Aitem																				Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	1	2	0	2	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	8
2	1	1	0	1	0	0	0	2	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	8
3	1	1	1	2	1	1	1	2	0	1	1	3	1	0	0	3	0	0	0	0	19
4	0	3	1	2	1	2	0	2	2	2	3	3	0	0	2	3	0	3	3	3	35
5	1	1	2	1	1	0	1	0	1	2	2	2	3	2	1	2	0	0	0	2	24
6	0	1	0	3	0	0	0	2	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	12
7	0	1	0	3	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	11
8	0	1	0	2	1	0	2	0	1	0	0	0	0	0	1	0	2	2	1	0	13
9	0	1	0	2	0	0	0	0	1	1	1	1	2	0	0	1	1	1	0	1	13
10	0	0	1	2	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	2	2	2	2	19
11	2	0	1	2	1	1	0	0	0	1	0	1	2	1	2	1	2	2	0	0	19
12	1	1	1	3	1	1	1	0	0	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	25
13	0	2	0	1	1	0	2	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	9
14	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	2	1	1	1	0	0	0	0	0	0	11
15	0	0	1	3	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	12
16	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	2	1	0	0	1	1	0	0	1	12
17	2	2	1	3	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	36
18	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	2	1	0	0	1	1	1	1	1	15
19	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	15
20	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	17
21	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	40
22	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	12
23	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	41
24	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	2	1	1	1	2	16

UIN SUSKA RIAU

25	2	2	0	3	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	14
26	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	42
27	1	1	0	2	0	1	0	0	0	0	1	1	2	1	0	2	0	1	0	14
28	1	1	0	2	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	8
29	1	1	0	2	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	11
30	1	0	1	2	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	2	1	1	1	16
31	1	1	0	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	16
32	1	2	0	2	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	17
33	1	0	0	1	0	0	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	14
34	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	14
35	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	17
36	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	45
37	0	1	0	3	1	0	1	2	0	0	0	2	0	1	1	1	1	1	0	16
38	0	1	2	2	0	0	1	1	0	0	0	2	0	0	1	1	1	1	1	15
39	2	0	1	1	2	0	1	2	1	1	2	2	1	0	0	1	0	0	0	17
40	2	1	1	3	0	1	0	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	1	21
41	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	1	3	3	2	2	44
42	0	2	1	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	18
43	0	2	1	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	15
44	0	2	1	2	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	15
45	1	2	0	2	0	0	2	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	18
46	2	3	1	3	1	1	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	43
47	1	2	0	3	0	0	2	1	1	0	0	1	0	0	0	2	1	1	0	15
48	1	1	0	3	0	0	2	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	15
49	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	14
50	2	2	1	3	1	2	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	2	43
51	2	1	0	1	0	1	1	2	1	1	1	2	0	0	0	1	1	0	0	15

UIN SUSKA RIAU

52	2	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	2	1	1	0	1	0	1	0	0	15
53	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	42
54	2	1	2	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	15
55	2	1	2	2	1	0	1	1	0	0	2	1	0	1	0	1	1	1	1	1	19
56	3	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	43
57	1	0	0	1	2	0	0	1	0	0	2	1	0	0	0	2	0	0	0	0	10
58	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	14
59	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	41
60	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	14



UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan s
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Uji Reliabilitas Dan Daya Beda Aitem *Self-Compassion*

Sebelum Aitem Gugur Dibuang

RELIABILITY STATISTICS	
Cronbach's Alpha	N of Items
.915	26

ITEM-TOTAL STATISTICS				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	81.5667	216.012	.478	.912
Aitem2	81.5667	212.318	.611	.910
Aitem3	82.0667	215.623	.443	.913
Aitem4	81.3500	217.079	.490	.912
Aitem5	82.2500	212.665	.583	.911
Aitem6	81.8667	214.931	.485	.912
Aitem7	82.3667	217.931	.447	.913
Aitem8	81.7833	222.173	.291	.916
Aitem9	82.0333	213.185	.536	.911
Aitem10	82.5000	215.610	.500	.912
Aitem11	81.2833	219.020	.469	.913
Aitem12	82.1167	215.630	.541	.911
Aitem13	81.8167	209.474	.700	.908
Aitem14	82.4500	214.726	.593	.911
Aitem15	82.5000	213.746	.553	.911
Aitem16	81.6333	214.575	.536	.911
Aitem17	82.2833	214.817	.488	.912
Aitem18	81.6833	215.813	.509	.912
Aitem19	82.5500	216.591	.469	.913
Aitem20	82.3333	215.819	.575	.911
Aitem21	81.2500	211.445	.562	.911
Aitem22	82.6667	221.243	.388	.914
Aitem23	82.3667	217.050	.569	.911
Aitem24	81.6000	209.532	.621	.910
Aitem25	81.9667	212.745	.656	.909
Aitem26	82.6500	221.316	.368	.914

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Setelah Aitem Gugur Dibuang

RELIABILITY STATISTICS	
Cronbach's Alpha	N of Items
.916	25

ITEM-TOTAL STATISTICS				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem1	78.0500	206.218	.481	.913
Aitem2	78.0500	202.625	.613	.911
Aitem3	78.5500	206.014	.440	.914
Aitem4	77.8333	207.531	.484	.913
Aitem5	78.7333	202.945	.587	.911
Aitem6	78.3500	205.757	.469	.914
Aitem7	78.8500	207.892	.457	.914
Aitem9	78.5167	203.474	.539	.912
Aitem10	78.9833	205.576	.512	.913
Aitem11	77.7667	209.097	.476	.913
Aitem12	78.6000	205.973	.540	.912
Aitem13	78.3000	199.976	.699	.909
Aitem14	78.9333	204.979	.596	.911
Aitem15	78.9833	204.084	.554	.912
Aitem16	78.1167	205.122	.529	.912
Aitem17	78.7667	204.894	.496	.913
Aitem18	78.1667	206.073	.510	.913
Aitem19	79.0333	207.084	.462	.914
Aitem20	78.8167	206.356	.566	.912
Aitem21	77.7333	201.928	.559	.912
Aitem22	79.1500	210.943	.408	.914
Aitem23	78.8500	207.045	.581	.912
Aitem24	78.0833	200.586	.602	.911
Aitem25	78.4500	203.167	.654	.910
Aitem26	79.1333	211.507	.368	.915

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Uji Reliabilitas Dan Daya Beda Aitem Depresi

Sebelum Aitem Gugur Dibuang

RELIABILITY STATISTICS	
Cronbach's Alpha	N of Items
.942	20

ITEM-TOTAL STATISTICS				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem01	19.0500	116.726	.490	.942
Aitem02	18.8333	114.480	.604	.940
Aitem03	19.4333	116.385	.571	.941
Aitem04	18.3167	120.118	.272	.946
Aitem05	19.3167	115.813	.602	.940
Aitem06	19.5167	115.678	.675	.939
Aitem07	19.0333	116.270	.544	.941
Aitem08	18.9167	114.044	.618	.940
Aitem09	19.3833	112.206	.790	.937
Aitem10	19.2500	110.360	.802	.937
Aitem11	19.1500	112.231	.670	.939
Aitem12	18.5667	111.538	.796	.937
Aitem13	19.1000	114.464	.599	.940
Aitem14	19.3000	112.146	.736	.938
Aitem15	19.4667	114.423	.694	.939
Aitem16	18.8667	114.050	.678	.939
Aitem17	19.1333	112.762	.681	.939
Aitem18	19.0833	110.518	.748	.938
Aitem19	19.3000	112.180	.755	.938
Aitem20	19.2000	111.790	.723	.938

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Setelah Aitem Gugur Dibuang

RELIABILITY STATISTICS	
Cronbach's Alpha	N of Items
.946	19

ITEM-TOTAL STATISTICS				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem01	17.2500	111.004	.503	.946
Aitem02	17.0333	109.253	.590	.945
Aitem03	17.6333	110.812	.576	.945
Aitem05	17.5167	110.152	.614	.944
Aitem06	17.7167	110.274	.669	.943
Aitem07	17.2333	110.724	.547	.945
Aitem08	17.1167	108.579	.619	.944
Aitem09	17.5833	106.756	.793	.941
Aitem10	17.4500	104.862	.811	.941
Aitem11	17.3500	106.672	.679	.943
Aitem12	16.7667	106.216	.792	.941
Aitem13	17.3000	109.027	.597	.944
Aitem14	17.5000	106.763	.735	.942
Aitem15	17.6667	108.938	.696	.943
Aitem16	17.0667	108.470	.686	.943
Aitem17	17.3333	107.582	.667	.943
Aitem18	17.2833	105.325	.739	.942
Aitem19	17.5000	106.763	.756	.942
Aitem20	17.4000	106.312	.728	.942

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN E

HASIL PERHITUNGAN SAMPEL DENGAN G-POWER

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Exact - Correlation: Bivariate normal model

Options: exact distribution

Analysis: A priori: Compute required sample size

Input:

Tail(s)	= One
Correlation ρ H1	= 0.3
α err prob	= 0.01
Power (1- β err prob)	= 0.80
Correlation ρ H0	= 0

Output:

Lower critical r	= 0.2246524
Upper critical r	= 0.2246524
Total sample size	= 107
Actual power	= 0.8001225

Suggested Effect Size Magnitude Chart

Effect Size Calculation	Statistics Test	Small Effect	Medium Effect	Large Effect
Phi or Cramer's Phi	Chi Squared	0.1	0.3	0.5
Cohen's d	t-Test (Paired & Independent)	0.2	0.5	0.8
Eta Squared	ANOVA	0.01	0.06	0.14
r	Correlation	0.1	0.3	0.5
r ²	Correlation and t-Test (Independent)	0.01	0.09	0.25

Values from Cohen (1988) Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA PENELITIAN

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Umi Kalsum S mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian, saya meminta kesediaan ibu untuk dapat berpartisipasi dengan mengisi instrumen penelitian ini. Dalam pengisian instrumen tidak ada jawaban benar atau salah, hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Seluruh identitas dan respon jawaban yang ibu berikan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti, sesuai dengan etika dalam sebuah penelitian. Saya ucapkan terimakasih atas kerjasama dan waktunya dalam mengisi instrumen penelitian ini.

Hormat saya,

Umi Kalsum S

IDENTITAS RESPONDEN

Nama (Inisial) :

Usia :

Domisili :

Agama :

Suku :

Pendidikan Terakhir :

Pekerjaan :

Penghasilan Per Bulan : 1. < Rp.1.000.000,-
2. Rp.1.000.000 – Rp.3.000.000,-
3. Rp.3.000.000 – Rp.5.000.000,-
4. Rp.5.000.000 – Rp.7.000.000,-
5. > Rp.7.000.000,-

Riwayat Penyakit :

- Status Pernikahan : 1. Menikah (Pernikahan pertama)
2. Menikah Kembali
3. Janda
- Pernikahan Yang Ke-
- Status Kehamilan : 1. Pertama
2. Kedua
3. Lainnya
- Usia Kehamilan : 1. Trimester ke-1
2. Trimester ke-2
3. Trimester ke-3
- Pengalaman Keguguran : 1. Ya 2. Tidak
- Status Tempat Tinggal : 1. Rumah Sendiri
2. Mengontrak
3. Bersama Mertua
4. Lainnya

*lingkari angka yang sesuai dengan identitas diri Anda

SKALA I

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan kepada ibu. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan keadaan diri ibu, dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu dari kelima pilihan jawaban. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda, untuk itu peneliti berharap kepada ibu agar dapat mengisi dengan jujur dan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

HTP : Hampir Tidak Pernah

KK : Kadang-kadang

PR : Pernah

SL : Selalu

HS : Hampir Selalu

Contoh:

No.	Pernyataan	HTP	KK	PR	SL	HS
3.	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian yang dilewati semua orang		✓			

“SELAMAT MENERJAKAN”

No.	Pernyataan	HTP	KK	PR	SL	HS
1.	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya					
2.	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah					
3.	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian yang dilewati semua orang					
4.	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia					
5.	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional					
6.	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu					
7.	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya					
8.	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil					
9.	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

10.	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					
11.	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan					
12.	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya					
13.	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang					
14.	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya					
15.	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya					
16.	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar					
17.	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup					
18.	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan					
19.	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan					
20.	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan					
21.	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan					
22.	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya					
23.	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

24.	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut					
25.	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					

SKALA II**PETUNJUK PENGISIAN**

Berikut ini akan disajikan beberapa pernyataan kepada ibu. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan-pernyataan berikut sesuai dengan keadaan diri ibu, dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu dari keempat pilihan jawaban. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda, untuk itu peneliti berharap kepada ibu agar dapat mengisi dengan jujur dan cermat hingga selesai serta tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

JS : Jarang Sekali (< 1 hari)**BK : Beberapa Kali (1-2 hari)****SR : Sering (3-4 hari)****HSH : Hampir Setiap Hari (5-7 hari)**

Contoh:

No.	Pernyataan	JS (kurang dari 1 hari)	BK (1-2 hari)	SS (3-4 hari)	HTH (5-7 hari)
6.	Saya merasa bahwa semua yang saya lakukan adalah usaha saya sendiri		✓		

“SELAMAT MENGERJAKAN”

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No.	Pernyataan	JS (kurang dari 1 hari)	BK (1-2 hari)	SS (3-4 hari)	HTH (5-7 hari)
1.	Saya terganggu oleh hal-hal yang biasanya tidak mengganggu saya				
2.	Saya tidak nafsu makan, selera makan saya menurun				
3.	Saya merasa bahwa saya tidak bisa menghilangkan kesedihan saya bahkan dengan bantuan dari keluarga atau teman-teman				
4.	Saya mengalami kesulitan berkonsentrasi ketika sedang melakukan suatu pekerjaan				
5.	Saya merasa tertekan (depresi)				
6.	Saya merasa bahwa semua yang saya lakukan adalah usaha saya sendiri				
7.	Saya memiliki harapan untuk masa depan				
8.	Saya pikir hidup saya telah gagal				
9.	Saya merasa takut				
10.	Saya tidur dalam kegelisahan				
11.	Saya merasa bahagia				
12.	Saya berbicara lebih sedikit dari biasanya				
13.	Saya merasa kesepian				
14.	Orang-orang disekitar saya tidak ramah (tidak bersahabat)				
15.	Saya menikmati hidup				
16.	Saya sering menangis				
17.	Saya merasa sedih				
18.	Saya merasa orang-orang membenci saya				
19.	Saya tidak bisa keluar dari kesedihan saya				



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Data Demografi Subjek Penelitian

	Nama Lengkap (Inisial)	Usia	Domisili (Kecamatan/ Kelurahan)	Agama	Suku	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Penghasilan Per Bulan
1	Mita	24	Payung Sekaki	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Pedagang Online	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
2	Maya Wulandari	27	Rumbai	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Guru	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
3	Chintya	22	Rumbai	Islam	Jawa	SMA	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
4	Sonia	19	Marpoayan Dam	Islam	Melayu	SMA	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
5	Vivi Hardiani	24	Senapelan	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
6	Rini Syahputri	24	Rumbai	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Guru	< Rp.1.000.000,-
7	Desi Andriani	28	Sukajadi	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Guru	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
8	Anpisa	36	Senapelan	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Dosen	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
9	Nur Ade Erma Nia	29	Senapelan	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	Karyawan Swasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
10	Aifun Mardziah	30	Kulim	Islam	Minang	SMK	Karyawan Swasta	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
11	Sri Wati	39	Senapelan	Islam	Jawa	SD	ART	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
12	PT	24	Sukajadi	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Pegawai Honor	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
13	Mizda Rizkia	28	Sukajadi	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	PNS	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
14	Rahma Agustini	26	Senapelan	Islam	Melayu	Perguruan Tinggi	Pegawai Bank	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
15	Ajeng	24	Marpoayan Dam	Islam	Jawa	MA	Ibu rumah tangga	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
16	Widya Sasmitha	20	Senapelan	Islam	Jawa	SMA	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
17	Gusni Iradawati	25	Payung Sekaki	Kristen	Batak	SMP	Pedagang Online	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
18	Icha	26	Sukajadi	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	PNS	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
19	Adela Novita	26	Payung Sekaki	Islam	Jawa	SD	Kasir	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
20	Afriana	26	Payung Sekaki	Islam	Minang	SMA	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
21	Aizian Fatma	21	Payung Sekaki	Islam	Minang	SMP	Kasir	< Rp.1.000.000,-
22	Lastri	37	Payung Sekaki	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	Dosen	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
23	Ida	33	Rumbai	Kristen	Minang	SD	Kasir	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
24	Liana Gustia	29	Sukajadi	Islam	Sunda	SMP	PNS	> Rp.7.000.000,-
25	Tasya	24	Sukajadi	Islam	Batak	Perguruan Tinggi	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
26	Mayti Sitra	30	Sukajadi	Islam	Minang	SMA	Guru	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
27	JK	27	Senapelan	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Pegawai Honor	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
28	Putri Savera	22	Tuah Madani	Islam	Batak	MA	Pedagang Online	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
29	Zahratul Mufidah	27	Tuah Madani	Islam	Minang	SMA	PNS	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
30	Hasniyati	40	Sukajadi	Islam	Jawa	SMP	ART	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
31	Puput Dewi	25	Sukajadi	Islam	Sunda	Perguruan Tinggi	Pegawai Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
32	Latifah Maharani	24	Rumbai	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	Pegawai Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
33	Reka	28	Rumbai	Kristen	Batak	Perguruan Tinggi	Perawat	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
34	Salsa	24	Sukajadi	Islam	Jawa	SMA	ART	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
35	Ashilla Hanum	22	Marpoayan Dam	Islam	Minang	SMP	Pedagang	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
36	Siti Minarda	40	Tuah Madani	Islam	Jawa	SD	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
37	Yda Fitri	23	Marpoayan Dam	Islam	Bugis	SMA	Sales	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
38	Dewy	38	Payung Sekaki	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	PNS	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
39	Rosy Wati	29	Payung Sekaki	Islam	Melayu	Perguruan Tinggi	PNS	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
40	Dewi Sukmasari	35	Lima Puluh	Islam	Melayu	Perguruan Tinggi	Sales	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
41	Juli Anda	37	Lima Puluh	Islam	Jawa	SMA	Guru	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
42	Mayang	40	Kulim	Kristen	Minang	Perguruan Tinggi	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
43	Ayu Rosa Ningsih	19	Binawidya	Islam	Melayu	SMA	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
44	Rahmawati Ayuni	19	Binawidya	Islam	Bugis	SMP	Karyawan Swasta	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
45	Dhea Ananda	26	Binawidya	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Guru	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
46	Lucy Dwi Kinanti	24	Sukajadi	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Sales	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
47	Dinda Afrilia	23	Sukajadi	Islam	Melayu	Perguruan Tinggi	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
48	Dedek	29	Sukajadi	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Bidan	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
49	WRS	23	Senapelan	Kristen	Melayu	Perguruan Tinggi	Perawat	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
50	Rindi Anggraini	29	Lima Puluh	Islam	Sunda	SMA	Kasir	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
51	Wati	36	Payung Sekaki	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	ART	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
52	Puja Khairani	33	Lima Puluh	Islam	Melayu	Perguruan Tinggi	Wiraswasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
53	Yolanda Novitri	20	Payung Sekaki	Islam	Bugis	SMA	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-





2. Di larang mengun- mumkan dan mem- pernyak seba- jian atau selu- rnya tulis ini tanpa mencat- umkan dan men- yebutkan sum- ber. Jin Suska Rau.	54	Widi Dwi	36	Payung Sekaki	Kristen	Jawa	SMA	Bidan	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	55	Risfami Aisyah	22	Marpoyan Dam	Islam	Melayu	SMK	Sales	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
	56	Amelia	38	Payung Sekaki	Islam	Bugis	SMP	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
	57	Dwi Putri Januari	32	Marpoyan Dam	Islam	Jawa	SMA	Wiraswasta	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
	58	Suci Ananda	27	Lima Puluh	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Pedagang	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	59	Jayani Widiastuti	20	Kulim	Islam	Melayu	MA	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
	60	Bangun Harahap	27	Kulim	Kristen	Jawa	Perguruan Tinggi	Teller Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	61	Gina Sonia	24	Binawidya	Islam	Batak	Perguruan Tinggi	Pegawai Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	62	Indri Zaqiah	21	Marpoyan Dam	Islam	Sunda	SMA	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
	63	SP	22	Marpoyan Dam	Islam	Batak	SMK	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
	64	Nindy Ayu	21	Bukit Raya	Islam	Jawa	SMK	Sales	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
	65	Mawar	26	Sukajadi	Islam	Sunda	Perguruan Tinggi	Teller Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	66	Sri Eka Wahyuni	23	Sukajadi	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	Pegawai Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	67	Nadya Saphira	33	Kulim	Islam	Minang	SMP	Wiraswasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	68	Auffa	35	Sukajadi	Islam	Melayu	Perguruan Tinggi	Pegawai Honor	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	69	Sarasati	31	Bukit Raya	Islam	Sunda	SMA	Karyawan Swasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	70	DK	30	Payung Sekaki	Kristen	Melayu	Perguruan Tinggi	Wiraswasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	71	Ita Juwita	32	Senapelan	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	Apoteker	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	72	Zaskia Putri	24	Senapelan	Islam	Jawa	SD	Kasir	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-
	73	MA	24	Kulim	Kristen	Melayu	Perguruan Tinggi	Teller Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	74	Ayudia Chandra	20	Senapelan	Islam	Minang	SMA	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
	75	LKS	22	Payung Sekaki	Islam	Sunda	SMA	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
	76	Hanna Tasya	26	Kulim	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	Akuntan	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	77	Citra Effendi	19	Sukajadi	Islam	Jawa	SMA	Ibu rumah tangga	< Rp.1.000.000,-
	78	AAS	29	Marpoyan Dam	Islam	Melayu	Perguruan Tinggi	Akuntan	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
	79	Yuli Nur Safitri	33	Marpoyan Dam	Islam	Bugis	Perguruan Tinggi	Notaris	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-
	80	Pita	24	Marpoyan Dam	Islam	Melayu	SMP	Kasir	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-
81	Siti Nurjanah	33	Sukajadi	Islam	Jawa	SMP	Akuntan	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
82	KM	27	Kulim	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Wiraswasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
83	Serli	34	Payung Sekaki	Islam	Melayu	SD	ART	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
84	Kania Lestari	24	Payung Sekaki	Islam	Batak	Perguruan Tinggi	Wiraswasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
85	Lulu Fasya	37	Sukajadi	Islam	Sunda	SMP	Kasir	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
86	BR	24	Sukajadi	Kristen	Melayu	Perguruan Tinggi	Teller Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
87	Sukmala	36	Senapelan	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Bidan	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-	
88	Mariana	36	Senapelan	Islam	Jawa	SMA	Karyawan Swasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
89	Ranti Prahastanti	25	Bukit Raya	Islam	Jawa	SMK	Kasir	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
90	Winda Ayulia	29	Lima Puluh	Islam	Sunda	SMP	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
91	Lestari Pratiwi	27	Kulim	Islam	Batak	Perguruan Tinggi	Ibu Rumah Tangga	Rp.5.000.000 - Rp.7.000.000,-	
92	SDC	27	Marpoyan Dam	Kristen	Batak	Perguruan Tinggi	PNS	> Rp.7.000.000,-	
93	Nuraida	38	Marpoyan Dam	Islam	Batak	SMP	Pedagang	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
94	Rani Nuryati	30	Payung Sekaki	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Perawat	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
95	Susanti	24	Payung Sekaki	Islam	Bugis	Perguruan Tinggi	Perawat	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
96	Risya	30	Marpoyan Dam	Islam	Jawa	SMA	Wiraswasta	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
97	Putri Nastiti	23	Payung Sekaki	Islam	Jawa	SMA	Guru	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
98	Lusiana Dewi	25	Payung Sekaki	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Karyawan Swasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
99	SL	25	Payung Sekaki	Kristen	Melayu	SMK	Karyawan Swasta	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
100	Wiwik	29	Sukajadi	Islam	Jawa	Perguruan Tinggi	Guru	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
101	Sukmatia Swasti	26	Kulim	Islam	Minang	SMA	Pegawai Honor	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
102	PS	30	Sukajadi	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	Wiraswasta	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
103	Neng Rohayani	26	Sukajadi	Islam	Minang	Perguruan Tinggi	Teller Bank	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
104	Nita Sukma	26	Rumbai	Islam	Bugis	Perguruan Tinggi	Pedagang	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
105	Hana Afifa	28	Senapelan	Islam	Minang	SMA	ART	Rp.3.000.000 - Rp.5.000.000,-	
106	Ayu Fitri	24	Sukajadi	Islam	Jawa	SMA	Guru	Rp.1.000.000 - Rp.3.000.000,-	
107	Rachtiati	29	Marpoyan Dam	Islam	Melayu	SD	Pedagang	< Rp.1.000.000,-	

No	Nama Lengkap (Inisial)	Riwayat Penyakit	Status Pernikahan	Pernikahan Yang Ke	Status Kehamilan	Usia Kehamilan	Pengalaman Keguguran	Status Tempat Tinggal
1.	Mita	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
2.	Maya Wulandari	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-2	Tidak	Mengontrak
3.	Chintya	Sinusitis	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-1	Tidak	Rumah Sendiri
4.	Senia	Tidak ada	Menikah Kembali	Kedua	Pertama	Trimester ke-3	Tidak	Rumah Sendiri
5.	Vivi Hardiani	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-3	Tidak	Mengontrak
6.	Rini Syahputri	Asma	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-1	Tidak	Mengontrak
7.	Desi Andriani	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
8.	Annisa	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-1	Tidak	Mengontrak
9.	Nur Ade Erma Nia	Tidak ada	Menikah Kembali	Kedua	Kedua	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
10.	Aipun Mardziah	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
11.	Sri Wati	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-3	Ya	Bersama Saudara
12.	PT	Sinusitis	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-2	Ya	Bersama Mertua
13.	Mizda Rizkia	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-3	Tidak	Mengontrak
14.	Rahma Agustini	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-1	Tidak	Bersama Mertua
15.	Ajeng	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Bersama Saudara
16.	Wilya Sasmitha	Asma	Menikah Kembali	Kedua	Kedua	Trimester ke-3	Ya	Bersama Mertua
17.	Gusni Iradawati	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Bersama Mertua
18.	Ichu	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-1	Tidak	Mengontrak
19.	Adela Novita	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-3	Tidak	Rumah Sendiri
20.	Afrana	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-3	Tidak	Rumah Sendiri
21.	Aizian Fatma	Tidak ada	Menikah Kembali	Kedua	Kedua	Trimester ke-2	Tidak	Mengontrak
22.	Lastri	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-1	Tidak	Rumah Sendiri
23.	Ida	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-3	Tidak	Bersama Mertua
24.	Liana Gustia	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Keempat	Trimester ke-2	Ya	Mengontrak
25.	Tasya	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-3	Tidak	Mengontrak
26.	Mayti Sitra	Tidak ada	Menikah Kembali	Kedua	Kedua	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
27.	JK	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-2	Tidak	Bersama Mertua
28.	Putri Savera	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-3	Tidak	Rumah Sendiri
29.	Zahratul Mufidah	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Bersama Saudara
30.	Hasniyati	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Keempat	Trimester ke-3	Tidak	Mengontrak
31.	Puput Dewi	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Mengontrak
32.	Latifah Maharani	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
33.	Reka	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
34.	Salsa	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-3	Ya	Mengontrak
35.	Ashilla Hanum	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-1	Tidak	Mengontrak
36.	Siti Minarda	Tidak ada	Menikah Kembali	Kedua	Ketiga	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
37.	Yozia Fitri	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Mengontrak
38.	Dewy	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-2	Tidak	Mengontrak
39.	Rezy Wati	Maag	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
40.	Dewi Sukmasari	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-3	Tidak	Bersama Orang Tua
41.	Juli Anda	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Keempat	Trimester ke-3	Tidak	Rumah Sendiri
42.	Mayang	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Keempat	Trimester ke-2	Tidak	Mengontrak
43.	Ayu Rosa Ningsih	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-1	Ya	Bersama Mertua
44.	Rahmawati Ayuni	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-1	Tidak	Rumah Sendiri
45.	Dhea Ananda	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-3	Tidak	Bersama Orang Tua
46.	Lucy Dwi Kinanti	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-2	Tidak	Bersama Orang Tua
47.	Dinda Afrilia	Maag	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-1	Ya	Bersama Mertua
48.	DedeK	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Bersama Saudara
49.	WRS	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Mengontrak
50.	Rindi Angraini	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Rumah Sendiri
51.	Wati	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Ketiga	Trimester ke-2	Tidak	Bersama Mertua
52.	Puja Khairani	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Kedua	Trimester ke-2	Ya	Rumah Sendiri
53.	Yolanda Novitri	Tidak ada	Menikah (Pernikahan pertama)	Pertama	Pertama	Trimester ke-2	Tidak	Bersama Saudara

Tabulasi Data Penelitian *Self-Compassion*

No	Nomor Aitem																									Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
1	2	1	5	2	4	1	5	4	4	2	5	1	4	5	2	3	3	3	2	1	4	5	2	1	5	76
2	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	85
3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	91
4	2	3	4	2	5	1	4	5	5	1	4	1	5	5	2	4	1	3	2	1	5	5	1	3	4	78
5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	3	4	5	3	3	5	3	3	3	4	3	98
6	4	5	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	5	4	2	4	5	1	86
7	1	1	5	2	4	1	5	4	5	1	4	3	4	3	1	4	1	5	1	2	4	4	2	3	5	75
8	3	3	5	1	4	2	3	5	4	2	3	1	4	5	3	3	3	3	1	2	3	4	2	1	4	74
9	5	4	2	3	3	3	4	5	4	4	3	4	2	2	4	3	4	5	3	5	4	5	4	4	4	93
10	1	2	3	1	5	1	3	5	3	1	5	3	5	3	2	5	2	5	1	1	4	3	3	3	3	73
11	5	5	2	5	3	4	3	2	3	4	3	3	2	2	4	1	3	1	3	3	3	3	5	3	3	78
12	3	4	2	4	4	4	5	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	4	4	5	4	3	4	5	97
13	3	4	2	5	4	4	4	2	3	4	5	4	3	4	4	3	5	4	4	4	3	4	4	3	2	91
14	2	2	4	3	3	2	5	5	4	2	4	3	4	4	1	4	1	5	2	1	5	4	3	2	5	80
15	5	4	5	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	3	96
16	5	4	4	4	4	5	4	4	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	5	2	3	5	4	2	87
17	4	4	3	4	3	5	3	4	3	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	5	3	5	95
18	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	96
19	1	1	5	3	4	2	4	4	5	1	3	1	5	5	1	3	1	5	3	1	5	5	3	1	4	76
20	4	5	4	4	3	5	3	5	2	4	3	4	3	4	5	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	95
21	4	4	3	5	5	4	3	5	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2	3	5	4	4	4	4	4	94
22	1	1	4	1	5	3	3	4	3	3	5	1	3	4	3	5	1	4	3	2	4	4	1	3	4	75
23	5	5	5	3	2	4	3	2	3	4	3	5	3	2	5	4	4	2	3	5	2	3	5	4	3	89
24	1	1	4	2	4	1	5	3	5	2	4	2	3	4	3	5	3	5	1	3	5	5	2	2	3	78



- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



25	4	3	4	5	4	4	3	2	1	5	2	4	1	2	5	3	4	1	5	4	2	1	5	4	2	80
26	3	1	5	1	4	2	5	4	3	1	4	2	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	1	5	75
27	2	3	4	2	5	1	5	3	4	2	5	3	5	4	1	5	2	4	2	1	4	3	2	3	5	80
28	2	2	4	3	5	3	4	3	5	2	4	1	4	3	1	5	1	5	1	1	4	3	1	1	4	72
29	2	2	4	3	5	3	4	3	5	2	4	1	4	3	1	5	1	5	1	1	4	3	1	1	4	72
30	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	2	5	2	2	5	1	5	2	4	5	1	2	4	3	1	80
31	4	2	3	4	3	5	4	4	4	5	4	4	3	4	4	3	4	4	3	5	2	5	4	3	3	93
32	4	4	3	3	4	4	4	5	5	5	3	4	3	3	5	4	4	4	3	5	2	3	4	4	3	95
33	5	4	4	3	3	4	5	5	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	5	3	3	4	3	4	94
34	5	5	4	5	1	3	3	1	2	5	3	4	1	1	5	2	3	3	4	5	3	3	5	4	1	81
35	1	1	3	2	5	1	5	4	3	1	5	2	5	4	3	4	2	4	2	2	3	5	2	2	3	74
36	5	5	2	4	2	4	2	3	3	5	2	4	1	3	4	1	5	3	5	4	3	3	5	5	1	84
37	3	2	3	4	4	3	3	3	3	5	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	2	4	4	85
38	2	2	4	2	4	1	5	5	3	1	4	2	5	3	2	3	2	4	1	1	4	4	1	3	4	72
39	1	2	5	1	5	2	4	3	5	1	3	1	3	5	1	4	3	3	1	2	5	4	1	2	3	70
40	1	3	4	1	4	3	4	4	5	2	5	2	4	5	1	5	2	5	1	2	5	5	3	2	5	83
41	2	3	3	2	5	3	5	5	5	3	5	1	5	4	3	3	1	4	2	1	5	4	2	1	4	81
42	3	4	3	5	3	4	3	4	4	3	4	4	5	2	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	90
43	5	4	2	4	3	3	2	1	1	5	2	5	2	1	4	2	4	2	4	5	1	1	4	3	3	73
44	3	2	3	2	5	2	5	5	4	1	4	2	4	4	3	4	2	3	2	1	4	5	1	1	3	75
45	4	5	3	3	2	4	5	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	90
46	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	5	3	4	5	3	4	90
47	5	4	4	5	4	3	1	2	2	4	3	5	2	2	5	2	5	1	5	4	2	1	4	4	1	80
48	5	4	2	4	3	5	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	3	5	4	3	4	4	3	91
49	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	5	4	4	2	3	5	3	4	4	4	3	90
50	1	2	5	3	4	1	4	4	3	2	3	2	3	5	2	5	2	3	2	2	4	5	2	3	4	76
51	4	5	4	3	4	4	1	1	2	5	2	4	1	1	4	1	5	1	3	5	2	2	3	4	2	73

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif

UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

52	3	2	2	4	2	4	5	5	3	3	5	5	4	3	4	4	5	2	4	4	3	3	4	4	4	91
53	3	5	4	5	4	5	1	3	2	3	1	4	3	1	5	1	4	1	4	3	1	1	3	4	2	73
54	2	2	5	1	4	1	3	3	5	2	3	3	3	4	2	5	2	5	1	2	3	3	2	3	5	74
55	4	5	4	4	3	2	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	5	3	4	4	4	4	4	93
56	5	5	4	4	4	5	2	2	2	5	3	5	2	1	4	2	5	2	5	4	1	3	4	5	1	85
57	3	2	4	2	5	3	3	3	5	3	5	1	4	3	1	4	2	5	2	1	5	4	1	2	4	77
58	3	3	4	5	1	4	4	1	3	4	1	5	1	3	4	1	3	3	4	4	1	2	3	4	3	74
59	3	4	4	4	3	4	4	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	2	4	5	4	3	5	4	3	98
60	2	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	85
61	1	1	4	2	4	2	4	4	4	1	4	2	5	3	1	3	1	5	1	1	5	5	3	1	3	70
62	4	4	4	3	5	3	5	5	5	4	4	3	4	4	3	5	3	3	3	3	4	4	3	3	3	94
63	5	5	4	5	4	2	4	5	4	5	4	5	4	4	5	2	5	2	2	5	2	4	5	4	4	100
64	3	4	3	4	5	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	87
65	4	5	4	5	2	4	4	3	3	4	4	4	3	4	5	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	93
66	1	3	5	3	5	1	5	4	3	2	4	1	5	3	1	5	1	5	1	2	4	3	3	1	3	74
67	4	5	2	3	3	4	2	2	1	4	2	4	3	2	5	1	4	2	4	4	2	2	3	4	1	73
68	4	4	3	3	3	4	3	5	4	4	3	5	3	4	4	4	4	3	2	4	2	4	5	4	3	91
69	4	4	3	4	3	3	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	5	4	3	94
70	4	4	1	4	2	5	1	3	2	4	1	5	2	1	4	1	4	3	5	5	1	3	4	5	1	75
71	3	2	3	3	5	1	4	3	5	2	3	1	5	4	2	4	2	4	3	3	3	4	2	3	5	79
72	4	5	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	5	3	3	3	4	5	2	3	4	4	4	93
73	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	5	3	3	5	4	4	4	3	4	2	4	5	3	3	90
74	4	5	5	5	3	5	4	5	4	4	5	5	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	100
75	4	4	2	4	2	4	1	2	1	3	2	5	2	1	5	2	3	1	3	3	3	2	5	5	2	71
76	4	4	4	4	3	5	4	4	3	3	4	4	3	4	4	5	4	3	3	4	3	4	5	4	4	96
77	5	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	1	2	4	1	4	1	4	3	3	1	4	4	3	73
78	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	5	4	3	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	3	89

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



79	2	3	4	1	4	2	3	5	4	1	5	2	4	4	2	4	1	3	3	3	5	5	1	1	5	77
80	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	2	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	3	86
81	1	1	5	3	4	3	4	4	5	3	4	3	3	5	3	3	1	5	1	1	4	5	2	3	4	80
82	5	4	2	5	2	3	1	1	3	4	3	4	2	1	3	2	4	1	5	4	3	2	3	4	1	72
83	4	3	2	4	3	2	2	3	1	5	2	3	3	1	4	3	5	2	3	4	3	3	4	5	2	76
84	3	3	2	4	3	2	1	3	2	5	2	5	2	2	5	1	4	1	4	4	1	1	5	5	1	71
85	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	5	2	5	5	4	3	91
86	4	5	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	3	3	88
87	3	2	4	3	4	5	3	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	93
88	1	2	5	2	5	1	4	5	3	3	4	1	4	3	1	5	2	4	2	2	3	4	1	2	4	73
89	4	3	3	5	4	5	4	3	2	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	2	5	4	4	95
90	5	5	3	4	3	4	3	1	1	5	1	5	1	1	3	3	5	2	5	5	2	2	5	4	2	80
91	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	5	4	3	3	4	5	5	4	4	4	3	3	5	3	4	96
92	1	1	3	1	4	3	3	5	5	1	3	3	3	4	2	4	3	5	1	3	5	3	3	1	3	73
93	5	3	1	5	4	3	2	2	3	4	2	3	1	2	4	2	5	3	3	4	1	1	4	4	1	72
94	3	5	4	4	2	4	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	5	4	3	5	3	3	4	4	3	90
95	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3	3	5	4	5	4	4	3	96
96	5	4	3	5	3	2	1	1	2	4	2	4	2	1	5	1	4	1	3	4	2	3	3	3	1	69
97	4	5	3	3	1	3	3	2	1	5	1	5	3	2	5	1	3	2	4	3	1	2	3	4	2	71
98	2	1	4	3	5	2	5	5	3	1	5	2	5	5	3	4	3	4	2	1	4	3	3	3	5	83
99	5	4	4	4	3	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	5	3	4	4	4	3	4	3	3	95
100	4	5	2	4	2	4	2	3	1	3	3	4	3	1	4	2	4	1	5	4	3	2	4	3	3	76
101	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5	3	4	87
102	5	5	1	5	3	5	1	1	3	5	2	3	1	2	4	2	4	2	3	4	2	1	4	4	1	73
103	2	1	3	2	5	2	3	4	5	2	5	1	4	4	1	3	2	4	1	1	4	5	2	2	4	72
104	5	5	3	3	3	5	1	2	2	5	1	5	2	1	3	1	5	3	4	3	1	2	3	3	2	73
105	4	5	5	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	93

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

106	4	4	1	4	1	4	2	3	1	4	2	5	2	1	5	3	5	1	5	4	3	1	5	5	2	77
107	3	4	3	5	2	4	1	1	3	5	1	5	1	2	5	1	4	1	4	3	2	1	4	4	1	70



- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan s
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumunikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabulasi Data Penelitian Depresi

No	Nomor Aitem																			Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	3	0	0	1	2	1	0	1	2	14
2	1	0	1	0	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	0	1	0	0	1	16
3	1	0	1	0	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	15
4	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	10
5	0	0	1	0	2	0	2	2	0	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	28
6	0	0	0	2	2	3	2	0	0	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	32
7	0	2	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	2	0	1	1	1	1	0	13
8	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	2	1	1	1	1	1	0	14
9	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	9
10	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	13
11	2	2	1	0	0	0	2	2	2	0	3	0	0	2	3	0	0	2	3	24
12	2	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	12
13	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	2	1	1	0	0	1	1	12
14	2	0	0	0	1	1	0	1	1	1	2	1	0	0	1	1	0	0	0	12
15	2	3	1	1	0	2	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	17
16	0	0	0	0	0	0	3	0	0	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	26
17	1	1	0	1	1	2	1	1	1	1	0	1	0	0	2	0	1	0	1	15
18	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	1	1	16
19	1	0	1	1	1	1	0	1	0	2	2	0	1	0	1	1	0	0	0	13
20	1	1	1	0	0	1	0	0	0	2	0	1	0	0	1	0	0	1	0	9
21	2	1	1	1	0	2	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	0	0	1	18
22	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	2	0	2	1	3	0	1	2	2	15
23	3	2	1	2	1	2	3	0	0	0	2	0	0	0	3	0	0	2	2	23
24	1	0	0	1	0	0	2	1	0	0	2	1	0	0	2	1	2	1	1	15

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

25	0	0	0	0	0	0	3	0	0	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	27
26	0	0	1	1	0	1	2	0	1	1	3	0	1	1	3	0	0	0	0	15
27	0	0	0	0	0	1	2	1	2	0	2	1	1	0	3	0	0	1	1	15
28	1	2	1	0	0	0	2	1	0	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	15
29	1	1	0	1	0	1	2	0	1	0	1	0	1	1	2	1	1	0	0	14
30	2	2	0	0	1	0	2	0	0	0	2	2	2	3	3	2	3	2	2	28
31	0	0	0	1	1	2	1	1	1	2	0	1	1	0	2	0	2	1	1	17
32	0	1	1	1	0	2	1	1	1	2	0	1	1	0	2	1	0	1	1	17
33	1	1	0	0	0	2	0	0	1	1	1	0	1	0	2	2	1	1	0	14
34	0	0	0	0	0	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	34
35	0	0	0	0	0	0	1	2	1	0	2	1	1	0	3	0	2	0	1	14
36	0	1	1	2	0	1	2	0	1	0	2	0	1	1	2	0	0	0	0	14
37	0	1	0	0	0	1	1	1	0	2	1	0	1	0	3	0	2	0	0	13
38	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	3	0	1	0	2	1	1	1	2	14
39	0	2	1	1	1	2	2	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	13
40	0	0	0	1	0	0	2	0	0	0	2	1	0	1	2	0	1	2	2	14
41	0	0	0	1	1	1	2	0	1	1	3	0	0	1	2	1	0	1	0	15
42	1	2	0	1	2	2	3	1	1	1	0	1	1	1	2	0	0	1	1	21
43	2	3	2	2	1	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	45
44	0	1	0	1	2	2	3	1	1	0	0	1	0	0	2	0	0	0	0	14
45	1	2	1	1	1	1	3	1	1	0	0	1	0	0	2	0	0	0	0	15
46	3	0	1	0	1	1	2	0	0	0	2	0	0	1	2	2	2	0	0	17
47	3	1	2	0	0	0	3	2	0	0	3	0	0	3	3	2	2	2	2	28
48	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	1	0	1	2	1	1	2	2	1	19
49	1	0	1	1	1	1	2	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	12
50	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	2	1	1	0	3	1	2	1	1	15
51	0	0	0	0	0	0	3	0	0	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	25

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

52	1	2	1	1	1	2	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	2	2	20
53	0	0	0	2	2	2	3	0	0	0	2	0	2	2	3	2	3	2	2	27
54	0	1	1	2	1	0	3	1	0	1	0	0	1	0	3	0	0	0	0	14
55	1	2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	15
56	0	0	0	2	2	2	3	0	0	0	2	0	0	2	3	2	3	2	2	25
57	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	2	0	1	2	2	0	1	2	1	15
58	0	0	0	0	0	0	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	30
59	2	1	0	0	0	2	1	0	1	1	2	0	0	0	2	1	0	1	0	14
60	2	1	1	0	1	1	1	0	0	1	3	0	0	0	2	1	0	1	0	15
61	1	1	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	1	1	3	1	1	0	2	15
62	0	0	0	0	2	0	3	0	0	1	2	0	0	1	2	0	1	1	1	14
63	0	1	0	1	1	0	2	2	0	0	2	1	2	0	2	1	1	0	0	16
64	1	2	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	3	1	0	1	0	12
65	1	2	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	2	1	0	1	0	12
66	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	2	2	1	0	0	0	13
67	0	0	0	0	2	2	2	1	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	34
68	1	2	1	1	1	2	0	0	1	1	0	1	0	2	1	2	0	1	1	18
69	0	0	1	1	0	2	1	0	1	1	1	1	0	2	1	0	0	0	0	12
70	2	2	2	0	0	0	2	1	0	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	33
71	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	3	1	1	2	2	0	1	0	2	15
72	1	2	1	1	0	2	1	0	1	1	1	2	1	1	0	0	0	1	0	16
73	0	3	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	14
74	2	2	2	2	2	2	2	0	0	0	2	0	0	2	3	2	2	2	2	29
75	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	42
76	1	2	2	0	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	15
77	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	3	2	3	2	3	2	3	2	2	25
78	2	2	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	2	0	1	1	0	14

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

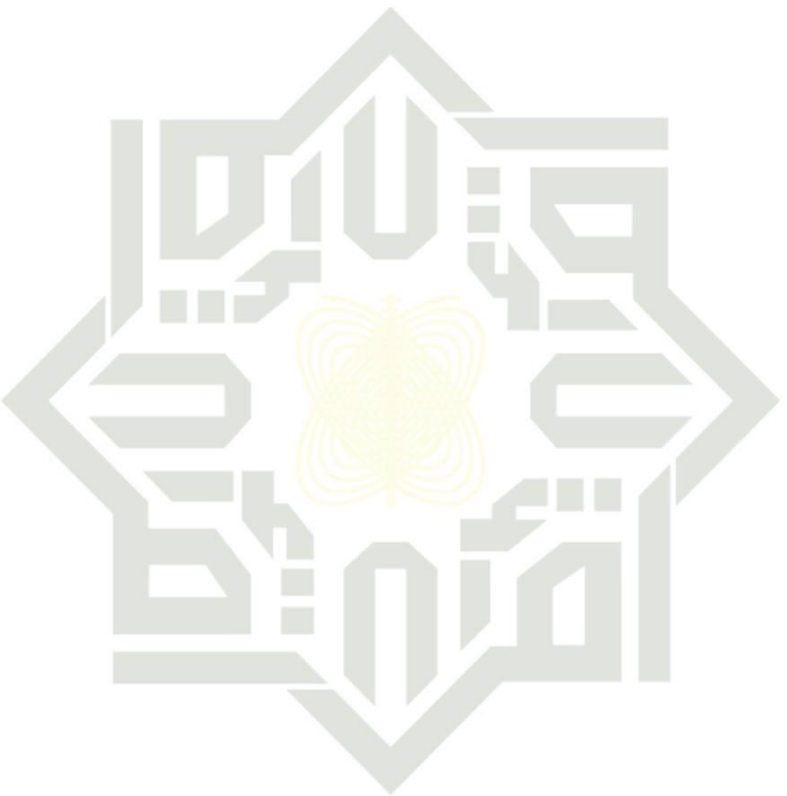
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

79	2	2	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	2	0	1	1	0	13
80	1	2	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	2	0	1	0	0	13
81	0	0	1	0	1	0	2	1	0	1	0	1	0	1	2	0	0	0	1	11
82	3	2	2	2	1	2	3	0	0	0	3	0	0	2	3	2	2	2	1	30
83	0	0	2	2	1	3	3	2	2	3	3	0	0	0	3	0	0	2	1	27
84	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	0	0	0	3	0	0	3	1	30
85	0	1	1	1	0	2	2	0	0	1	2	1	0	0	0	2	0	0	0	13
86	1	2	1	1	0	2	2	0	1	1	1	0	0	0	0	2	0	1	0	15
87	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	1	16
88	0	2	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	12
89	1	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	16
90	0	1	0	0	0	0	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	29
91	2	2	2	1	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	15
92	2	2	1	1	1	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	12
93	0	0	0	0	0	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	31
94	1	0	2	1	1	0	1	1	0	0	2	0	1	0	1	0	0	1	1	13
95	1	2	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	12
96	3	1	2	0	0	0	3	0	0	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	33
97	3	1	2	2	2	2	3	0	0	0	2	0	0	2	3	2	3	2	2	31
98	0	1	0	0	0	0	3	1	0	0	2	0	0	1	3	0	1	1	1	14
99	0	3	1	0	1	1	1	1	1	2	0	1	0	0	2	0	0	0	1	15
100	0	0	0	0	0	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	32
101	0	3	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	2	1	0	1	0	0	12
102	2	0	0	0	0	0	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	32
103	0	3	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	2	1	14
104	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	40
105	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	6

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

106	3	2	2	0	0	0	2	0	0	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	31
107	3	2	2	2	2	2	3	2	0	0	2	0	0	0	3	2	3	2	2	32



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan s
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Unstandardized Residual	
N		107	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	7.23080165	
Most Extreme Differences	Absolute	.084	
	Positive	.084	
	Negative	-.060	
Test Statistic		.084	
Asymp. Sig. (2-tailed)		.063 ^c	
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	.428 ^d	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.416
		Upper Bound	.441

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. Based on 10000 sampled tables with starting seed 2000000.

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Uji Linearitas

Case Processing Summary						
	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Depresi * <i>Self-compassion</i>	107	100.0%	0	0.0%	107	100.0%

ANOVA TABLE							
			Sum of Squares	df	Mean Squares	F	Sig.
Depresi * <i>Self-compassion</i>	Between Groups	(Combined)	2497.790	28	89.207	1.651	.044
		Linearity	1169.358	1	1169.358	21.645	.000
		Deviation from Linearity	1328.432	27	49.201	.911	.595
	Within Groups		4213.724	78	54.022		
	Total		6711.514	106			

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Depresi * <i>Self-compassion</i>	-.417	.174	.610	.372

Uji Hipotesis

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
<i>Self-compassion</i>	83.13	9.179	107
Depresi	19.39	7.957	107

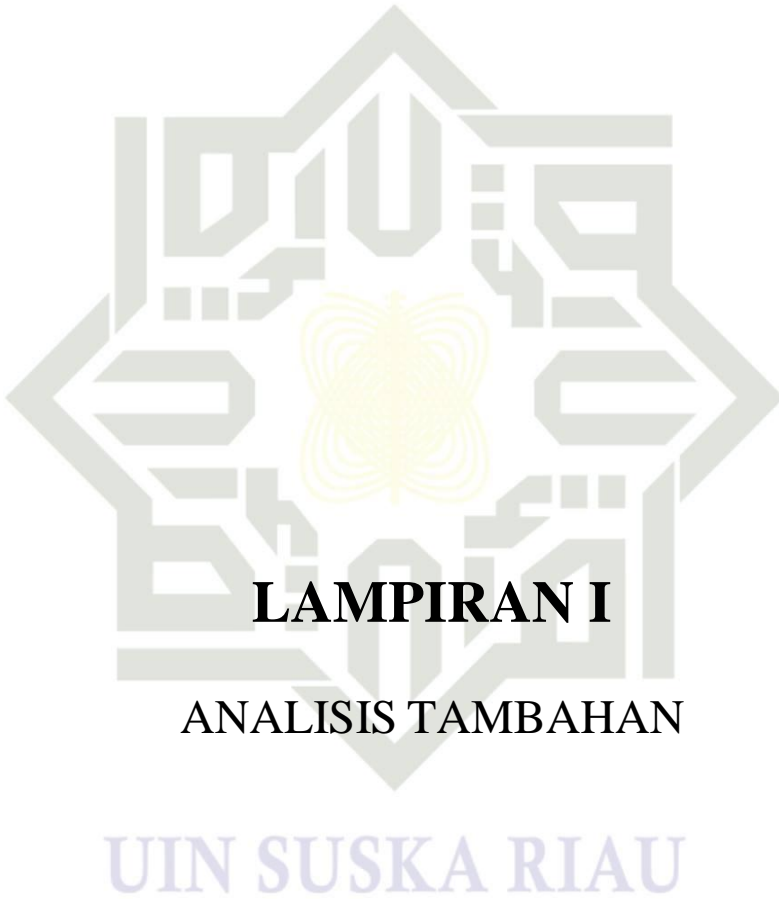
Correlations			
		<i>Self-compassion</i>	Depresi
<i>Self-compassion</i>	Pearson Correlation	1	-.417**
	Sig. (2-tailed)		.000
	Sum of Squares and Cross-products	8930.168	-3231.495
	Covariance	84.247	-30.486
	N	107	107
Depresi	Pearson Correlation	-.417**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	Sum of Squares and Cross-products	-3231.495	6711.514
	Covariance	-30.486	63.316
	N	107	107

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.417 ^a	.174	.166	7.265
a. Predictors: (Constant), <i>Self-compassion</i>				
b. Dependent Variable: Depresi				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Analisis Perbedaan Berdasarkan Penghasilan

Hasil analisis *self-compassion* berdasarkan penghasilan

ANOVA					
<i>Self-compassion</i>					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	189.365	4	47.341	.552	.698
Within Groups	8740.803	102	85.694		
Total	8930.168	106			

<i>Self-compassion</i>		
Tukey HSD ^{a,b}		
Penghasilan	N	Subset for alpha = 0.05
>Rp.7.000.000	2	1
Rp.5.000.000-Rp.7.000.000	12	75.50
Rp.1.000.000-Rp.3.000.000	39	81.58
Rp.3.000.000-Rp.5.000.000	42	83.18
<Rp.1.000.000	12	83.36
Sig.		85.00
.315		
Means for groups in homogeneous subsets are displayed.		
a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 6.982.		
b. The group sizes are unequal. The harmonic mean of the group sizes is used. Type I error levels are not guaranteed.		

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil analisis depresi berdasarkan penghasilan

ANOVA					
Depresi					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1372.532	4	343.133	6.237	.000
Within Groups	5611.636	102	55.016		
Total	6984.168	106			

Descriptives									
Depresi									
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Min	Max	
					Lower Bound	Upper Bound			
<Rp.1.000.000	12	27.42	9.709	2.803	21.25	33.59	14	45	
Rp.1.000.000-Rp.3.000.000	39	19.82	8.023	1.285	17.22	22.42	9	40	
Rp.3.000.000-Rp.5.000.000	42	17.19	7.164	1.105	14.96	19.42	6	34	
Rp.5.000.000-Rp.7.000.000	12	14.00	1.348	.389	13.14	14.86	12	16	
>Rp.7.000.000	2	13.50	2.121	1.500	-5.56	32.56	12	15	
Total	107	18.87	8.117	.785	17.31	20.42	6	45	

Depresi			
Tukey HSD ^{a,b}			
Penghasilan	N	Subset for alpha = 0.05	
		1	2
>Rp.7.000.000	2	13.50	
Rp.5.000.000-Rp.7.000.000	12	14.00	
Rp.3.000.000-Rp.5.000.000	42	17.19	17.19
Rp.1.000.000-Rp.3.000.000	39	19.82	19.82
<Rp.1.000.000	12		27.42
Sig.		.506	.083

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 6.982.

b. The group sizes are unequal. The harmonic mean of the group sizes is used. Type I error levels are not guaranteed.

Multiple Comparisons

Dependent Variable: depresi

Tuiskin USD

	(J) Penghasilan	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
Rp.1.000.000	Rp.1.000.000-Rp.3.000.000	7.596*	2.449	.021	.80	14.40
	Rp.3.000.000-Rp.5.000.000	10.226*	2.428	.001	3.48	16.97
	Rp.5.000.000-Rp.7.000.000	13.417*	3.028	.000	5.01	21.83
	>Rp.7.000.000	13.917	5.665	.109	-1.82	29.65
Rp.3.000.000-Rp.5.000.000	<Rp.1.000.000	-7.596*	2.449	.021	-14.40	-.80
	Rp.3.000.000-Rp.5.000.000	2.630	1.649	.504	-1.95	7.21
	Rp.5.000.000-Rp.7.000.000	5.821	2.449	.130	-.98	12.62
	>Rp.7.000.000	6.321	5.378	.765	-8.61	21.26
Rp.5.000.000-Rp.7.000.000	<Rp.1.000.000	-10.226*	2.428	.001	-16.97	-3.48
	Rp.1.000.000-Rp.3.000.000	-2.630	1.649	.504	-7.21	1.95
	Rp.5.000.000-Rp.7.000.000	3.190	2.428	.683	-3.55	9.93
	>Rp.7.000.000	3.690	5.368	.959	-11.22	18.60
Rp.7.000.000	<Rp.1.000.000	-13.417*	3.028	.000	-21.83	-5.01
	Rp.1.000.000-Rp.3.000.000	-5.821	2.449	.130	-12.62	.98
	Rp.3.000.000-Rp.5.000.000	-3.190	2.428	.683	-9.93	3.55
	>Rp.7.000.000	.500	5.665	1.000	-15.23	16.23
<Rp.7.000.000	<Rp.1.000.000	-13.917	5.665	.109	-29.65	1.82
	Rp.1.000.000-Rp.3.000.000	-6.321	5.378	.765	-21.26	8.61
	Rp.3.000.000-Rp.5.000.000	-3.690	5.368	.959	-18.60	11.22
	Rp.5.000.000-Rp.7.000.000	-.500	5.665	1.000	-16.23	15.23

*The mean difference is significant at the 0.05 level.



Analisis Perbedaan Berdasarkan Usia Kehamilan

Hasil analisis *self-compassion* berdasarkan usia kehamilan

ANOVA					
<i>Self-compassion</i>					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1.410	2	.705	.933	.397
Within Groups	78.589	104	.756		
Total	79.998	106			

<i>Self-compassion</i>			
	Usia Kehamilan	N	Subset for alpha = 0.05
Tukey HSD ^{a,b}	Trimester ke-1	19	2.7079
	Trimester ke-3	33	2.9694
	Trimester ke-2	55	3.0218
	Sig.		.349
Means for groups in homogeneous subsets are displayed.			
a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 29,669.			
b. The group sizes are unequal. The harmonic mean of the group sizes is used. Type I error levels are not guaranteed.			

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil analisis depresi berdasarkan usia kehamilan

ANOVA					
Depresi					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	682.418	2	341.209	5.631	.005
Within Groups	6301.751	104	60.594		
Total	6984.168	106			

Descriptives								
Depresi								
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Trimester ke-1	19	23.16	10.362	2.377	18.16	28.15	12	45
Trimester ke-2	55	16.62	6.285	.847	14.92	18.32	6	40
Trimester ke-3	33	20.15	8.360	1.455	17.19	23.12	9	34
Total	107	18.87	8.117	.785	17.31	20.42	6	45

Depresi				
	Usia Kehamilan	N	Subset for alpha = 0.05	
			1	2
Tukey HSD ^{a,b}	Trimester ke-2	55	16.62	
	Trimester ke-3	33	20.15	20.15
	Trimester ke-1	19		23.16
	Sig.		.192	.301
Means for groups in homogeneous subsets are displayed.				
a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 29,669.				
b. The group sizes are unequal. The harmonic mean of the group sizes is used. Type I error levels are not guaranteed.				

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Multiple Comparisons

Dependent Variable: Depresi

(I) Usia Kehamilan	(J) Usia Kehamilan	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
Trimester ke-1	Trimester ke-2	6.540*	2.071	.006	1.61	11.47
	Trimester ke-3	3.006	2.242	.376	-2.32	8.34
Trimester ke-2	Trimester ke-1	-6.540*	2.071	.006	-11.47	-1.61
	Trimester ke-3	-3.533	1.714	.103	-7.61	.54
Trimester ke-3	Trimester ke-1	-3.006	2.242	.376	-8.34	2.32
	Trimester ke-2	3.533	1.714	.103	-.54	7.61

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.



- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Dilarang menyalin sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Analisis Perbedaan Berdasarkan Status Pernikahan

Hasil analisis *self-compassion* berdasarkan status pernikahan

Group Statistics					
	Status pernikahan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
<i>Self-compassion</i>	Pertama	93	2.9689	.85852	.08902
	Kedua	14	2.8236	.95806	.25605

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances					t-test for Equality of Means		95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
<i>Self-compassion</i>	Equal variances assumed	.152	.697	.582	105	.562	-.14535	.24982	-.35000	-.64071
	Equal variances not assumed			.536	16.299	.599	-.14535	.27109	-.42847	-.71918

UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, pertuisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hasil analisis depresi berdasarkan status pernikahan

Group Statistics					
	Status pernikahan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Depresi	Pertama	93	18.52	7.785	.807
	kedua	14	21.21	10.078	2.693

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			95% Confidence Interval of the Difference			
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Depression	Equal variances assumed	4.314	.040	-1.161	105	.248	-2.698	2.323	-7.305	1.908
	Equal variances not assumed			-.960	15.423	.352	-2.698	2.812	-8.677	3.281

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
 FAKULTAS PSIKOLOGI
 كلية علم النفس
 FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: B-468E/Un.04/F.VI.3/PP.00.9/03/2023

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	: Umi Kalsum S
NIM	: 11960120900
Tempat/Tgl. Lahir	: Kabanjahe / 22 Januari 2000
Fakultas/Jurusan	: Psikologi S1
Semester	: VIII (Delapan)
Alamat	: Jl. Punai, No. 14 C

adalah benar terdaftar sebagai mahasiswa aktif dan berkelakuan baik pada Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Tahun Akademik 2022/2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 02 Maret 2023

a.n. Dekan,
 Wakil Dekan III,

Dr. Yuslenita Muda, S.Si., M.Sc
 NIP. 19770103 200710 2 001

Tembusan:
 Yth. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.



a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
 FAKULTAS PSIKOLOGI
 كلية علم النفس
 FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

Nomor : B-560E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2023 Pekanbaru, 24 Maret 2023
 Sifat : Penting
 Lampiran : 1 (satu) berkas
 Hal : Mohon Rekomendasi Riset

Kepada Yth.
 Kepala Dinas Penanaman Modal
 Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau
 Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
 Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Saudara bahwa:

Nama : Umi Kalsum S
 NIM : 11960120900
 Jurusan : Psikologi S1
 Semester : VIII (Delapan)

ditugaskan untuk melakukan riset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi/ tesis, yaitu:

"Hubungan Self-compassion Terhadap Depresi Pada Ibu Hamil."

Lokasi : 1. Kantor Camat Sukajadi
 2. Direktur RSIA Zainab Pekanbaru

Sehubungan dengan hal itu, kami mohon Saudara berkenan memberi rekomendasi riset yang bersangkutan pada lokasi tersebut di atas dalam rangka penyelesaian penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.



Wassalamu'alaikum wr. wb,
 Dekan,

Dr. Rusnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001



PEMERINTAH PROVINSI RIAU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau
 Jl. Jend. Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39064 Fax. (0761) 39117 PEKANBARU
 Email : dpmptsp@riau.go.id

REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISET/55166
 TENTANG



**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET
 DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : **Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau, Nomor : B-560E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2023 Tanggal 24 Maret 2023**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

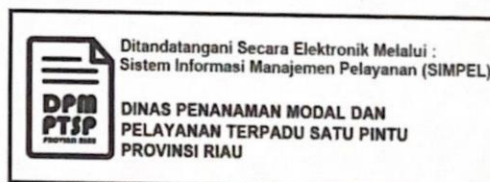
- | | | |
|----------------------|---|---|
| 1. Nama | : | UMI KALSUM S |
| 2. NIM / KTP | : | 11960120900 |
| 3. Program Studi | : | PSIKOLOGI |
| 4. Jenjang | : | S1 |
| 5. Alamat | : | PEKANBARU |
| 6. Judul Penelitian | : | HUBUNGAN SELF-COMPASSION TERHADAP DEPRESI PADA IBU HAMIL |
| 7. Lokasi Penelitian | : | 1. KANTOR CAMAT SUKAJADI
2. DIREKTUR RSIA ZAINAB PEKANBARU |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru
 Pada Tanggal : 27 Maret 2023



Tembusan :

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Walikota Pekanbaru
Up. Kaban Kesbangpol dan Linmas di Pekanbaru
3. Direktur RSIA Zainab Pekanbaru
4. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau di Pekanbaru
5. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KOTA PEKANBARU

BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

JL. ARIFIN AHMAD NO. 39 TELP. – FAX : (0761) 39399 PEKANBARU

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : BL.04.00/Kesbangpol/842/2023



- a. Dasar :
1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2008 Tentang Keterbukaan Informasi Publik.
 2. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2009 Tentang Pelayanan Publik
 3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2016 Tentang Perangkat Daerah
 4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian
 5. Peraturan Daerah Kota Pekanbaru Nomor 9 Tahun 2016 Tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kota Pekanbaru

- b. Menimbang
- Rekomendasi dari Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, nomor 503/DPMPPTSP/NON IZIN-RISET/55166 tanggal 27 Maret 2023, perihal pelaksanaan kegiatan Penelitian Riset/Pra Riset dan pengumpulan data untuk bahan Skripsi.

MEMBERITAHUKAN BAHWA :

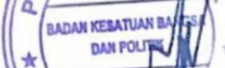
- | | |
|----------------------|--|
| 1. Nama | UMI KALSUM S |
| 2. NIM | 11960120900 |
| 3. Fakultas | PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU |
| 4. Jurusan | PSIKOLOGI |
| 5. Jenjang | S1 |
| 6. Alamat | JL. MILALA GG. ESTERLINA KEL. KAMPUNG DALAM KEC. KABAN JAHE KAB. KARO-SUMATERA UTARA |
| 7. Judul Penelitian | HUBUNGAN SELF-COMPASSION TERHADAP DEPRESI PADA IBU HAMIL |
| 8. Lokasi Penelitian | KANTOR KECAMATAN SUKAJADI KOTA PEKANBARU |

Untuk Melakukan Penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan yang tidak ada hubungan dengan kegiatan Riset/Pra Riset/ Penelitian dan pengumpulan data ini
 2. Pelaksanaan kegiatan Riset ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan.
 3. Berpakaian sopan, mematuhi etika Kantor/Lokasi Penelitian, bersedia meninggalkan photo copy Kartu Tanda Pengenal
 4. Melaporkan hasil Penelitian kepada Walikota Pekanbaru c.q Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Pekanbaru, paling lambat 1 (satu) minggu setelah selesai.
- Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 29 Maret 2023

KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA
DAN POLITIK KOTA PEKANBARU



Drs. H. SYOFFAIZAL, M.Si
PEMBINA UTAMA MUDA
NIP. 196405291986031003

Tembusan

- Yth :
1. Dekan Fakultas Psikologi UIN SUSKA Riau di Pekanbaru.
 2. Yang Bersangkutan.

1. Dilarang menyalin, menyalin atau sebarkan karya tulis ini tanpa izin/persetujuan dari penerbit.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PEMERINTAH KOTA PEKANBARU
KECAMATAN SUKAJADI

JALAN JEND. AHMAD YANI NO. 148 - PEKANBARU
TELEPON (0761)21086

Pekanbaru, 5 April 2023

Nomor : B.PN.01/Kec. SKJ/3/2023
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : **Izin Riset/ Penelitian**

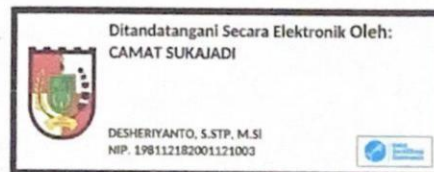
Kepada :
Yth. **UMI KALSUM S**
NIM. 11960120900
di - Pekanbaru

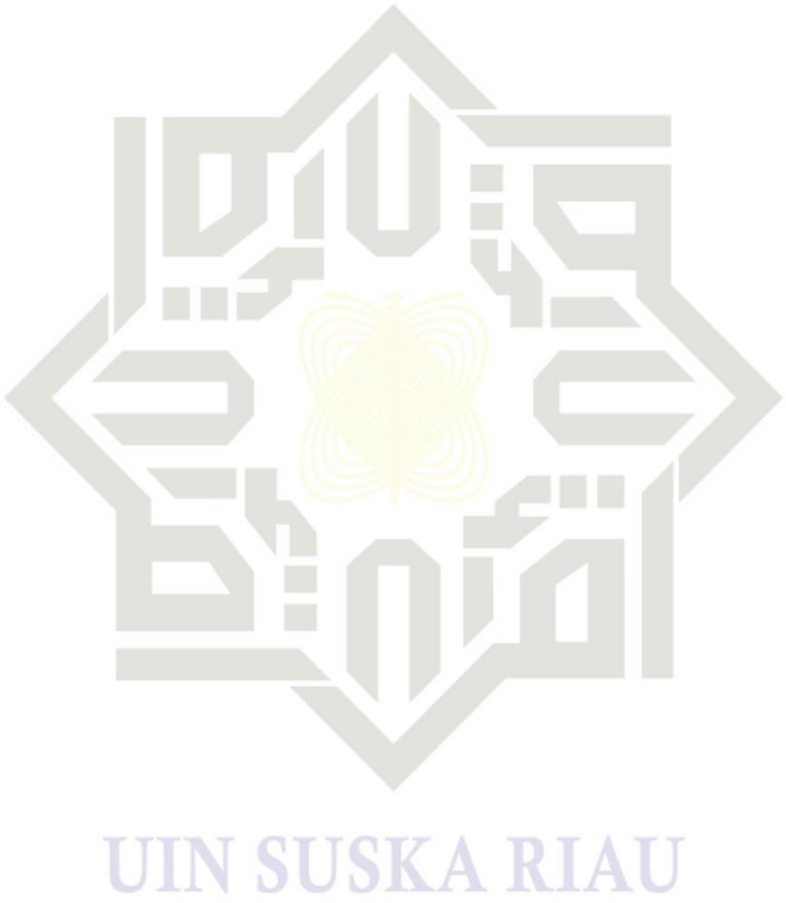
Menindaklanjuti Surat keterangan penelitian dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Nomor: BL.04.00/Kesbangpol/842/2023 tanggal 29 Maret 2023, terkait izin riset/ penelitian atas nama :

Nama : **UMI KALSUM S**
NIM : 11960120900
Fakultas : PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU
Jurusan : PSIKOLOGI
Jenjang : S1
Judul Penelitian : **HUBUNGAN SELF - COMPASSION TERHADAP DEPRESI PADA IBU HAMIL**

Dengan ini kami beritahukan bahwa saudara dapat melakukan penelitian dengan judul di atas, sepanjang memenuhi aturan dan ketentuan yang berlaku selama melakukan penelitian di lingkungan Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru.

Demikian disampaikan, untuk dilaksanakan sebaiknya terima kasih.





© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.