



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 milik UIN Suska Riau



State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

# **HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA YANG MENGALAMI *BODY SHAMING***

**SKRIPSI**



**UIN SUSKA RIAU**

**OLEH:  
RANI FLONIA  
NIM. 12160123986**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
1447 H/ 2025 M**

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* DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA YANG MENGALAMI *BODY SHAMING***

## **SKRIPSI**

**Disusun Guna Memenuhi Persyaratan untuk Mendapatkan Gelar**

**Sarjana Psikologi (S.Psi)**



**UIN SUSKA RIAU**

**OLEH:**

**RANI FLONIA**

**NIM. 12160123986**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU  
1447 H/ 2025 M**



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 PENGESAHAN

**HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA YANG MENGALAMI *BODY SHAMING***

Disusun oleh:

**RANI FLONIA**

12160123986

**SKRIPSI**

Telah diterima dan disetujui untuk ujian munaqasyah dalam sidang panitia ujian  
Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri  
Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 30 April 2025

Pembimbing

**Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog**

NIP. 19711209 199803 2 002



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Rani Flonia  
NIM : 12160123986  
Judul Skripsi : Hubungan *Self-Compassion* dengan *Psychological Well-Being* Pada Remaja yang mengalami *Body Shaming*

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari / Tanggal : Rabu / 04 Juni 2025  
Bertepatan dengan : Rabu / 08 Dzulhijjah 1446 H

TIM PENGUJI

Ketua

Dr. H. Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si  
NIDN 2022106501

Sekretaris

Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog  
NIDN 2009127101

Penguji I

Anggia Kargenti E.M., M.Si  
NIDN 2012038101

Penguji II

Ikhwanisvifa, M.Psi., Psikolog  
NIDN 1027048603

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Dr. H. Kusnadi, M.Pd  
NIDN 2012126701

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.





# SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : RANI FLONIA  
 NIM : 12160123986  
 Tempat/Tgl. Lahir : Duri, 28 Agustus 2003  
 Fakultas/Pascasarjana : Psikologi  
 Prodi : Psikologi  
 Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*:  
 Hubungan Self-Compassion dengan psychological well-Being Pada Remaja  
 yang mengalami Body Shaming

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, 09 Juli 2025.....  
 Yang membuat pernyataan



NIM : 12160123986

\*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

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.

**MOTTO**

"Dan barangsiapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Dia akan membuatkan baginya jalan keluar."

**QS. At-Talaq (65:2)**





## LEMBAR PERSEMBAHAN

*Alhamdulillahirabbil'alamin*, segala puji bagi Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* atas rahmat dan ridha-Nya yang senantiasa menyertai setiap langkah hingga peneliti dapat menyelesaikan pendidikan di Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Dengan penuh syukur dan cinta, karya ini peneliti persembahkan untuk:

1. Papa dan Mama tercinta, Fransiscus Arifudin dan Usnilam

Doa-doa yang dipanjatkan dalam diam, kasih sayang tanpa syarat, serta pengorbanan yang tak pernah terhitung menjadi pendorong utama dalam perjalanan ini. Semoga Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* membalas segala kebaikan kalian dengan keberkahan umur, kesehatan, dan ketenangan hati. Semoga pencapaian kecil ini menjadi persembahan yang membanggakan.

2. Kakak-kakakku tersayang, Fransiska Flonia, S.Pd dan Monalisa Flonia, S.T

Terima kasih atas kehadiran, dukungan, dan semangat yang tak pernah surut. Kata-kata kalian menjadi penguat, dan pelukan kalian menjadi tempat pulang saat lelah. Semoga Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* selalu menjaga kalian, melimpahkan keberkahan dalam hidup, dan dikelilingi oleh orang-orang baik.



## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

*Alhamdulillahirabbil 'alamiin.* Segala puji hanya milik Allah *Subhanahu wa Ta'ala*. Rabb yang memberikan rahmat dan hidayah-Nya, serta kesehatan dan kesempatan kepada peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga selalu terlimpahkan kepada Nabi Besar Muhammad *Shallallahu 'alaihi wa sallam*.

Berkat pertolongan, rahmat, dan ridha Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*, peneliti akhirnya mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Self-Compassion* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Remaja Yang Mengalami *Body Shaming*”. Peneliti juga ingin mengungkapkan rasa syukur dan penghargaan yang mendalam kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan serta bantuan dalam proses penyelesaian skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati, peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, MS., SE., AK, CA, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, atas dedikasi dan kepemimpinan beliau dalam meningkatkan kualitas serta kemajuan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Bapak Dr. H. Kusnadi, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, beserta Bapak Dr. H. Zuriatul Khairi, M.Ag., M.Si., selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah, S.Psi., M.Si., selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Yuslenita Muda, S.Si., M.Sc., selaku Wakil Dekan III, atas izin dan kesempatan





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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

yang diberikan kepada peneliti untuk menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dari awal hingga menyelesaikan masa studi.

3. Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.Psi., M.A., Psikolog, selaku Ketua Program Studi, dan Ibu Ricca Anggreini Munthe, S.Psi., M.A., selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, atas segala bantuan dan dukungan yang diberikan, baik dalam aspek akademis maupun non-akademis, serta dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.
4. Ibu Dr. Diana Elfida, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing yang telah dengan penuh kesabaran membimbing peneliti dalam proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas waktu, nasihat, serta dukungan yang tulus Ibu berikan, bahkan ketika peneliti berada dalam kebingungan dan kelelahan. Bimbingan Ibu telah menjadi cahaya penuntun dalam melewati setiap tantangan penelitian ini. Semoga Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* senantiasa menganugerahkan kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan dalam setiap langkah Ibu.
5. Ibu Linda Aryani, S.Psi., M.Si., selaku penasehat akademik yang telah menjadi pendamping bijak sepanjang perjalanan studi ini. Dengan arahan, perhatian, dan semangat yang Ibu berikan, peneliti dapat menapaki setiap tahap perkuliahan dengan lebih terarah. Semoga segala kebaikan Ibu senantiasa dibalas dengan keberkahan dan perlindungan dari Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*.



#### 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 milik UIN Suska Riau

#### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

6. Ibu Anggia Kargenti E.M, S.Psi., M.Si, selaku dosen penguji I dan ibu Ikhwanisyifa, M.Psi., Psikolog, selaku dosen penguji II, yang telah meluangkan waktu, memberikan perhatian, serta kontribusi berharga dalam memberikan kritik, saran, dan masukan yang membangun. Kehadiran dan arahan yang diberikan menjadi bagian penting dalam penyempurnaan skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua tercinta, Fransiscus Arifudin dan Usnilam, yang senantiasa mengiringi setiap langkah peneliti dengan doa, cinta tanpa syarat, dukungan penuh, serta pengorbanan tanpa lelah. Segala nasihat, usaha, dan fasilitas terbaik yang diberikan menjadi fondasi kuat dalam perjalanan pendidikan ini. Semoga pencapaian ini menjadi wujud kecil dari rasa terima kasih dan dapat membawa kebanggaan bagi Mama dan Papa.
8. Kepada kedua kakak perempuan tersayang, Fransiska Flonia, S.Pd., dan Monalisa Flonia, S.T., yang selalu hadir memberikan dukungan, nasihat, serta semangat dalam setiap proses yang peneliti lalui. Terima kasih atas kasih sayang dan usaha terbaik yang senantiasa diberikan. Semoga pencapaian ini membawa kebahagiaan dan menjadi kebanggaan untuk kalian.
9. Seluruh keluarga besar yang telah memberikan do'a, semangat, dan nasihat kepada peneliti. Kebersamaan dalam keluarga menjadi penyemangat bagi peneliti.



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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

10. Oktavia Ika Sari, S.Psi dan Vanessa Dwi Nanda Maharani, sahabat terbaik yang senantiasa membantu, memberikan dukungan, dan selalu ada dalam melewati perkuliahan ini hingga akhir. Semoga kedepannya kita selalu bisa terus melanjutkan persahabatan ini dan saling memberikan dukungan. Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* memberikan umur yang panjang dan kemudahan dalam setiap urusannya.
11. Sahabat-sahabat peneliti yang bernama Fitri Yusra Madani, Siska Rahmawati, Ika Rima Nirmala, Degita Laila Ramadhani, Aisyah, dan Ismi Khairiah. Atas dukungan, masukan, dan kebersamaan yang diberikan. Semoga Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* selalu memberikan keselamatan dan kemudahan untuk urusannya.
12. Kak Fadia Safa Ranny, S.Psi., dan Bang Muhammad Irsan Tanjung, S.Psi., yang telah memberikan masukan, saran, dan ilmunya kepada peneliti. Semoga Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* memberikan kemudahan dalam setiap urusannya.
13. Teman-teman kelas A angkatan 2021 yang telah menemani perkuliahan bersama-sama.
14. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dalam penelitian.
15. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, namun telah menjadi bagian dari perjalanan dan perjuangan sejak awal hingga akhir dalam menyelesaikan studi ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.



#### 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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

16. Peneliti ingin memberikan apresiasi kepada diri sendiri atas kesabaran, semangat, serta kerja keras yang telah dilakukan selama menjalani proses perkuliahan. Terima kasih telah bertahan dalam setiap tantangan dan cobaan. Semoga dengan pencapaian ini dapat menjadi pengingat dan motivasi dalam meraih impian di masa depan.

Terakhir, sebagai individu yang masih belajar dan akan terus mengembangkan diri, peneliti dengan penuh kerendahan hati menerima serta mengharapkan kritik, saran, komentar, dan diskusi yang membangun untuk penelitian ini. Peneliti berharap bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat serta kontribusi yang berarti bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Psikologi.

*Wa'alaikumussalam Warahmatullahi Wabarakatuh*

Pekanbaru, 30 April 2025

Peneliti,

**Rani Flonia**





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.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>MOTTO</b> .....	v
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>ABSTRAK</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Keaslian Penelitian .....	8
E. Manfaat Penelitian .....	11
1. Manfaat Teoritis .....	11
2. Manfaat Praktis .....	11
<b>BAB II TINJAUAN TEORITIS</b> .....	13
A. <i>Psychological Well-Being</i> .....	13
1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i> .....	13
2. Dimensi-dimensi <i>Psychological Well-Being</i> .....	14
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i> ...	16
B. <i>Self-Compassion</i> .....	19
1. Definisi <i>Self-Compassion</i> .....	19
2. Aspek-aspek <i>Self-Compassion</i> .....	20
C. Remaja dan <i>Body Shaming</i> .....	22
D. Kerangka Berpikir .....	23
E. Hipotesis .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	28
A. Desain Penelitian .....	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	28
C. Definisi Operasional Variabel .....	28
1. <i>Psychological Well-Being</i> .....	29
2. <i>Self-Compassion</i> .....	29
D. Subjek Penelitian .....	30
1. Populasi .....	30
2. Sampel .....	30
3. Teknik <i>Sampling</i> .....	30
E. Metode Pengumpulan Data .....	31
1. Skala Welas Diri (SWD) .....	31
2. <i>Psychological Well-Being Scale</i> (PWBS) .....	32



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.

F. Validitas dan Reliabilitas .....	33
1. Uji Validitas .....	33
2. Uji Daya Beda Aitem .....	33
3. Uji Reliabilitas .....	36
G. Teknik Analisis Data .....	37
H. Lokasi dan Jadwal Penelitian .....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
A. Pelaksanaan Penelitian .....	39
B. Data Demografi Subjek Penelitian .....	39
C. Hasil Penelitian .....	41
1. Uji Asumsi .....	41
2. Uji Hipotesis .....	44
D. Analisis Tambahan .....	46
1. Deskripsi Kategorisasi Data Penelitian .....	46
2. Analisis Aspek-aspek <i>Self-Compassion</i> .....	49
3. Data Subjek Mengalami <i>Body Shaming</i> .....	51
E. Pembahasan .....	52
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>60</b>
A. Kesimpulan .....	60
B. Saran .....	60
1. Bagi Remaja .....	60
2. Bagi Peneliti Selanjutnya .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>69</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1</b> <i>Blueprint</i> Skala Welas Diri (SWD) .....	31
<b>Tabel 3.2</b> <i>Blueprint Psychological Well-Being Scale</i> (PWBS) .....	32
<b>Tabel 3.3</b> <i>Blueprint</i> Skala Welas Diri (SWD) Hasil Analisis.....	34
<b>Tabel 3.4</b> <i>Blueprint</i> Skala Welas Diri (SWD) untuk Penelitian .....	35
<b>Tabel 3.5</b> <i>Blueprint Psychological Well-Being Scale</i> Hasil Analisis .....	35
<b>Tabel 3.6</b> <i>Blueprint Psychological Well-Being</i> untuk Penelitian .....	36
<b>Tabel 3.7</b> Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian .....	37
<b>Tabel 4.1</b> Data Demografi Subjek Penelitian .....	40
<b>Tabel 4.2</b> Nilai Uji Normalitas dengan <i>One Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> .....	41
<b>Tabel 4.3</b> Nilai Uji Linearitas .....	42
<b>Tabel 4.4</b> Uji Multikoleniaritas .....	44
<b>Tabel 4.5</b> Hasil Uji Hipotesis (Regresi Linear Sederhana) .....	45
<b>Tabel 4.6</b> Norma Kategorisasi Data .....	47
<b>Tabel 4.7</b> Gambaran Data Hipotetik dan Empirik Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....	47
<b>Tabel 4.8</b> Kategorisasi Skala <i>Psychological Well-Being</i> .....	48
<b>Tabel 4.9</b> Gambaran Data Hipotetik dan Empirik Skala <i>Self-Compassion</i> ....	48
<b>Tabel 4.10</b> Kategorisasi Skala <i>Self-Compassion</i> .....	49
<b>Tabel 4.11</b> Uji Analisis Regresi Linear Berganda .....	50
<b>Tabel 4.12</b> Bentuk <i>Body Shaming</i> .....	52
<b>Tabel 4.13</b> Pengalaman <i>Body Shaming</i> .....	52

### 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 memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran A</b> Lembar Validasi Alat Ukur .....	69
<b>Lampiran B</b> Skala Penelitian .....	94
<b>Lampiran C</b> Tabulasi Data <i>Try Out</i> .....	109
<b>Lampiran D</b> Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem .....	126
<b>Lampiran E</b> Data Demografi Penelitian .....	131
<b>Lampiran F</b> Tabulasi Data Penelitian .....	170
<b>Lampiran G</b> Hasil Analisis Uji Deskriptif .....	207
<b>Lampiran H</b> Hasil Analisis Uji Asumsi .....	210
<b>Lampiran I</b> Hasil Analisis Uji Hipotesis .....	213
<b>Lampiran J</b> Hasil Analisis Uji Tambahan .....	215
<b>Lampiran K</b> Surat Penelitian .....	221

### 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* dengan *Psychological Well-Being* pada Remaja yang mengalami *Body Shaming*

Rani Flonia

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: [ranni.floniaa00@gmail.com](mailto:ranni.floniaa00@gmail.com)

### Abstrak

Remaja yang mengalami *body shaming* menerima komentar negatif terkait penampilan fisik, yang dapat berdampak pada kesehatan fisik, interaksi sosial, serta kondisi psikologis. Dampak tersebut berisiko menurunkan *psychological well-being* yang penting dimiliki remaja untuk mendukung fungsi adaptif, pengambilan keputusan, dan ketahanan dalam menghadapi tekanan sosial. Salah satu faktor yang berperan dalam meningkatkan *psychological well-being* adalah *self-compassion*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *self-compassion* terhadap *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *accidental sampling*, dengan jumlah subjek sebanyak 464 remaja akhir (rata-rata usia 20 tahun 8 bulan). Pengukuran dilakukan menggunakan *Self-Compassion Scale* dan *Psychological Well-Being Scale*. Analisis data menggunakan regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *self-compassion* berkontribusi signifikan terhadap *psychological well-being* ( $R = 0,662$ ;  $R^2 = 0,438$ ;  $F = 360,652$ ;  $Sig = 0,000$ ). Artinya, semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi pula *psychological well-being* remaja yang mengalami *body shaming*. Selain itu, aspek *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* juga memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan *psychological well-being*. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa *self-compassion* dapat dijadikan sebagai pendekatan strategis untuk memperkuat *psychological well-being* remaja, khususnya yang mengalami tekanan sosial seperti *body shaming*. Penguatan *self-compassion* membantu remaja menerima diri, mengelola emosi negatif, dan membentuk relasi sosial yang sehat, sehingga dapat memperkuat dimensi *psychological well-being*.

**Kata Kunci:** *Self-Compassion*, *Psychological Well-Being*, Remaja, *Body Shaming*.

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 Relationship between Self-Compassion and Psychological Well-Being in Adolescents experiencing Body Shaming

Rani Flonia

Faculty of Psychology, Islamic State University Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: [ranni.floniaa00@gmail.com](mailto:ranni.floniaa00@gmail.com)

### Abstract

Adolescents who experience body shaming often receive negative comments about their physical appearance, which can affect their physical health, social interactions, and psychological condition. These impacts may decrease psychological well-being, which is essential for adolescents to support adaptive functioning, decision-making, and resilience in facing social pressure. One factor that plays a role in enhancing psychological well-being is self-compassion. This study aims to examine the contribution of self-compassion to psychological well-being in adolescents who experience body shaming. The research employed a quantitative method with a correlational design. The sampling technique used was accidental sampling, involving 464 late adolescents (average age 20 years and 8 months). Measurements were conducted using the Self-Compassion Scale and the Psychological Well-Being Scale. Data analysis using simple linear regression showed that self-compassion significantly contributes to psychological well-being ( $R = 0.662$ ;  $R^2 = 0.438$ ;  $F = 360.652$ ;  $Sig = 0.000$ ). This indicates that the higher the level of self-compassion, the higher the psychological well-being of adolescents who experience body shaming. Furthermore, the aspects of self-kindness, common humanity, and mindfulness also significantly contributed to the improvement of psychological well-being. The implications of this study suggest that self-compassion can serve as a strategic approach to strengthening adolescents' psychological well-being, particularly those experiencing social pressure such as body shaming. Strengthening self-compassion helps adolescents accept themselves, regulate negative emotions, and build healthy social relationships, thus enhancing the dimensions of psychological well-being.

**Keywords:** Self-Compassion, Psychological Well-Being, Adolescents, Body Shaming

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

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Penampilan menjadi hal pertama yang diperhatikan. Penampilan seseorang di media sosial seringkali digambarkan secara ideal atau selektif untuk memaksimalkan presentasi diri yang menarik (Mascheroni dalam Steinsbeek dkk, 2021). Penampilan yang menarik tidak hanya berkaitan dengan pakaian dan aksesoris yang digunakan melainkan juga dari penampilan fisik, karena mudah untuk diamati dan dinilai.

Penampilan fisik merupakan sesuatu yang penting bagi individu khususnya yang berada pada masa remaja, karena berhubungan dengan perubahan-perubahan fisik yang dialaminya selama masa pubertas (Santrock, 2012). Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja mendorong remaja untuk mulai tertarik dengan tubuhnya. Ramadhani dan Purba (2024) mengatakan hal yang serupa bahwa individu khususnya remaja lebih memperhatikan penampilan fisik yang menarik. Remaja yang masih menyesuaikan diri dengan perubahan fisiknya akan rentan menerima komentar negatif karena tidak sesuai standar ideal.

Faktanya standar ideal setiap negara berbeda-beda, namun stereotip yang berkembang di kalangan masyarakat salah satunya di Indonesia mengenai standar ideal yaitu kulit putih, hidung mancung, dan bibir tipis. Hal ini di pengaruhi oleh faktor budaya dan sosial (Sari & Kusumawati, 2017). Standar ideal ini muncul karena perkembangan teknologi yang mendorong arus informasi melalui sorotan



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.

media massa terhadap model yang ditampilkan (Yan & Bissel, 2014). Dengan begitu individu yang menurut masyarakat disekitar nya tidak sesuai dengan standar ideal seringkali mendapatkan penilaian negatif berupa *body shaming* (Mackay & Fredrickson dalam Lestari, 2019).

*Body shaming* merupakan suatu istilah yang mengarah pada kegiatan mengejek, mengolok, mengomentari negatif penampilan fisik orang lain (Fauzia & Rahmiaji, 2019). Menurut Sakinah (2018) *body shaming* tidak hanya berhubungan dengan *fat shaming* (badan yang gemuk) atau *skinny shaming* (badan yang kurus) saja, namun juga terdiri dari aspek fisik lain yang terlihat yaitu seperti warna kulit, tinggi badan, maupun berat badan.

Fenomena *body shaming* memiliki dampak serius terhadap kondisi *psychological well-being* pada remaja. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *body shaming* dapat merasakan berbagai gangguan psikologis, seperti penurunan kepercayaan diri, perasaan malu terhadap penampilan, rasa tidak pantas berada di lingkungan sosial, serta kecenderungan menarik diri dari interaksi sosial (Azizah dkk, 2024; Cahyani dkk, 2024; Azzahra, 2024). Kondisi ini mencerminkan terganggunya dimensi *positive relations with others* dalam dimensi *psychological well-being* (Ryff, 1989), yang mengacu pada kemampuan individu untuk membentuk dan mempertahankan hubungan interpersonal yang positif dan suportif.

Komentar negatif mengenai tubuh sering kali mendorong remaja untuk melakukan tindakan ekstrem terhadap tubuhnya, seperti diet ketat atau perubahan fisik lain yang tidak mempertimbangkan risiko kesehatan (Murni & Ulandari,



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.

2023). Perilaku tersebut mengindikasikan terganggunya dimensi *self-acceptance* dan *environmental mastery*, di mana individu belum mampu menerima dirinya secara utuh serta kesulitan mengelola tantangan yang muncul dari lingkungannya (Azizah dkk, 2024). *Self-acceptance* dalam konteks ini sangat penting, karena penerimaan terhadap diri sendiri merupakan dasar dari kesehatan mental yang stabil (Ryff, 1989).

Tekanan psikologis berkepanjangan pada remaja yang mengalami *body shaming* dapat menyebabkan *psychological well-being* menjadi buruk yang dipicu oleh gangguan emosional yang lebih berat, seperti kecemasan, depresi, bahkan pikiran untuk mengakhiri hidup (Rigby, 2003). Karademas (2007) juga menjelaskan bahwa *psychological well-being* yang buruk akan berdampak pada kesehatan mental dan psikologis, seperti suasana hati cemas, depresi, distres, serta menimbulkan gejala seperti insomnia, gelisah dan mudah marah.

Sementara itu, terdapat remaja yang merespon *body shaming* dengan cara berbeda yaitu mengalihkan fokus pada aktivitas yang lebih positif, seperti peningkatan prestasi akademik atau pengembangan minat dan bakat (Azzahra, 2024). Respons tersebut mencerminkan berkembangnya dimensi *personal growth* dan *purpose in life*, yang menunjukkan bahwa remaja tetap memiliki potensi untuk membangun makna dan tujuan hidup, meskipun berada dalam tekanan sosial.

Kondisi *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming* menjadi hal yang penting untuk diperhatikan, terutama pada individu yang berada pada usia remaja akhir. Remaja akhir merupakan masa transisi dari

#### 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.

remaja menuju dewasa awal, yang ditandai dengan proses pencarian identitas diri dan pembentukan kemandirian psikologis (Hidayati, 2020). Nur Hidayah & Hurianti (2017) menjelaskan bahwa pada masa remaja, individu mulai menyadari karakteristik diri dan peran di lingkungan sosial, serta berupaya menentukan standar perilaku yang konsisten dengan identitasnya. Pada masa ini, individu dituntut untuk mulai mengenal dirinya secara utuh, termasuk menerima kekurangan fisik yang dimiliki, menjalin relasi sosial yang sehat, serta memiliki kontrol terhadap tekanan sosial yang datang dari luar dirinya (Andriana & Murti, 2025; Tama & Batubara, 2024). Namun, tekanan sosial berupa *body shaming* dapat mengganggu proses tersebut.

*Psychological well-being* pada remaja sangat diperlukan, sebagaimana yang disampaikan Afrashteh dan Hasani (2022), masa remaja adalah periode yang krusial dalam kehidupan seseorang, di mana kesejahteraan psikologis pada tahap ini memiliki peran penting sebagai penentu kondisi kesehatan mental saat memasuki usia dewasa. *Psychological well-being* mencerminkan keadaan mental seseorang yang berfungsi secara positif dan memberikan dampak yang berarti bagi kehidupannya. Sebagaimana yang dijelaskan Prihartini, dkk (2023), *psychological well-being* mampu memotivasi remaja untuk mencapai tujuan akademik, kemandirian sosial, dan pengembangan potensi diri, sehingga memiliki efek signifikan dalam kualitas kehidupan remaja.

Remaja dengan *psychological well-being* yang baik mampu untuk membangkitkan emosi positif dalam diri saat menghadapi berbagai tantangan hidup, sehingga dapat mengambil keputusan dan menyelesaikan masalah dengan

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.

cara yang bijak dan tepat (Eva dkk, 2020). Maka penting bagi remaja terutama yang mengalami perlakuan *body shaming* untuk memiliki *psychological well-being* yang tinggi untuk membantu remaja dalam menghadapi perlakuan *body shaming*.

Menurut Ryff (1989), *psychological well-being* adalah keadaan kesehatan mental seseorang yang tergantung pada pencapaian fungsi psikologis positif, seperti kemampuan untuk menerima diri sendiri, membangun hubungan yang positif dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial, menguasai lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan terus berkembang secara pribadi. Menurut Wells (2010), *psychological well-being* bersifat subjektif, serta sering dikaitkan dengan kesehatan mental yang mengarah pada keadaan relatif di mana jiwa manusia yang sehat mampu menahan tekanan sehari-hari dan beradaptasi dengan cara yang dapat diterima.

*Psychological well-being* juga dapat dipengaruhi oleh faktor sosiodemografi seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi dan budaya (Ryff & Singer, 1996). *Psychological well-being* juga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, beberapa diantaranya seperti dukungan sosial, karena interaksi emosional yang positif dengan orang lain dapat memperkuat *psychological well-being* seseorang (Rahama & Izzati, 2021). Penelitian lain juga menjelaskan bahwa religiusitas juga dapat memengaruhi *psychological well-being*, karena individu yang menjalankan perintah agama dalam kehidupan sehari-hari, meyakini, memahami, menghargai, dan mengimplementasikan ajaran tersebut akan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis (Hamidah, 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.

Penelitian terdahulu juga memperlihatkan peran *self-compassion* terhadap *psychological well-being*, sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan Sawitri dan Siswati (2019) menjelaskan bahwa *self-compassion* berpengaruh positif dalam meningkatkan *psychological well-being* sebesar 53,9%. *Self-compassion* berdampak positif terhadap *psychological well-being*, dikarenakan individu yang memiliki *self-compassion* cenderung mampu mengatur emosi dengan baik, memiliki motivasi yang tinggi, dan dapat mengembangkan kemampuan diri dengan efektif (Neff, 2011).

Neff dan Germer (2017) mengungkapkan bahwa individu dengan *self-compassion* cenderung mengalami tingkat emosi negatif yang lebih rendah, seperti depresi, kecemasan, dan stres. Dengan demikian, emosi positif seperti perasaan tenang, penerimaan diri, dan rasa terhubung secara sosial akan membantu remaja yang mengalami *body shaming* untuk mempertahankan *psychological well-being* yang sehat. Namun, *self-compassion* bukan berarti mengabaikan permasalahan yang sedang dialami, melainkan kemampuan individu untuk dapat menerima dengan bersikap baik kepada diri sendiri (Neff & Knox, 2017).

Neff (2011) menjelaskan *self-compassion* yaitu mengenai cara berperilaku kepada diri sendiri dengan penuh welas asih, memberikan dukungan dan kenyamanan bahkan ketika menghadapi tantangan dan berupaya untuk menghindari perasaan terisolasi, ketakutan, dan pemikiran negatif merupakan bentuk dari *self-compassion*. *Self-compassion* adalah upaya untuk mengembangkan rasa cinta kepada diri sendiri dengan menerima penderitaan dan



#### 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.

membantu diri memahami bahwa kegagalan, keterbatasan, dan kesulitan adalah bagian alami dari pengalaman manusia dalam kehidupan (Neff, 2003).

Studi yang dilakukan Huu dan Quang (2022) pada 247 siswa dari lima sekolah menengah atas di Kota Ho Chi Minh, Vietnam, menemukan korelasi antara tingkat *self-compassion* dan *psychological well-being* pada remaja tersebut. Fauziah dan Rofiqoh (2023) mengkonfirmasi temuan penelitian sebelumnya bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self-compassion* dan *psychological well-being* pada remaja di pondok pesantren. Penelitian yang dilakukan Rao (2023) juga memaparkan hal yang serupa, yaitu *self-compassion* berhubungan positif dengan *psychological well-being* pada remaja. Setelah meninjau ketiga penelitian tersebut, dapat ditarik kesimpulan yang sama yaitu *self-compassion* dan *psychological well-being* memiliki korelasi yang positif dan konsisten sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan peneliti lain.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penelitian mengenai hubungan antara *self-compassion* dan *psychological well-being* memang telah banyak dilakukan pada berbagai kelompok usia, mulai dari remaja hingga dewasa. Namun, kajian yang secara khusus meneliti keterkaitan antara *self-compassion* dan *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming* masih tergolong terbatas. Maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut mengenai hubungan antara *self-compassion* dengan *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut. “Apakah terdapat kontribusi *self-compassion* terhadap *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*?”

## C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian, terdapat tujuan penelitian yaitu “Untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi *self-compassion* terhadap *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*”.

## D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil kajian pustaka yang telah dilakukan, terdapat banyak penelitian yang menelusuri hubungan korelasional antara *self-compassion* dan *psychological well-being* pada remaja. Namun, masih sedikit penelitian yang fokus pada hubungan antara *self-compassion* dan *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*. Berikut ini beberapa studi terdahulu.

Penelitian yang dilakukan Nurul Aisyah Sartika, Yusi Riksa Yustiana, dan Ipah Saripah (2021) dengan judul “Kesejahteraan psikologis remaja korban *body shaming*”. Sampel penelitian ini yaitu 30 orang dari populasi 113 orang, dengan teknik *purposive sampling*. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *body shaming* memiliki *psychological well-being* yang cukup baik, hal ini berarti responden sudah cukup baik dalam menerima diri apa adanya (*self-acceptance*), membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain (*positive relation with others*), memiliki kemandirian dalam menghadapi tekanan sosial

#### 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.

(*autonomy*), mengontrol lingkungan eksternal (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidup (*purpose in life*), dan cukup baik merealisasikan potensi diri secara kontinu (*personal growth*). *Body shaming* dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis remaja, seperti harga diri yang rendah dan rentan mengalami ketidakbahagiaan.

Penelitian oleh Nabilah Mahasin Octaviana dan Zahrotul Uyun (2024) yang berjudul “*Self-compassion* pada remaja yang mengalami *body shaming*” melibatkan tiga subjek yang pernah mengalami *body shaming*, terdiri dari satu laki-laki dan dua perempuan, dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis deskriptif naratif melalui metode analisis interaktif. Hasilnya menunjukkan bahwa tingkat *self-compassion* pada remaja yang mengalami *body shaming* tergolong cukup rendah, sehingga peneliti merekomendasikan pentingnya penanaman *self-compassion* yang lebih tinggi pada remaja.

Penelitian yang dilakukan Kriti Rao (2023) dengan judul “*A study of self-compassion and psychological well-being among adolescence*”. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 157 siswa yang berusia 12-18 tahun dari perguruan tinggi dan sekolah yang berada di Bangalore Timur, dengan menggunakan *convenient sampling technique*. Penelitian ini juga mengkonfirmasi kembali bahwa hubungan antara *self-compassion* dan *psychological well-being* berkorelasi positif yang dianalisis menggunakan metode *product moment correlation* dan uji *t* independen. Hasil analisis *product moment* menunjukkan nilai signifikan 0.000 ( $>0.05$ ), dengan begitu hipotesis-1 ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan



antara *self-compassion* dan *psychological well-being*. Pada analisis uji T independen, nilai signifikansi H2 ( $p=0.178$ ) dan H3 ( $p=0.986$ ) diterima.

Long Nguyen Huu dan Huy-Ngo Quang (2022) meneliti “*The impact of self-compassion on psychological well-being among high school students in Ho Chi Minh City of Vietnam: a cross-sectional study*”. Sampel penelitian ini yaitu 247 siswa dari lima sekolah menengah atas di kota Ho Chi Minh di Vietnam, dengan pengambilan sampel melalui teknik *convenience sampling*. Hasil analisis menunjukkan bahwa uji regresi menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0.000 ( $p<0.05$ ), sehingga hipotesis pertama diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dan *psychological well-being*. Selain itu, hipotesis kedua juga diterima dengan nilai signifikansi sebesar 0.006, yang menunjukkan adanya perbedaan yang cukup signifikan antara *psychological well-being* pada remaja laki-laki dan perempuan. Penelitian ini turut memberikan kontribusi bagi penelitian lain dengan memperkuat bukti adanya hubungan signifikan antara *self-compassion* dan *psychological well-being*.

Penelitian Lutfi Hidayati Fauziah dan Miftakhul Izza Rofiqoh (2023) berjudul “Dapatkah welas asih meningkatkan kesejahteraan psikologis”. Sampel penelitian ini yaitu 200 partisipan yang berada di pondok pesantren Salaf Singosari. Penelitian ini mengumpulkan sampel melalui teknik *random sampling*. Hasil analisis regresi menunjukkan nilai *R square* sebesar 0.084, yang mengindikasikan bahwa *self-compassion* memberikan kontribusi sebesar 8,4% terhadap *psychological well-being*, sementara sisanya sebesar 28,9% dipengaruhi oleh faktor lain. Penelitian ini kembali menegaskan adanya hubungan yang

#### 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.



signifikan antara tingkat *self-compassion* dan *psychological well-being*, dengan rata-rata skor *self-compassion* tertinggi sebesar 68% dan *psychological well-being* mencapai 87,5%.

Berdasarkan pemaparan penelitian-penelitian di atas, masih terdapat penelitian lain yang membahas mengenai bagaimana hubungan antara *psychological well-being* atau *self-compassion* pada remaja yang mengalami *body shaming*, namun peneliti masih sedikit menemukan penelitian yang langsung menghubungkan ketiga variabel tersebut. Penelitian ini memiliki perbedaan terutama pada segi desain penelitian, lokasi, subjek, dan analisis statistik.

## E. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam menghadapi berbagai tantangan serta menawarkan wawasan baru, terutama di bidang psikologi klinis. Selain itu, penelitian ini juga memberikan pemahaman mengenai kontribusi *self-compassion* dalam meningkatkan *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*.

### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam bahwa *self-compassion* berkontribusi dalam meningkatkan *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*, serta mendorong kesadaran akan pentingnya membangun sikap welas asih terhadap diri sendiri untuk mendukung kesehatan mental remaja. Studi ini juga diharapkan

dapat memberikan pandangan baru kepada remaja tentang pentingnya memiliki *self-compassion* yang tinggi, khususnya dalam menerima diri sendiri, yang dapat meningkatkan kepercayaan diri untuk mencapai kesejahteraan hidup yang lebih baik.

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

## BAB II

### TINJAUAN TEORITIS

#### A. *Psychological Well-Being*

##### 1. Definisi *Psychological Well-Being*

Carol D. Ryff pertama kali mengemukakan mengenai *psychological well-being*, kemudian menjelaskan sebagai kondisi psikologis seseorang yang sehat dan yang didasarkan pada pemenuhan fungsi psikologi positif (Ryff, 1989). Wells (2010) juga menjelaskan kembali *psychological well-being* memiliki sifat yang subjektif dan sering dihubungkan dengan kesehatan mental yang merupakan keadaan relatif jiwa manusia yang sehat serta mampu bertahan dalam melewati tekanan sehari-hari dan beradaptasi dengan baik.

Dua perspektif umum terhadap kesejahteraan psikologis adalah pendekatan *hedonic* yang berfokus pada pencapaian kebahagiaan, kesenangan, dan pendekatan *eudaimonic* yang memiliki fokus pada makna serta realisasi diri. Keduanya menggabungkan kesejahteraan psikologis sebagai konstruk kompleks yang berkaitan dengan pengalaman dan fungsi yang optimal (Ryan & Deci, 2001). Ryff dan Keyes (1995) mengemukakan bahwa *psychological well-being* merupakan pendekatan eudaimonik, yang menekankan pada pencapaian aktualisasi diri, pengembangan potensi, dan makna hidup sebagai dasar dari *psychological well-being* seseorang.

*Psychological well-being* merupakan keadaan di mana individu memiliki arah dan tujuan hidup yang jelas, mampu mengenali serta mengembangkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

potensi diri, menjalin hubungan sosial yang positif, dan menunjukkan tanggung jawab terhadap kehidupannya (Ryff & Keyes, 1995). Menurut Ryff (2014), kehidupan yang baik adalah bagian dari *psychological well-being*. Hal ini adalah kombinasi antara individu yang merasa baik dan bekerja dengan baik. Emosi yang menyakitkan seperti kekecewaan, kegagalan, dan kesedihan merupakan bentuk ujian dalam kehidupan, maka penting bagi individu untuk mempunyai kemampuan dalam mengelola emosi negatif dalam mencapai kesejahteraan jangka panjang.

Berdasarkan penjelasan yang telah peneliti paparkan, maka dapat ditarik simpulan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi di mana individu yang sehat dan berfungsi positif yang ditandai dengan tercapainya tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri.

## 2. Dimensi-dimensi *Psychological Well-Being*

Ryff (1989) menguraikan dimensi-dimensi *psychology well-being* sebagai berikut.

### a. Penerimaan diri (*self-acceptance*)

Penerimaan diri merupakan bentuk kemampuan dalam menerima diri sendiri dengan menyeluruh serta aktif, hal ini tergolong dalam proses evaluasi diri yang mencakup pengakuan terhadap batasan-batasan yang dimiliki. Hal ini memungkinkan masyarakat untuk menerima diri mereka dalam keseluruhan aspek, baik yang positif maupun negatif, serta melakukan evaluasi diri dengan sikap yang positif. Orang yang berpandangan negatif terhadap diri 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.

menunjukkan kurangnya rasa penerimaan diri, dikarenakan individu yang mampu menerima diri apa adanya cenderung tidak melakukan penilaian diri yang negatif.

b. Hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*)

Seseorang yang dapat membina hubungan yang hangat dengan orang lain, menunjukkan bahwa terdapat kepercayaan, cinta, dan empati, serta perhatian penuh dan memahami dengan cara menerima perbedaan di antara manusia dengan baik.

c. Otonomi (*autonomy*)

Kemandirian adalah bentuk kontrol individu atas dirinya sendiri, seperti kemampuan untuk mengambil keputusan secara mandiri. Seseorang yang mempunyai tingkat kemandirian yang tinggi tidak akan bergantung pada orang lain, tidak terpengaruh oleh tekanan sosial, mampu menilai diri sendiri, dan bertindak sesuai dengan norma yang berlaku.

d. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)

Penguasaan lingkungan mengacu pada kapasitas individu untuk mengendalikan situasi di sekelilingnya, memanfaatkan peluang yang tersedia, serta menyesuaikan lingkungan agar selaras dengan keinginan dan kebutuhannya.

Hal ini tercermin dari kemampuan seseorang dalam beradaptasi terhadap tuntutan lingkungan dan menghadapi berbagai faktor eksternal, sehingga ia mampu mengatur kondisi lingkungan sesuai dengan preferensi pribadinya.

e. Tujuan hidup (*purpose of life*)

Tujuan hidup merujuk pada kesadaran individu bahwa kehidupannya memiliki arah dan makna. Setiap orang meyakini bahwa hidup mereka tidak

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.

berlangsung secara acak, melainkan memiliki maksud tertentu. Dengan memiliki tujuan yang ingin dicapai, seseorang akan memperoleh harapan serta merasa bahwa hidupnya lebih berarti.

f. Pertumbuhan pribadi (*personal growth*)

Pertumbuhan pribadi berarti individu mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya, terbuka terhadap hal-hal baru, serta mampu terus berkembang dan berkembang, sehingga individu berusaha melakukan aktivitas atau mencari sesuatu yang memungkinkan dirinya untuk memenuhi potensinya.

Berdasarkan pemaparan mengenai dimensi-dimensi *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff, peneliti menjadikan dimensi-dimensi tersebut sebagai landasan teoritis utama dalam penelitian ini.

### 3. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Psychological Well-Being*

Ryff dan Singer (1996) mengidentifikasi sejumlah faktor demografis yang berpengaruh terhadap *psychological well-being*.

a. Usia

Ryff dan Singer (1996) mengungkapkan bahwa beberapa dimensi *psychological well-being*, seperti penguasaan lingkungan dan otonomi, cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Sebaliknya, dimensi tujuan hidup (*purpose in life*) dan perkembangan pribadi (*personal growth*) cenderung mengalami penurunan pada usia lanjut, sedangkan dimensi penerimaan diri (*self-acceptance*) relatif stabil dan tidak mengalami perubahan yang signifikan seiring bertambahnya usia. Bimantoro dan Partasari (2022) menjelaskan hal yang serupa dalam penelitiannya bahwa terdapat perbedaan *psychological well-being*

berdasarkan usia, penelitiannya menemukan bahwa remaja madya memiliki rata-rata *psychological well-being* tertinggi dari kelompok usia remaja dan dewasa awal.

b. Jenis kelamin

Menurut Ryff dan Singer (1996), perbedaan jenis kelamin dapat memengaruhi berbagai aspek *psychological well-being*. Secara umum, perempuan cenderung memiliki kualitas hubungan interpersonal yang lebih baik serta menunjukkan tingkat pertumbuhan pribadi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Sun dkk (2016) yang mengonfirmasi adanya perbedaan signifikan dalam *psychological well-being* antara remaja laki-laki dan perempuan, di mana remaja laki-laki menunjukkan tingkat *psychological well-being* yang lebih rendah daripada remaja perempuan.

c. Status sosial ekonomi

Hasil studi longitudinal Wisconsin (dalam Ryff & Singer, 1996) mengungkapkan bahwa individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi, baik pada laki-laki maupun perempuan, terutama dalam dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Selain itu, individu dengan posisi pekerjaan dan tingkat pendapatan yang lebih tinggi juga menunjukkan tingkat *psychological well-being* yang lebih baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Budiman dkk (2023) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara status sosial ekonomi dan tingkat *psychological well-being*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

d. Budaya

Penelitian yang dilakukan oleh Ryff dan Singer (1996) menunjukkan adanya perbedaan kondisi *psychological well-being* antara masyarakat yang menganut budaya individualistik dan budaya kolektivistik. Dalam budaya Barat yang menekankan pada kemandirian, dimensi seperti penerimaan diri dan otonomi cenderung lebih dominan. Sebaliknya, dalam budaya Timur yang menjunjung tinggi nilai kekeluargaan, dimensi hubungan positif dengan orang lain tampak lebih menonjol.

Selain faktor-faktor demografis di atas, penelitian terbaru menemukan variabel-variabel lain yang berkorelasi dan berkontribusi terhadap *psychological well-being* yaitu:

a. Dukungan sosial

Menurut Ryff dan Singer (2008), dukungan sosial merupakan bentuk aksi individu dalam menunjukkan dukungan yang diperoleh melalui interaksi emosional positif dengan orang-orang yang berarti khususnya keluarga. Penelitian Rahama dan Izzati (2021) menemukan bahwa terdapat hubungan searah antara dukungan sosial dengan *psychological well-being*, hal ini menjelaskan jika dukungan sosial yang dirasakan individu maka akan meningkatkan *psychological well-being*.

b. Religiusitas

Religiusitas adalah ukuran sejauh mana anggota umat beragama mempraktikkan dan menjalankan perintah agama dalam kehidupan sehari-hari, serta sejauh mana mereka meyakini, memahami, menghargai, dan

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.



mengimplementasikan ajaran tersebut (Jalaluddin, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Hamidah (2019) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dan kesejahteraan psikologis.

### c. *Self-compassion*

*Self-compassion* merupakan perilaku positif seseorang yang memiliki kemampuan untuk merawat dirinya sendiri dan menunjukkan kasih sayang dalam bentuk memperhatikan atau peduli kepada diri sendiri tanpa menghukum diri sendiri. Penelitian oleh Huu dan Quang (2022) menemukan bahwa *self-compassion* memiliki peran positif dalam meningkatkan *psychological well-being* pada remaja.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi *psychological well-being*, antara lain usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya, dukungan sosial, religiusitas, dan *self-compassion*. Fokus penelitian ini akan diarahkan pada peran *self-compassion* yang akan dijelaskan secara mendalam pada sub bab terpisah.

## B. *Self-Compassion*

### 1. Definisi *Self-Compassion*

Menurut Karinda (2020), Kristin Neff adalah orang yang pertama kali menjelaskan konsep *self-compassion* dengan mengintegrasikan ide-ide baru yang berlandaskan pada filosofi welas asih dalam ajaran Buddhisme. *Self-compassion* secara umum didefinisikan sebagai kasih sayang terhadap diri sendiri, yang berasal dari kata latin *patiri* yang berarti menderita atau mengalami. *Self-compassion* adalah sikap positif di mana individu dapat merawat dirinya 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.

dan menerima dengan penuh kasih sayang penderitaan, rasa sakit, kekurangan, atau kegagalan tanpa menyalahkan diri sendiri.

*Self-compassion* adalah upaya untuk mengembangkan rasa cinta kepada diri sendiri dengan menerima penderitaan dan membantu diri memahami bahwa kegagalan, keterbatasan, dan kesulitan adalah bagian alami dari pengalaman manusia dalam kehidupan (Neff, 2003). *Self-compassion* merupakan bentuk dari rasa sayang kepada diri sendiri, dengan melakukan *self-compassion* dapat menyadarkan individu pada penderitaan mereka sendiri dan mulai untuk memberikan kasih sayang lebih banyak kepada diri sendiri (Hidayati, 2018).

Berdasarkan penjelasan di atas mengenai definisi *self-compassion*, maka dapat disimpulkan *self-compassion* adalah bentuk keterbukaan diri dari individu yang sadar untuk berbelas kasih terhadap penderitaan yang dialami, menerima kondisi diri tanpa menghakimi atau mengkritik diri sendiri, serta menyadari bahwa penderitaan dan kegagalan wajar dialami manusia. *Self-compassion* ditandai dengan *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*.

## 2. Aspek-aspek *Self-Compassion*

Neff (2003) menjelaskan bahwa terdiri tiga aspek positif dan tiga aspek negatif *self-compassion* sebagai berikut.

### a. *Self-kindness versus self-judgment*

*Self-kindness* adalah kemampuan untuk mengasihi dan menghargai diri sendiri dengan apa adanya, memberikan dukungan dan kasih sayang pada diri sendiri. Sebaliknya, *self-judgment* merupakan sikap yang terlalu berlebihan pada diri karena dilakukan dengan cara mengkritik, tidak menghargai diri, menolak

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.

semua perasaan yang dirasakan dan menanggapi situasi secara berlebihan. Dalam praktik *self-compassion*, penting untuk menunjukkan empati dan kepedulian terhadap diri sendiri daripada bersikap berlebihan dengan memberikan *judgement* pada diri sendiri.

b. *Common humanity versus isolation*

Pemahaman yang terbuka terhadap sifat manusia yang tidak sempurna, serta kesadaran akan fakta bahwa orang lain juga mengalami kekurangan, kegagalan, dan penderitaan adalah bentuk dari pengalaman manusia. *Common humanity* mengacu pada cara individu melihat kelemahan pribadinya dalam konteks yang lebih luas dari kehidupan manusia lainnya, bukan hanya secara subjektif, tetapi juga memungkinkan pemahaman bahwa pengalaman ini dapat terjadi pada orang lain. Sementara itu, *isolation* adalah keyakinan individu bahwa hanya dirinya sendiri yang menghadapi kesulitan, sering merasa bahwa ia terisolasi dalam pengalaman kesulitan dan kesedihan yang unik.

c. *Mindfulness versus overidentification*

*Mindfulness* adalah kemampuan individu untuk menghadapi penderitaan secara objektif dan menjaga keseimbangan antara pemikiran dan perasaan tanpa memperbesar masalah. Hal ini bertujuan untuk menghindari penilaian diri yang berlebihan dan dampak negatif dari pikiran-pikiran yang tidak konstruktif. Pada sisi lain, *overidentification* merujuk pada reaksi berlebihan individu terhadap masalah yang dihadapi, di mana individu cenderung terlalu terlibat secara emosional. Penting bagi individu untuk tidak terlalu terpengaruh oleh pikiran negatif saat berhadapan dengan masalah.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat diketahui bahwa terdapat tiga aspek utama yang bersifat positif dan tiga aspek yang berlawanan atau negatif, ketiga aspek ini meliputi *self-kindness versus self-judgment*, *common humanity versus isolation*, dan *mindfulness versus overidentification*.

### C. Remaja dan *Body Shaming*

Penampilan fisik menjadi hal penting pada masa remaja, hal ini dikarenakan pada masa remaja terjadi perubahan fisik. Remaja mengalami perubahan fisik ketika memasuki masa pubertas. Perubahan bentuk fisik ini menjadikan remaja memerlukan penyesuaian terhadap bentuk tubuhnya, dengan begitu remaja akan mulai memperhatikan penampilan fisiknya. Hal ini bisa dipengaruhi oleh media sosial yang memberikan akses terkait informasi-informasi (Mascheroni dalam Steinsbekk dkk, 2021). Perubahan fisik yang terjadi yaitu tubuh semakin tinggi, berat badan berubah, pinggang atau panggul mulai membesar, kulit menjadi lebih berminyak, tumbuh jakun, dan bertambahnya pruksi keringat (Gultom & Sari, 2022).

Perubahan fisik pada masa remaja akan menyebabkan remaja rentan terkena komentar negatif, ejekan dan olok-olokan yang disebut dengan *body shaming* (Mackay & Fredickson dalam Lestari, 2019). Penampilan fisik yang menarik tersebut bersifat tidak sama dengan, namun hal utama yang biasa menjadi penilaian masyarakat terkait fisik yaitu berupa warna kulit, berat badan, tinggi badan, hingga rupa wajah. Standar-standar ideal dimata masyarakat tersebut akan membentuk tindakan *body shaming*, tidak ada yang salah dengan memiliki warna



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.

kulit gelap dan putih, badan yang berisi dan kurus, tinggi dan pendek, setiap orang memiliki standarnya masing-masing.

Kelompok remaja yang dinilai lebih rentan mengalami *body shaming* adalah remaja akhir, hal ini dikarenakan puncak dari kematangan emosi remaja berada pada proses remaja akhir menuju dewasa awal, sebagaimana yang disebutkan dalam penelitian yang dilakukan Hidayat dkk (2019) menjelaskan bahwa remaja yang rentan mengalami perilaku *body shaming* adalah remaja akhir dengan rentang usia 21-22 tahun. Penelitian lain juga mendukung bahwa remaja yang rentan mengalami perilaku *body shaming* adalah remaja akhir dengan rentang usia 22 tahun (Melizza dkk, 2023).

#### D. Kerangka Berpikir

Remaja berada pada masa perkembangan fisik yang signifikan, sehingga mereka cenderung lebih memperhatikan penampilan fisiknya. Perubahan fisik selama masa pubertas, seperti yang dikemukakan oleh Santrock (2012) dan Ramadhani dan Purba (2024), membuat remaja semakin sadar akan penampilannya. Penampilan fisik menjadi penting karena ini adalah aspek pertama yang dilihat dan dinilai oleh orang lain, baik di dunia nyata maupun di media sosial. Standar kecantikan ideal yang berkembang di masyarakat sering kali menggambarkan tubuh yang kurus, berkulit putih, dan tinggi (Yan & Bissel, 2014). Individu yang tidak memenuhi standar ini kerap menjadi sasaran *body shaming*, yakni perlakuan mengejek atau mengomentari negatif fisik seseorang (Fauzia & Rahmiaji, 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.

*Body shaming* dapat berdampak serius pada *psychological well-being* remaja, yaitu pada kesehatan fisik terkait gangguan makan; isolasi diri dari lingkungan; dan pada sisi psikologis seperti meningkatnya kecemasan, depresi, hingga pikiran untuk mengakhiri hidup (Murni & Ulandari, 2023; Cahyani dkk, 2024; Rigby, 2003). Kecemasan, depresi, dan tekanan psikologis, dapat mengakibatkan kondisi *psychological well-being* yang rendah (Karademas, 2007). Rendahnya *psychological well-being* berarti remaja tidak lagi mampu menerima dirinya, menjalin relasi sosial yang sehat, atau mengelola tekanan lingkungan dengan cara yang adaptif. Hal ini tidak hanya menghambat perkembangan pribadi, tetapi juga berisiko menurunkan pertumbuhan pribadi hingga dapat memicu gangguan psikologis yang lebih berat. Maka, penting untuk menjaga dan memperkuat *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming* agar remaja menjadi pribadi yang utuh, sehat, dan tangguh secara mental.

Remaja yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi tetap mampu berfungsi secara positif meskipun mengalami *body shaming*, seperti bisa menerima diri sendiri apa adanya, tidak menggantungkan harga diri pada penilaian fisik dari orang lain, bersikap mandiri dalam berpikir dan mengambil keputusan, serta tetap mampu menjalin hubungan sosial yang sehat meskipun pernah mendapatkan komentar negatif. Sejalan dengan pendapat Azzahra (2024), beberapa remaja yang mengalami *body shaming* memilih untuk mengalihkan perhatiannya pada hal-hal yang lebih positif, seperti mengembangkan potensi diri atau fokus pada prestasi akademik.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Sarif Kasim Riau

Pengalihan fokus remaja pada hal positif tidak hanya membantu mengurangi dampak negatif dari *body shaming*, tetapi juga memberikan manfaat dalam membentuk arah tujuan hidup yang lebih jelas, meningkatkan kemandirian, dan mendorong pertumbuhan pribadi ke arah yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sartika dkk (2021), yang menemukan bahwa meskipun mengalami *body shaming*, sebagian besar remaja tetap menunjukkan skor yang tinggi pada dimensi tujuan hidup, kemandirian, dan pertumbuhan pribadi dalam *psychological well-being*.

*Psychological well-being* dapat ditingkatkan salah satunya melalui *self-compassion*. Penelitian Sawitri dan Siswati (2019) mendukung hal ini, di mana ditemukan bahwa *self-compassion* memberikan pengaruh signifikan terhadap *psychological well-being* pada remaja. Individu yang memiliki *self-compassion* akan tetap bersikap penuh pengertian terhadap dirinya sendiri, tidak larut dalam penilaian negatif, dan menyadari bahwa pengalaman sulit adalah bagian dari kehidupan manusia (Neff, 2003). Ketika remaja menerima komentar negatif tentang tubuhnya, mereka rentan mengalami perasaan malu, rendah diri, hingga menarik diri dari lingkungan sosial. Namun, dengan *self-compassion*, remaja lebih mampu menerima diri, mengelola emosi negatif, serta tetap terhubung secara sosial, sehingga *psychological well-being* dapat terjaga.

Aspek-aspek *self-compassion* dinilai berperan aktif dalam meningkatkan *psychological well-being*. Aspek pertama yaitu *self-kindness* memungkinkan remaja untuk merespon komentar negatif dengan lebih memperhatikan dan menyayangi diri sendiri, sehingga akan menimbulkan rasa penerimaan diri yang

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.

lebih. Individu yang mampu memberikan kasih sayang terhadap dirinya sendiri akan mendorongnya untuk menerima diri apa adanya (Wardi & Ningsih, 2021). Sejalan dengan temuan Kurnia dkk (2023), *self-kindness* diartikan sebagai kebaikan dan pengertian kepada diri sendiri dengan tidak menghakimi, dengan begitu individu akan muncul penerimaan diri yang lebih baik dan dapat meningkatkan *psychological well-being*.

Individu yang mampu menunjukkan kasih sayang kepada dirinya sendiri akan cenderung lebih mudah menaruh simpati dan menyadari bahwa penderitaan yang dialaminya juga merupakan bagian dari pengalaman manusia secara umum (Neff & Costigan, 2014). Kesadaran bahwa setiap orang memiliki pengalaman hidup yang tidak lepas dari kesulitan dan kesedihan ini disebut sebagai *common humanity*. Melalui pemahaman tersebut, individu tidak lagi merasa terisolasi dalam penderitaannya, melainkan merasa terhubung dengan orang lain, sehingga lebih mampu menjalin hubungan sosial yang positif (Wardi & Ningsih, 2021). Terciptanya hubungan positif dengan orang lain artinya individu sudah membangun *psychological well-being*.

Upaya yang dilakukan untuk memiliki *self-kindness* dan *common humanity* tentunya diawali dengan terciptanya kesadaran penuh individu dalam membuat keputusan yang tepat saat menghadapi penderitaan atau kegagalan seperti *body shaming* akibat tekanan sosial. Wardi dan Ningsih (2021) menjelaskan bahwa upaya individu dalam memutuskan tindakan yang tepat dalam menyelesaikan permasalahannya menggambarkan kemandirian yang merupakan aspek *psychological well-being*. Individu yang memiliki *mindfulness* akan mampu



menemukan secara mandiri tindakan positif yang tepat dalam menghadapi permasalahannya, maka dapat meningkatkan *psychological well-being* (Yulistyowati & Savira, 2023).

Remaja yang memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi akan cenderung lebih mampu menghadapi *body shaming* dengan cara yang sehat. Fauziah dan Rofiqoh (2023) menjelaskan bahwa remaja yang memiliki *self-compassion* tinggi cenderung lebih tenang, tidak menghakimi diri secara berlebihan, dan tetap merasa bernilai. Dengan demikian, remaja yang memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi akan cenderung lebih resilien dalam menghadapi *body shaming* yaitu dengan tetap menghargai diri sendiri, memahami bahwa ketidaksempurnaan fisik adalah hal yang wajar, dan menemukan cara yang tepat dalam merespons *body shaming*. Berdasarkan uraian ini, diketahui bahwa *self-compassion* berkontribusi dalam membantu remaja menjaga stabilitas emosi, membentuk penerimaan diri, serta mempertahankan aspek-aspek penting dalam *psychological well-being*.

### E. Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir yang telah peneliti paparkan, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut.

“Terdapat kontribusi *self-compassion* terhadap *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*”.



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

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah tipe penelitian yang memiliki karakteristik masalah tentang hubungan korelasional diantara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2016). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kontribusi *self-compassion* terhadap *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan bentuk dari karakteristik, atribut, nilai yang bervariasi pada individu, objek, atau kegiatan yang dipilih oleh peneliti untuk diselidiki lebih lanjut lalu akan dianalisis untuk mendapatkan kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu satu variabel dependen dan satu variabel independen sebagai berikut.

Variabel Dependen : *Psychological Well-Being*

Variabel Independen : *Self-Compassion*

#### C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel penelitian merupakan elemen atau nilai yang berasal dari obyek atau kegiatan yang memiliki ragam variasi tertentu yang akan dipelajari oleh peneliti dan diambil kesimpulan tentangnya (Sugiyono, 2010).

Berikut ini definisi operasional kedua variabel penelitian.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. *Psychological Well-Being*

*Psychological well-being* adalah kondisi individu yang dalam hal ini adalah remaja yang mengalami *body shaming* berfungsi positif dan sehat yang ditandai dengan tercapainya tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri. *Psychological well-being* akan diukur menggunakan alat ukur dari Ryff yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia menjadi *psychological well-being scale* (PWBS) oleh Elfida dkk (2024). Skor tinggi pada *psychological well-being* menandakan bahwa individu tersebut memiliki kondisi mental yang sehat dan berfungsi positif, namun jika skor *psychological well-being* individu rendah akan sebaliknya.

2. *Self-Compassion*

*Self-compassion* adalah bentuk keterbukaan dan kesadaran individu yang dalam hal ini adalah remaja yang mengalami *body shaming* dalam berbelas kasih terhadap penderitaan yang dialami, menerima kondisi diri apa adanya tanpa menghakimi atau mengkritik diri sendiri, serta menyadari bahwa penderitaan dan kegagalan wajar dialami manusia. *Self-compassion* ditandai dengan *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. *Self-compassion* diukur menggunakan alat ukur dari Neff, penelitian ini menggunakan versi yang telah di adaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Sugianto dkk (2020) menjadi Skala Welas Diri (SWD). Skor tinggi pada *self-compassion* menandakan bahwa individu tersebut memiliki keterbukaan dan kesadaran untuk berbelas kasih pada dirinya, namun jika skor *self-compassion* individu rendah akan sebaliknya.

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.

## D. Subjek Penelitian

### 1. Populasi

Populasi merupakan kelompok atau wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas serta ciri-ciri khusus yang telah ditentukan peneliti untuk dipelajari dan penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja akhir (18-24 tahun) yang mengalami *body shaming* di Indonesia, namun dikarenakan tidak ada jumlah populasi yang pasti maka populasi penelitian ini bersifat infinit.

### 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi dan karakteristiknya. Sementara itu, ukuran sampel merupakan langkah yang menentukan besar kecilnya sampel yang akan diambil ketika melakukan suatu penelitian (Sugiyono, 2018). Pada penelitian ini dalam menentukan sampel penelitian, peneliti menggunakan *a priori power analysis* melalui aplikasi *G\*Power for Windows Versions 3.1.9.7* (Faul dkk, 2007) untuk menentukan sampel minimum. Hal ini dikarenakan cakupan populasi yang akan diteliti bersifat infinit sehingga memerlukan jumlah sampel minimum. Peneliti menggunakan *medium effect size* dengan  $f = 0.30$ ,  $\alpha = 0.05$ ,  $power = 0.80$  dan menghasilkan jumlah sampel minimum yaitu sebesar 82. Pada penelitian ini sampel yang diperoleh yaitu 464 subjek.

### 3. Teknik Sampling

Pada penelitian ini teknik *sampling* yang digunakan adalah *accidental sampling*. *Accidental sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang didasarkan pada pertemuan secara tidak disengaja antara peneliti dan responden,



di mana individu yang ditemui dapat dijadikan sampel apabila dinilai memenuhi kriteria sebagai sumber data yang relevan (Sugiyono, 2010). Berikut kriterianya:

1. Remaja akhir (18-24 tahun)
2. Pernah mengalami *body shaming*

### E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala yaitu skala welas diri (SWD) dan *psychological well-being scale* (PWBS).

#### 1. Skala Welas Diri (SWD)

Skala welas diri (SWD) merupakan sebuah alat ukur yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Sugianto dkk (2020) dari *self-compassion scale* (SCS) yang dikembangkan Neff. SWD biasa digunakan untuk melihat bagaimana *self-compassion* individu dengan mengacu pada teori utama oleh Neff (2003). Instrumen SWD terdiri dari 26 aitem yang mencakup seluruh aspek-aspek *self-compassion*.

**Tabel 3.1**

*Blueprint* Skala Welas Diri (SWD)

Aspek	Aitem		Jumlah
	<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

Partisipan memilih pernyataan menggunakan skala *likert* dengan rentang angka 1 (Hampir Tidak Pernah) sampai 5 (Hampir Selalu), sedangkan untuk skor

butir-butir subskala negatif dihitung terbalik (1 = 5, 2 = 4, 3 = 3, 4 = 2, 5 = 1).

Hasil uji reliabilitas SWD menunjukkan *cronbach's alpha* sebesar 0,872 yaitu reliabilitas cukup baik (Sugianto dkk, 2020).

## 2. *Psychological Well-Being Scale* (PWBS)

*Psychological Well-Being Scale* oleh Ryff (1995) untuk mengukur *psychological well-being* individu. Skala ini telah diadaptasi ke dalam bahasa dan budaya Indonesia oleh Elfida dkk (2024). *Psychological well-being scale* (PWBS) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia ini memiliki 18 aitem.

**Tabel 3.2**

*Blueprint Psychological Well-Being Scale* (PWBS)

Dimensi	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Otonomi	7, 13	1	3
Penguasaan Lingkungan	2, 14	8	3
Pertumbuhan Pribadi	3, 9	15	3
Hubungan Positif fengan Orang Lain	10	4, 16	3
Tujuan Hidup	11	5, 17	3
Penerimaan Diri	6, 12	18	3

PWBS menggunakan skala likert dengan lima tingkat pilihan jawaban yaitu STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), AS (Agak Setuju), S (Setuju), dan SS (Sangat Setuju). Pada butir aitem *favorable*, SS mendapatkan skor 5, AS mendapatkan skor 4, S mendapatkan skor 3, TS mendapatkan skor 2, dan STS mendapatkan skor 1. Sedangkan dalam penilaian butir aitem *unfavorable*, SS mendapatkan skor 1, AS mendapatkan skor 2, S mendapatkan skor 3, TS mendapatkan skor 4, dan STS mendapatkan skor 5.

## F. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono (2016), validitas mengindikasikan seberapa akurat data yang dikumpulkan peneliti mencerminkan realitas objek yang diamati. Uji validitas ini penting untuk memastikan keabsahan data yang terkumpul setelah penelitian dilakukan, yang sering kali dilakukan melalui penggunaan kuesioner sebagai instrumen pengukur. Validitas dapat dibagi menjadi tiga jenis, yaitu validitas isi, validitas konstruk, dan validitas kriteria (Azwar, 2022). Pada penelitian ini, validitas isi dievaluasi menggunakan pendekatan professional judgement dari dosen pembimbing dan narasumber. Validitas isi dinilai dengan menggunakan *blueprint* yang dirancang sesuai dengan batasan domain dan indikator perilaku yang akan diteliti (Azwar, 2022).

### 2. Uji Daya Beda Aitem

Daya beda aitem adalah kemampuan suatu aitem untuk membedakan antara kelompok yang memiliki kemampuan tinggi dan kelompok yang memiliki kemampuan rendah (Azwar, 2022). Besaran koefisien korelasi aitem total bergerak mulai dari 0 hingga 1,00, semakin tinggi koefisien korelasi aitem total maka akan semakin baik daya diskriminasi aitem tersebut, namun jika koefisien korelasi aitem memiliki tanda negatif maka daya diskriminasi aitem tidak baik. Nilai koefisien korelasi aitem total minimal 0,300 dapat diterima dan dianggap memuaskan, jika nilai korelasi aitem total dibawah 0,300 diindikasikan bahwa aitem memiliki daya beda rendah (Azwar, 2022). Namun jika aitem yang lolos tidak mencapai 0,300 maka peneliti dapat mempertimbangkan untuk menurunkan

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.

batas kriteria menjadi 0,25 (Azwar, 2022). Penelitian ini juga sudah melakukan uji kelayakan etik dengan nomor surat: 1554/Un.04/L.1/TL.01/11/2024. Uji kelayakan etik bertujuan untuk memastikan bahwa seluruh prosedur dan proses penelitian sesuai dengan etik penelitian.

Pertama, peneliti melakukan uji daya beda aitem pada skala welas diri (SWD) yang terdiri dari 26 aitem. Batasan nilai koefisien yang peneliti gunakan adalah  $\geq 0,25$ . Berdasarkan hasil uji daya beda aitem ditemukan bahwa terdapat dua aitem yang  $< 0,25$  (gugur) dengan rentang nilai 0,151 sampai 0,161, yaitu aitem 1 dan 3. Sehingga aitem yang digunakan untuk penelitian berjumlah 24 aitem, yang memiliki rentang koefisien korelasi aitem total diatas 0,30 dengan rentang nilai 0,347 sampai 0,605. Berikut ini *blueprint* rincian aitem yang valid dan gugur pada skala welas diri (SWD).

**Tabel 3.3**

*Blueprint* Skala Welas Diri (SWD) Hasil Analisis

Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
	Valid	Gugur	
<i>Self-Kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26	-	5
<i>Self-Judgement</i>	8, 11, 16, 21	1	5
<i>Common Humanity</i>	7, 10, 15	3	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
<b>Jumlah Aitem</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>26</b>

Setelah menganalisis aitem yang valid dan membuang aitem yang gugur pada tabel 3.3, selanjutnya peneliti menyusun *blueprint* akhir skala welas diri (SWD) yang digunakan untuk penelitian pada tabel 3.4.



**Tabel 3.4**

*Blueprint Skala Welas Diri (SWD) untuk Penelitian*

Aspek	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self-Kindness</i>	3, 10, 17, 21, 24		5
<i>Self-Judgement</i>		6, 9, 14, 19	4
<i>Common Humanity</i>	5, 8, 13		3
<i>Isolation</i>		2, 11, 16, 23	4
<i>Mindfulness</i>	7, 12, 15, 20		4
<i>Overidentification</i>		1, 4, 18, 22	4

Kedua, dilakukan uji daya beda aitem pada *psychological well-being scale* (PWBS) yang terdiri dari 18 aitem. Batasan nilai koefisien yang peneliti gunakan yaitu  $\geq 0,25$ . Berdasarkan hasil uji daya beda aitem ditemukan bahwa terdapat lima aitem yang  $< 0,25$  (gugur) dengan rentang 0,112 sampai 0,144. Namun, terdapat dua aitem yang menjadi pertimbangan yaitu 0,207 dan 0,229 merupakan aitem nomor 3 dan 9. Sehingga aitem yang digunakan untuk penelitian berjumlah 15, yang memiliki rentang koefisien korelasi aitem total diatas 0,25 dengan rentang nilai 0,207 sampai 0,604. Berikut ini *blueprint* rincian aitem yang valid dan gugur pada *psychological well-being scale* (PWBS).

**Tabel 3.5**

*Blueprint Psychological Well-Being Scale Hasil Analisis*

Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah
	Valid	Gugur	
Otonomi	1, 13	7	2
Penguasaan Lingkungan	8, 14	2	2
Pertumbuhan Pribadi	3, 9, 15	-	3
Hubungan Positif fengan Orang Lain	4, 10, 16	-	3
Tujuan Hidup	5, 11	17	2
Penerimaan Diri	6, 12, 18	-	3
<b>Jumlah Aitem</b>	<b>15</b>	<b>3</b>	<b>18</b>

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.

Setelah menganalisis aitem yang valid dan membuang aitem yang gugur pada tabel 3.5, selanjutnya peneliti menyusun *blueprint* skala baru yang digunakan untuk penelitian. Berikut ini susunan *blueprint* akhir *psychological well-being scale* (PWBS) pada tabel 3.6.

**Tabel 3.6**

*Blueprint Psychological Well-Being Untuk Penelitian*

Dimensi	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Otonomi	11	1	2
Penguasaan Lingkungan	12	6	2
Pertumbuhan Pribadi	2, 7	13	3
Hubungan Positif fengan Orang Lain	8	3, 14	3
Tujuan Hidup	9	4	2
Penerimaan Diri	5, 10	15	3

### 3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas mengukur sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten ketika dilakukan pengukuran berulang pada objek yang sama (Sugiyono, 2017). Azwar (2022) menjelaskan bahwa semakin reliabel alat ukur jika koefisien reliabilitas tinggi (0,00 – 1,00), maka sebaliknya jika koefisien reliabilitas rendah yaitu mendekati 0,00 maka semakin rendah pula reliabilitasnya. Pada penelitian ini untuk melihat reliabilitas instrumen menggunakan nilai dari *cronbach's alpha* dengan bantuan *software statistical package for the social sciences* (SPSS) 23 for windows.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas melalui bantuan SPSS versi 23 for windows, diketahui nilai koefisien *cronbach's alpha self-compassion* dan *psychological well-being*. Berikut ini nilai koefisien *cronbach's alpha*.

**Tabel 3.7**

Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

Alat Ukur	Cronbach's Alpha	Jumlah
<i>Self-Compassion</i>	0,891	24
<i>Psychological Well-Being</i>	0,789	15

Berdasarkan Tabel 3.7 dapat diketahui reliabilitas skala *self-compassion* dengan nilai *cronbach's alpha* 0,891 artinya skala *self-compassion* memiliki reliabilitas yang baik. Skala selanjutnya yaitu *psychological well-being scale* yang memiliki reliabilitas dengan nilai *cronbach's alpha* 0,789 artinya *psychological well-being scale* memiliki reliabilitas yang baik. Maka, dapat disimpulkan bahwa kedua skala penelitian di atas reliabel (terpercaya) sebagai instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian.

### G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menerapkan metode analisis regresi linear sederhana dengan menggunakan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 23 *for windows*. Analisis regresi linear sederhana biasa diperuntukkan dalam memodelkan hubungan antara satu variabel dependen dan satu variabel independen. Pada analisis ini, hubungan antar variabel bersifat linear, yang berarti perubahan dalam variabel X akan selalu diikuti oleh perubahan dalam variabel Y. Analisis regresi linear sederhana ini bertujuan untuk memprediksi atau memperkirakan nilai variabel dependen berdasarkan nilai variabel independen. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka analisis ini memungkinkan untuk memperkirakan seberapa besar perubahan nilai variabel dependen jika nilai variabel independen mengalami perubahan (Silaen & Heriyanto, 2013).

## H. Lokasi dan Jadwal Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara *online*, penyebaran skala dilakukan melalui *google form* (<https://bit.ly/PenelitianRaniFlonia>). Penelitian dilakukan pada tanggal 03 Desember 2024 sampai 28 Januari 2025, terhitung selama 56 hari atau kurun waktu hampir 2 bulan.

### 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 V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat kontribusi *self-compassion* terhadap *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming*. Artinya, jika terjadi kenaikan *self-compassion* pada remaja yang mengalami *body shaming*, maka *psychological well-being* pada remaja yang mengalami *body shaming* akan mengalami kenaikan juga. Penelitian ini membuktikan bahwa *self-compassion* berkontribusi terhadap peningkatan *psychological well-being*.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Remaja

Remaja terkhususnya yang mengalami *body shaming* diharapkan dapat meningkatkan *psychological well-being* melalui penguatan *self-compassion*, dengan memiliki *self-compassion* yang tinggi akan mampu mengasihi dan menghargai diri sendiri. Cara yang dapat dilakukan yaitu dimulai dari menguatkan diri dan mengabaikan pikiran negatif atau komentar negatif yang diterima lalu menggantinya dengan pikiran penguatan positif, seperti meyakinkan diri bahwa ketidaksempurnaan adalah hal yang wajar, mengingatkan diri bahwa semua orang memiliki kekurangan, serta menekankan pada kelebihan atau potensi yang dimiliki, namun jika sudah berdampak lebih buruk disarankan untuk mendapatkan terapi seperti *mindfulness self-compassion* (MSC) melalui tenaga profesional



seperti psikolog atau terapis. Maka dari itu, akan dapat membuka pikiran untuk mengabaikan penderitaan yang dialami dan dapat berfokus pada diri sendiri serta mampu menjaga kestabilan emosional untuk mencapai *psychological well-being* yang baik.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menetapkan kriteria subjek yang lebih spesifik, seperti memperhatikan bentuk *body shaming* yang dialami (verbal, visual, atau media sosial), frekuensi kejadian, serta dampak psikologis yang dirasakan oleh subjek. Hal ini penting agar hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih rinci dan akurat mengenai hubungan antara *self-compassion* dan *psychological well-being* dalam konteks pengalaman *body shaming* yang berbeda. Peneliti juga dapat mempertimbangkan untuk membandingkan antara subjek yang mengalami *body shaming* ringan, sedang, dan berat guna melihat perbedaan kontribusi *self-compassion* terhadap *psychological well-being* pada tiap kelompok.

### 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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, Rajes., Sahidin, Latief., dan Marhan, Citra. (2022). Self-Compassion dan Psychological Well-Being Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Sublimapsi*, 3(1).
- Afrashteh, Majid Yousefi., dan Hasani, Fereshteh. (2022). Mindfulness and psychological well-being in adolescents: the mediating role of self-compassion, emotional dysregulation and cognitive flexibility. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 9. <https://doi.org/10.1186/s40479-022-00192-y>.
- Andriana, Priskila Rossi., dan Murti, Heru Astikasari Setya. (2025). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Yang Mengalami Body Shaming. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, vol.9, no.2. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6775>.
- Azizah, Dinda Dwi., Azzahra, Fatimah., Deliani, Nurfarida., dan Batubara, Juliana. (2024). Dampak perilaku body shaming terhadap psikologis peserta didik tingkat Madrasah Aliyah. *Risalah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, vol 10(2).
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, Saifuddin. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2022). *Metode Penelitian Psikologi (Edisi II)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzahra, Fatimah. (2024). Dampak Bullying dan Body Shaming Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Perempuan di SMPN 160 Jakarta. *Skripsi*.
- Bimantoro, Yohanes Aldiyasa Setyo., dan Partasari, Wieka Dyah. (2022). Gambaran psychological well-being pada penyintas COVID-19. *Jurnal Psikogenesis*, 10(2). <http://dx.doi.org/10.24854/jps.v10i2.2995>.
- Budiman, Arief., Ramadhan, Jidan., Hidayah, Nanda Nur., Hasmi, Putri Dwi., dan Sandra, Rafika. (2023). Hubungan Dukungan Sosial, Status Sosial Ekonomi dan Usia Dengan Kesejahteraan Psikologis Pasien Pasca Covid-19. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 13(1), 7-15. <https://doi.org/10.24929/fik.v13i1.2477>.
- Cahyani, Cici., Nurheni, Bintang., Tobing, Elisa Br Lumban., dan Nifty, Onyx. (2024). Pengaruh body shaming terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal*



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.

*Insan Pendidikan dan Sosial Humaniora*, vol 2(3).  
<https://doi.org/10.59581/jipsoshum-widyakarya.v2i3.34>.

Elfida, D., Cucuani, H., Isni, D.S., dan Oktari, F. (2024). Adaptasi Psychological Well-Being Scale 18 Items Pada Orang Indonesia. *Laporan Penelitian (Tidak Dipublikasi)*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Eva, Nur., Shanti, Pravissi., Nur Hidayah., dan Moh Bisri. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(3). <https://doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>.

Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A. G., dan Buchner, A. (2007). G\*Power 3: a flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior research methods*, 39(2), 175–191. <https://doi.org/10.3758/bf03193146>.

Fauzia, Tri Fajariani., dan Rahmiaji, Lintang Ratri. (2019). Memahami pengalaman body shaming pada remaja perempuan. *Interaksi Online*, 7(3), 238-248.

Fauziah, L. H., dan Rofiqoh, M. I. (2023). Can Self-Compassion Improve Adolescents Psychological Well-being?. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 14(2), 226–236. <https://doi.org/10.26740/jptt.v14n2.p226-236>.

Febrianti, Thrisia. dan Fuadina, Nabila. (2024). Systematic Literature Review Mindful Self Compassion Protocol. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 13(2), 166-178.

Fitriana, S. A. (2019). Dampak Body Shaming Sebagai Bentuk Kekerasan Terhadap Perempuan. *Tesis*. UIN Jakarta.

Gani, Andika Wahyudi., dan Jalal, Novita Maulidya. (2021). Persepsi Remaja Tentang Body Shaming. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(2).

Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 Edisi 9*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Gultom, Desi Meliana., dan Sari, Elpiana. (2022). Penyuluhan Kesehatan Tentang Perubahan Hormon Masa Pubertas Pada Usia Remaja. *Jurnal Law of Deli Sumatera*, 1(1).

Hamidah, Tjitjik. (2019). Hubungan Religiusitas dengan Psychological Well-Being Pada Anggota Satpamwal Denma Mabes TNI. *IKRAITH-HUMANIORA*, 3(2).



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.
- Hasmarlin, Hanum., dan Hirmaningsih. (2019). Self-Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 15(2). <https://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.7740>.
- Hidayah, N., dan Huriati, H. (2017). KRISIS IDENTITAS DIRI PADA REMAJA "IDENTITY CRISIS OF ADOLESCENCES". *Sulesana: Jurnal Wawasan Keislaman*, 10(1), 49–62. <https://doi.org/10.24252/.v10i1.1851>.
- Hidayat, Rahmad., Malfasari, Eka., dan Herniyanti, Rina. (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 79-86.
- Hidayati, Farida. (2018). Penguatan Karakter Kasih Sayang "Self-Compassion" Melalui Pelatihan Psikodrama. *Proceding*.
- Huu, Long Nguyen., dan Quang, Huy-Ngo. (2022). The impact of self-compassion on psychological well-being among high school students in Ho Chi Minh City of Vietnam: A cross-sectional study. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, 13(3).
- Indri, Firsti Zakia., dan Putra, Gerry Hamdani. (2022). Pengaruh ukuran perusahaan dan konsentrasi pasar terhadap kualitas laporan keuangan pada perusahaan sektor industri barang konsumsi yang terdaftar di bursa efek indonesia pada tahun 2016-2020. *Jurnal Ilmu Manajemen, Ekonomi, dan Kewirausahaan*, 2(2).
- Jalaluddin. (2016). *Psikologi AgamaL Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-prinsip Psikologi (Edisi revisi 2016)*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Karademas, Evangelos C. (2007). Positive and negative aspects of well-being: Common and specific predictors. *Personality and Individual Differences*, vol.43. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.11.031>.
- Karinda, F B. (2020). Belas kasih diri (self-compassion) pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(2), 234-252. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.4.2022.897-906>.
- Kurnia, Andi Annisa., Khumas, Asniar., dan Faradillah Firdaus. (2023). Hubungan Antara Self Compassion Dan Psychological Well Being Pada Dewasa Awal Pasca Putus Cinta. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Humaniora*, 2(4).
- Lestari, Sumi. (2019). Bullying or fat shaming? The risk factors of Body Dysmorphic Disorder (BDD) in teenage girls. *Journal of Advanced Research in Social Sciences and Humanities*, 4(1).
- Melizza, Nur., Kurnia, Anggraini Dwi., Mashfufa, Erma Wahyu., dan Masruroh, Nur Lailatul. (2023). The Relationship Between Body Shaming and Self-

esteem in Students. *KnE Medicine*.  
<https://doi.org/10.18502/kme.v3i2.13084>.

Murni, Maria Goreti., dan Ulandari, Nalda. (2023). Hubungan body shaming dengan perkembangan mental dan psikologis. *Journal of Art, Humanity & Social Studies*, Vol 3(4).

Neff, K. D., dan Costigan, A P. (2014). Self-compassion, wellbeing, and happiness. *Psychologie in Österreich*, 2(3), 114–119.

Neff, K. D., dan Knox, Marissa C. (2017). Self-Compassion. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8\\_1159-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1159-1).

Neff, K. D., dan Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: two different ways of relating to oneself. *Journal of personality*, 77(1), 23–50. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00537>.

Neff, K., dan Germer, C. (2017). Self-Compassion and Psychological WellBeing. *In The Oxford Handbook of Compassion Science*. Oxford University Press.

Neff, Kristin D. (2023). Self-Compassion: Theory, Method, Research, and Intervention. *Annual Review of Psychology*, 74, 193–218. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-032420-031047>.

Neff, Kristin. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and identity*, 2(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860390129863>.

Neff, Kristin. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 1–12. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x>

Octaviana, Nabilah Mahasin., dan Uyun Zahrotul. (2024). Self-compassion pada remaja yang mengalami body shaming. *Naskah Publikasi Thesis*.

Prihartini, Dela., Al Habsy, Bakhrudin., Hariastuti, Retno Tri., dan Christina, Elisabeth. (2023). Faktor-faktor psychological well-being pada remaja. *Jurnal Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, vol.11 (4). <https://doi.org/10.29407/nor.v10i4.21570>.

Rahama, Khalidan., dan Izzati, Umi Anugerah. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Psychological Well-Being Pada Karyawan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7).

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

- Ramadhani, Pratiwi., dan Purba, Anna Wati Dewi. (2024). Gambaran Dampak Psikologis Body Shaming Pada Remaja. *Jurnal Islamika Granada*, 4(2), 77-82.
- Rao, Kriti. (2023). A Study of Self-Compassion and Psychological Wellbeing Among Adolescence. *International Journal of Indian Psychology*, 11(1). <https://doi.org/10.25215/1101.156>.
- Rigby, Ken. (2003). Consequences of Bullying in Schools. *The Canadian Journal of Psychiatry*, vol 48(9). <https://doi.org/10.1177/070674370304800904>.
- Ryan, Richard M., dan Deci, Edward L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual review of psychology*, 52, 141 – 166. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1146/annurev.psych.52.1.141>.
- Ryff, C. D., dan Singer, B. (1996). Psychological well-being: meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14–23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Ryff, Carol D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>.
- Ryff, Carol D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83,10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>.
- Ryff, Carol D., dan Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719>.
- Ryff, Carol D., dan Singer, B.H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>.
- Sakinah. (2018). “ini bukan lelucon”: Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak dan Cara Mengatasinya. *Jurnal Emik*. 1(1).
- Santrock, John W. (2012). *Life-Span Development Ed 13*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sari, D. P., dan Kusumawati, A. (2017). Persepsi Mahasiswa Terhadap Standar Kecantikan Wanita Indonesia. *Jurnal Psikologi*.



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.

- Sartika, Nurul Aisyah., Yusi Riksa Yustiana., dan Ipah Saripah. (2021). Kesejahteraan Psikologis Remaja Korban *Body Shaming*. *Psychocentrum Review*, 3(2), 206-217. <https://doi.org/10.26539/pcr.32721>.
- Sawitri, Dewi., dan Siswati. (2019). Hubungan antara self-compassion dengan psychological well-being pada perawat instalasi rawat inap RSUD Kabupaten Jombang. *Jurnal Empati*, 8(2), 112-117. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.24410>.
- Silaen, Sofar., dan Heriyanto, Yayak. (2013). *Pengantar Statistika Sosial*. Jakarta: In Media.
- Steinsbekk, Silje., Wichstrom, Lars., Stenseng, Frode., Nesi, Jacqueline., Hygen, Beate Wold., dan Skalicka, Vera. (2021). The impact of social media use on appearance self-esteem from childhood to adolescence – A 3-wave community study. *Computers in Human Behavior* 114.
- Sugianto, Dicky., Suwartono, Christiany., dan Sutanto, Sandra Handayani. (2020). Reliabilitas dan Validitas Self-Compassion Scale Versi Bahasa Indonesia. *Jurnal psikologi ulayat*, Vol. 7(2), 177-191. <https://doi.org/10.24854/jpu02020-337>.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Cetakan ke-26)*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Sun, Xiaoyan., Chan, David W., dan Chan, Lai-Kwan. (2016). Self-compassion and psychological well-being among adolescents in Hong Kong: exploring gender differences. *Personality and Individual Differences*, 101, 288-292. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2018.03.029>.
- Tama, Gita Citra., dan Abdinur Batubara. (2024). Body Shaming dan Kepercayaan Diri: Studi Kasus pada Remaja Putri. *Mutiara: Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah*, 2(6). <https://doi.org/10.59059/mutiara.v2i6.1804>.
- Wardi, Rahmi Agustina., dan Ningsih Yuninda Tria. (2021). Kontribusi Self-Compassion Terhadap Pembentukan Psychological Well-Being: Sebuah Studi Literatur. *Ejournal UNP*. <http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2021i1.10754>.



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.

Wells, Ingrid E. (2010). *Psychological Well-Being: Psychology of Emotions, Motivations and Actions*. New York: Nova Science Publishers, Inc.

Widhiarso, Wahyu. (2010). *Uji Linearitas Hubungan* (Manuskrip Tidak Dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada.

Yan, Yan., dan Bissel, Kim. (2014). The Globalization of Beauty: How is Ideal Beauty Influenced by Globally Published Fashion and Beauty Magazines?. *Journal of Intercultural Communication Research*, 194–214.

Yulistiyowati, Niken Ayu Dwi., dan Siti Ina Savira. (2023). Hubungan antara Mindfulness dengan Psychological Well-Being pada Perempuan Dewasa Awal. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(3).

**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.

## LAMPIRAN

### Lampiran A: Lembar Validasi Alat Ukur

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

### SKALA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

#### 1. Definisi Operasional

*Psychological well-being* adalah kondisi individu yang dalam hal ini adalah remaja yang mengalami *body shaming* berfungsi positif dan sehat yang ditandai dengan tercapainya tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri. *Psychological well-being* akan diukur menggunakan alat ukur dari Ryff yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia menjadi *psychological well-being scale* (PWBS) oleh Elfida dkk (2024). Skor tinggi pada *psychological well-being* menandakan bahwa individu tersebut memiliki kondisi mental yang sehat dan berfungsi positif, namun jika skor *psychological well-being* individu rendah akan sebaliknya.

2. Skala yang digunakan : ☐ Buat Sendiri

☐ Terjemahan

☒ Adaptasi

☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem : 18 Aitem

4. Jenis Format dan Respon : Persetujuan (*Rating*)

5. Penilaian Setiap Aitem : STS = Sangat Tidak Setuju

TS = Tidak Setuju

AS = Agak Setuju

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

S = Setuju

SS = Sangat Setuju

## 6. Petunjuk

Pada bagian ini peneliti memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui komponen *psychological well-being* yang meliputi dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), atau Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem: Saya cenderung khawatir tentang apa yang orang lain pikirkan terhadap saya.

R	KR	TR
( ✓ )	(   )	(   )

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut relevan dengan dimensi, maka Bapak/Ibu memberi tanda *checklist* (✓) pada R. Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.



**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.

Dimensi-dimensi	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
Otonomi	1	Saya cenderung dipengaruhi orang-orang yang memiliki pendapat kuat.	√			
	7	Saya meyakini pendapat saya, meskipun bertentangan dengan kesepakatan umum.	√			
	13	Saya menilai diri saya berdasarkan apa yang menurut saya penting, bukan berdasarkan nilai-nilai yang menurut orang lain penting.	√			
Penguasaan Lingkungan	2	Secara umum, saya merasa saya yang bertanggung jawab atas situasi dalam kehidupan saya.	√			
	8	Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya terpuruk.	√			
	14	Saya cukup baik dalam menjalankan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari saya.	√			
Pertumbuhan Pribadi	3	Menurut saya, penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang cara berpikir tentang diri sendiri dan dunia.	√			
	9	Bagi saya, hidup adalah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan.	√			

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.

Hubungan Positif dengan Orang Lain	15	Sudah lama saya menyerah untuk mencoba melakukan peningkatan atau perubahan besar dalam hidup saya.	√			
	4	Menjaga hubungan dekat adalah hal yang sulit dan membuat saya frustrasi.	√			
	10	Orang menggambarkan saya sebagai orang yang murah hati, yang mau menyediakan waktu untuk orang lain.	√			
Tujuan Hidup	16	Saya jarang mengalami hubungan yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain.	√			
	5	Saya menjalani kehidupan hari demi hari dan tidak begitu memikirkan masa depan.	√			
	11	Sebagian orang menjalani kehidupan tanpa tujuan, akan tetapi saya tidak termasuk di antara mereka.	√			
Penerimaan Diri	17	Terkadang saya merasa seolah-olah sudah melakukan semua hal yang harus dilakukan dalam hidup.	√			
	6	Ketika melihat kembali kisah hidup, saya merasa senang dengan bagaimana kehidupan yang sudah berjalan hingga saat 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 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

	dengan bagaimana kehidupan yang sudah berjalan hingga saat ini.				
12	Saya menyukai sebagian besar aspek kepribadian saya.	✓			
18	Dalam banyak hal, saya kecewa atas pencapaian saya dalam kehidupan.	✓			

Catatan:

1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)

Sesuai

2. Bahasa

Jelas

3. Jumlah Aitem

Cukup

Pekanbaru, 08 Desember 2024

Validator,

Dr. Diana Elfida, S.Psi., M.Si., Psikolog

NIP. 19711209 1998003 2002

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR SKALA *SELF-COMPASSION*

### 1. Definisi Operasional

*Self-compassion* adalah bentuk keterbukaan dan kesadaran individu yang dalam hal ini adalah remaja yang mengalami *body shaming* dalam berbelas kasih terhadap penderitaan yang dialami, menerima kondisi diri apa adanya tanpa menghakimi atau mengkritik diri sendiri, serta menyadari bahwa penderitaan dan kegagalan wajar dialami manusia. *Self-compassion* ditandai dengan *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. *Self-compassion* diukur menggunakan alat ukur dari Neff, penelitian ini menggunakan versi yang telah di adaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Sugianto dkk (2020) menjadi Skala Welas Diri (SWD). Skor tinggi pada *self-compassion* menandakan bahwa individu tersebut memiliki keterbukaan dan kesadaran untuk berbelas kasih pada dirinya, namun jika skor *self-compassion* individu rendah akan sebaliknya..

2. Skala yang digunakan : ☐ Buat Sendiri  
☐ Terjemahan  
☒ Adaptasi  
☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem : 26 Aitem

4. Jenis Format dan Respon : Persetujuan (*Rating*)



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.

## 5. Penilaian Setiap Aitem

: 1 = Hampir Tidak Pernah, sampai

5 = Hampir Selalu

## 6. Petunjuk

Pada bagian ini peneliti memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui komponen *self-compassion* yang meliputi dimensi *self-kindness vs self-judgement*, *common humanity vs isolation*, dan *mindfulness vs overidentification*. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan.

Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), atau Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem: Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional.

R  
( ✓ )

KR  
(   )

TR  
(   )

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut relevan dengan dimensi, maka Bapak/Ibu memberi tanda *checklist* (✓) pada R. Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

**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.

Aspek-aspek	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
<i>Self-kindness</i>	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.	√			
	19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan.	√			
	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.	√			
<i>Self-judgement</i>	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	√			

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.

		tidak saya sukai.				
	16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya.	√			
	21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan.	√			
<i>Common humanity</i>	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 dialami manusia pada umumnya.	√			
<i>Isolation</i>	4	Ketika saya memikirkan	√			

© Hak cipta milik 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.

		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 sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.	√			
Mindfulness	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,	√			



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.

		perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan.				
<i>Overidentification</i>	2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah.	✓			
	6	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu.	✓			
	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)

Sesuai

Bahasa

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 Aitem

Cukup

Pekanbaru, 08 Desember

2024

Validator,

Dr. Diana Elfida, S.Psi., M.Si., Psikolog

NIP. 19711209 1998003 2002

UIN SUSKA RIAU

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

### SKALA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

#### 1. Definisi Operasional

*Psychological well-being* adalah kondisi individu yang dalam hal ini adalah remaja yang mengalami *body shaming* berfungsi positif dan sehat yang ditandai dengan tercapainya tujuan hidup, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri. *Psychological well-being* akan diukur menggunakan alat ukur dari Ryff yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia menjadi *psychological well-being scale* (PWBS) oleh Elfida dkk (2024). Skor tinggi pada *psychological well-being* menandakan bahwa individu tersebut memiliki kondisi mental yang sehat dan berfungsi positif, namun jika skor *psychological well-being* individu rendah akan sebaliknya.

2. Skala yang digunakan : ☐ Buat Sendiri

☐ Terjemahan

☒ Adaptasi

☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem : 18 Aitem

4. Jenis Format dan Respon : Persetujuan (*Rating*)

5. Penilaian Setiap Aitem : STS = Sangat Tidak Setuju

TS = Tidak Setuju

AS = Agak Setuju

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

S = Setuju

SS = Sangat Setuju

## 6. Petunjuk

Pada bagian ini peneliti memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui komponen *psychological well-being* yang meliputi dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), atau Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem: Saya cenderung khawatir tentang apa yang orang lain pikirkan terhadap saya.

R	KR	TR
( ✓ )	(   )	(   )

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut relevan dengan dimensi, maka Bapak/Ibu memberi tanda *checklist* (✓) pada R. Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.



**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.

Dimensi-dimensi	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
Otonomi	1	Saya cenderung dipengaruhi orang-orang yang memiliki pendapat kuat.	√			
	7	Saya meyakini pendapat saya, meskipun bertentangan dengan kesepakatan umum.	√			
	13	Saya menilai diri saya berdasarkan apa yang menurut saya penting, bukan berdasarkan nilai-nilai yang menurut orang lain penting.	√			
Penguasaan Lingkungan	2	Secara umum, saya merasa saya yang bertanggung jawab atas situasi dalam kehidupan saya.	√			
	8	Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya terpuruk.	√			
	14	Saya cukup baik dalam menjalankan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari saya.	√			
Pertumbuhan Pribadi	3	Menurut saya, penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang cara berpikir tentang diri sendiri dan dunia.	√			
	9	Bagi saya, hidup adalah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan.	√			

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.

Hubungan Positif dengan Orang Lain	15	Sudah lama saya menyerah untuk mencoba melakukan peningkatan atau perubahan besar dalam hidup saya.	√			
	4	Menjaga hubungan dekat adalah hal yang sulit dan membuat saya frustrasi.	√			
	10	Orang menggambarkan saya sebagai orang yang murah hati, yang mau menyediakan waktu untuk orang lain.	√			
Tujuan Hidup	16	Saya jarang mengalami hubungan yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain.	√			
	5	Saya menjalani kehidupan hari demi hari dan tidak begitu memikirkan masa depan.	√			
	11	Sebagian orang menjalani kehidupan tanpa tujuan, akan tetapi saya tidak termasuk di antara mereka.	√			
Penerimaan Diri	17	Terkadang saya merasa seolah-olah sudah melakukan semua hal yang harus dilakukan dalam hidup.	√			
	6	Ketika melihat kembali kisah hidup, saya merasa senang dengan bagaimana kehidupan yang sudah berjalan hingga saat 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 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

	dengan bagaimana kehidupan yang sudah berjalan hingga saat ini.				
12	Saya menyukai sebagian besar aspek kepribadian saya.	✓			
18	Dalam banyak hal, saya kecewa atas pencapaian saya dalam kehidupan.	✓			

Catatan:

1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)

Oke

2. Bahasa

Oke


3. Jumlah Aitem

18 item, Oke

Pekanbaru,

2024

Validator,

  
 Anggia Kargenti E.M. S.Psi., M.Si.  
 NIP. 19810312 200801 2 013

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

### SKALA *SELF-COMPASSION*

#### 1. Definisi Operasional

*Self-compassion* adalah bentuk keterbukaan dan kesadaran individu yang dalam hal ini adalah remaja yang mengalami *body shaming* dalam berbelas kasih terhadap penderitaan yang dialami, menerima kondisi diri apa adanya tanpa menghakimi atau mengkritik diri sendiri, serta menyadari bahwa penderitaan dan kegagalan wajar dialami manusia. *Self-compassion* ditandai dengan *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. *Self-compassion* diukur menggunakan alat ukur dari Neff, penelitian ini menggunakan versi yang telah di adaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Sugianto dkk (2020) menjadi Skala Welas Diri (SWD). Skor tinggi pada *self-compassion* menandakan bahwa individu tersebut memiliki keterbukaan dan kesadaran untuk berbelas kasih pada dirinya, namun jika skor *self-compassion* individu rendah akan sebaliknya.

2. Skala yang digunakan : ☐ Buat Sendiri  
☐ Terjemahan  
☒ Adaptasi  
☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem : 26 Aitem

4. Jenis Format dan Respon : Persetujuan (Rating)



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.

## 5. Penilaian Setiap Aitem

: 1 = Hampir Tidak Pernah, sampai

5 = Hampir Selalu

## 6. Petunjuk

Pada bagian ini peneliti memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui komponen *self-compassion* yang meliputi dimensi *self-kindness vs self-judgement*, *common humanity vs isolation*, dan *mindfulness vs overidentification*. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan komponen yang diajukan.

Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan (R), Kurang Relevan (KR), atau Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban yang dipilih, mohon Bapak/Ibu memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem: Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional.

R	KR	TR
( ✓ )	(   )	(   )

Jika Bapak/Ibu menilai aitem tersebut relevan dengan dimensi, maka Bapak/Ibu memberi tanda *checklist* (✓) pada R. Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

**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.

Aspek-aspek	No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
<i>Self-kindness</i>	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.	√			
	19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan.	√			
	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.	√			
<i>Self-judgement</i>	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	√			

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.

		tidak saya sukai.				
	16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya.	√			
	21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan.	√			
<i>Common humanity</i>	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 dialami manusia pada umumnya.	√			
<i>Isolation</i>	4	Ketika saya memikirkan	√			

© Hak cipta milik 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.

		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 sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.	√			
Mindfulness	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,	√			





## 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.

		perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan.	✓			
Overidentification	2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah.	✓			
	6	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu.	✓			
	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)

Oke

2. Bahasa

Oke

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.

3. Jumlah Aitem

26 aitem, Oke

Pekanbaru,

2024

Validator,

Anggia Kargenti E.M., S.Psi., M.Si.

NIP. 19810312 200801 2 013

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.

## **Lampiran B: Skala Penelitian**



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## SKALA ONLINE (GOOGLE FORM)

### Penelitian Psikologi

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh, semoga kita semua dalam keadaan sehat wal afiat, aamiin ya rabbal alamin.

Perkenalkan saya Rani Flonia dengan Nim [12160123986](#), mahasiswi S1 Fakultas Psikologi di UIN Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk penyelesaian studi mengenai self-compassion terhadap psychological well-being pada remaja yang mengalami body shaming. Apabila anda:

1. Berusia 18-24 tahun;
2. Pernah mengalami perilaku body shaming;
3. Mengalami perilaku body shaming lebih dari satu kali.

Saya bermaksud mengajak anda untuk dapat berpartisipasi dalam penelitian yang sedang saya lakukan. Namun, sebelum itu terdapat beberapa informasi yang perlu anda ketahui sebelum mengikuti penelitian ini, yaitu:

1. Dalam penelitian ini anda diminta mengisi 2 skala, dengan durasi waktu pengisian sekitar 10 -15 menit.

yang sedang saya lakukan. Namun, sebelum itu terdapat beberapa informasi yang perlu anda ketahui sebelum mengikuti penelitian ini, yaitu:

1. Dalam penelitian ini anda diminta mengisi 2 skala, dengan durasi waktu pengisian sekitar 10 -15 menit.
2. Semua jawaban adalah benar, mohon diisi sesuai dengan situasi atau kondisi yang menggambarkan diri anda.
3. Jawaban yang anda berikan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya pihak yang berkepentingan saja yang dapat mengakses data yaitu Peneliti, Pembimbing, dan Penguji.
4. Penelitian ini bersifat sukarela tanpa adanya paksaan atau tekanan untuk mengisi skala penelitian ini.
5. Tidak ada risiko dalam mengikuti penelitian ini. Namun anda membutuhkan waktu 10-15 menit untuk mengisi skala penelitian. Apabila terdapat pertanyaan lebih lanjut mengenai penelitian ini, silahkan menghubungi melalui email: [ranni.floniaa00@gmail.com](mailto:ranni.floniaa00@gmail.com)

Terimakasih atas perhatian dan partisipasinya.  
Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Hormat saya,  
**Tim Peneliti**

Rani Flonia  
Dr. Diana Elfida, S.Psi., M.Si., Psikolog

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.

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 milik UIN Suska Riau

Inisial \*

Jawaban Anda

Umur (18-24 tahun) \*

Jawaban Anda

Jenis Kelamin \*

- ☐ Laki-laki  
☐ Perempuan

No. Hp (WA) \*

**Ket:** hanya digunakan untuk peneliti menghubungi jika responden terpilih mendapat reward setelah diundi, jika berkenan silahkan diisi.

Jawaban Anda

Pendidikan saat ini \*

- ☐ SMA/MTs  
☐ Diploma  
☐ S1  
☐ Yang lain: \_\_\_\_\_

Pekerjaan (jika bekerja)

Jawaban Anda

Suku \*

Jawaban Anda

Agama \*

- ☐ Islam  
☐ Kristen Protestan

### 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 milik UIN Suska Riau

Suku \*

Jawaban Anda

Agama \*

☐ Islam  
☐ Kristen Protestan  
☐ Kristen Kaholik  
☐ Buddha  
☐ Hindu  
☐ Konghucu  
☐ Yang lain:

Domisili (Provinsi & Kecamatan) \*

Jawaban Anda

Berikutnya Kosongkan formulir

#### Body Shaming

Body shaming merupakan suatu istilah yang mengarah pada kegiatan mengejek, mengolok, mengomentari negatif penampilan fisik orang lain (Fauzia & Rahmaji, 2019). Di bawah ini terdapat beberapa pertanyaan untuk anda, silahkan isi terlebih dahulu sebelum mengisi skala.

Apakah anda pernah mengalami perilaku body shaming? \*

☐ Ya  
☐ Tidak

Seperti apakah perilaku body shaming yang anda terima? \*

☐ Berat Badan  
☐ Tinggi Badan  
☐ Warna Kulit  
☐ Wajah



# Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Seperti apakah perilaku body shaming yang anda terima? \*

☐ Berat Badan

☐ Tinggi Badan

☐ Warna Kulit

☐ Wajah

☐ Rambut

☐ Yang lain: \_\_\_\_\_

Apakah body shaming yang anda alami terjadi secara langsung (melalui ucapan) atau secara tidak langsung (contohnya melalui ketikan di media sosial)? \*

☐ Secara Langsung

☐ Secara Tidak Langsung

☐ Secara Langsung dan Tidak Langsung

☐ Secara Langsung

☐ Secara Tidak Langsung

☐ Secara Langsung dan Tidak Langsung

Berapa kali anda mengalami perilaku body shaming? \*

☐ Kadang-kadang

☐ Sering

☐ Sangat Sering

Apakah anda **bersedia** mengisi skala \* ini tanpa adanya paksaan dari pihak manapun?

☐ Ya

☐ Tidak

Kembali

Berikutnya

Kosongkan formulir

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 1

**STS** = Jika Pernyataan Sangat Tidak Setuju Dengan Kondisi Saudara  
**TS** = Jika Pernyataan Tidak Setuju Dengan Kondisi Saudara  
**AS** = Jika Pernyataan Agak Setuju Dengan Kondisi Saudara  
**S** = Jika Pernyataan Setuju Dengan Kondisi Saudara  
**SS** = Jika Pernyataan Sangat Setuju Dengan Kondisi Saudara

1. Saya cenderung dipengaruhi orang-orang yang memiliki pendapat kuat. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

2. Secara umum, saya merasa saya yang bertanggung jawab atas \*

4. Menjaga hubungan dekat adalah hal yang sulit dan membuat saya frustrasi. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

2. Secara umum, saya merasa saya yang bertanggung jawab atas situasi dalam kehidupan saya. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

3. Menurut saya, penting untuk memiliki pengalaman baru yang menantang cara berpikir tentang diri sendiri dan dunia. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

5. Saya menjalani kehidupan hari demi hari dan tidak begitu memikirkan masa depan. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)





### 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 milik UIN Suska Riau

6. Ketika melihat kembali kisah hidup, saya merasa senang dengan bagaimana kehidupan yang sudah berjalan hingga saat ini. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

7. Saya meyakini pendapat saya, meskipun bertentangan dengan kesepakatan umum. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

10. Orang menggambarkan saya sebagai orang yang murah hati, yang mau menyediakan waktu untuk orang lain. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

8. Tuntutan hidup sehari-hari sering membuat saya terpuruk. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

9. Bagi saya, hidup adalah proses pembelajaran, perubahan, dan pertumbuhan yang berkelanjutan. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)

11. Sebagian orang menjalani kehidupan tanpa tujuan, akan tetapi saya tidak termasuk di antara mereka. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)  
☐ TS (Tidak Setuju)  
☐ AS (Agak Setuju)  
☐ S (Setuju)  
☐ SS (Sangat Setuju)



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 milik UIN Suska Riau

12. Saya menyukai sebagian besar aspek kepribadian saya. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)
- ☐ TS (Tidak Setuju)
- ☐ AS (Agak Setuju)
- ☐ S (Setuju)
- ☐ SS (Sangat Setuju)

13. Saya menilai diri saya berdasarkan apa yang menurut saya penting, bukan berdasarkan nilai-nilai yang menurut orang lain penting. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)
- ☐ TS (Tidak Setuju)
- ☐ AS (Agak Setuju)
- ☐ S (Setuju)
- ☐ SS (Sangat Setuju)

16. Saya jarang mengalami hubungan yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)
- ☐ TS (Tidak Setuju)
- ☐ AS (Agak Setuju)
- ☐ S (Setuju)
- ☐ SS (Sangat Setuju)

14. Saya cukup baik dalam menjalankan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari saya. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)
- ☐ TS (Tidak Setuju)
- ☐ AS (Agak Setuju)
- ☐ S (Setuju)
- ☐ SS (Sangat Setuju)

15. Sudah lama saya menyerah untuk mencoba melakukan peningkatan atau perubahan besar dalam hidup saya. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)
- ☐ TS (Tidak Setuju)
- ☐ AS (Agak Setuju)
- ☐ S (Setuju)
- ☐ SS (Sangat Setuju)

17. Terkadang saya merasa seolah-olah sudah melakukan semua hal yang harus dilakukan dalam hidup. \*

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)
- ☐ TS (Tidak Setuju)
- ☐ AS (Agak Setuju)
- ☐ S (Setuju)
- ☐ SS (Sangat Setuju)

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

18. Dalam banyak hal, saya kecewa \*  
atas pencapaian saya dalam kehidupan.

- ☐ STS (Sangat Tidak Setuju)
- ☐ TS (Tidak Setuju)
- ☐ AS (Agak Setuju)
- ☐ S (Setuju)
- ☐ SS (Sangat Setuju)

Kembali

Berikutnya

Kosongkan  
formulir

2. Ketika saya sedang terpuruk, saya \*  
cenderung terobsesi dan terus  
terpaku pada segala hal yang salah.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

### Skala 2

1 = Hampir Tidak Pernah  
5 = Hampir Selalu

1. Saya tidak menerima dan  
menghakimi kelemahan dan  
kekurangan saya. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

3. Ketika hal-hal buruk terjadi pada  
saya, saya melihat kesulitan hidup  
sebagai bagian hidup yang dilewati  
semua orang. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 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 mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

4. Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

5. Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

6. Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

7. Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

8. Di waktu-waktu yang sangat sulit, \*  
saya cenderung bersikap keras pada  
diri  
saya.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

9. Ketika sesuatu membuat saya \*  
kesal, saya berusaha menjaga emosi  
saya tetap stabil.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

10. Ketika saya merasa tidak mampu \*  
pada beberapa hal, saya  
mengingatkan diri saya bahwa  
perasaan tidak mampu juga  
dirasakan oleh sebagian besar  
orang.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

11. Saya tidak toleran dan tidak \*  
sabar terhadap beberapa aspek  
kepribadian saya yang tidak saya  
sukai.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

12. Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

13. Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

14. Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

15. Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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.

16. Ketika saya melihat aspek-aspek \*  
diri saya yang tidak saya sukai, saya  
merasa sedih pada diri saya.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

17. Ketika saya gagal pada suatu hal \*  
yang penting bagi saya, saya  
berusaha untuk melihatnya sebagai  
sesuatu yang wajar.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

18. Ketika saya sungguh menderita, \*  
saya cenderung merasa bahwa  
orang lain lebih mudah dalam  
menjalani hidup.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

19. Saya baik terhadap diri saya saat \*  
mengalami penderitaan.

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

20. Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

21. Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

22. Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

23. Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

24. Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

25. Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

26. Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai. \*

Hampir tidak pernah

- 1 ☐
- 2 ☐
- 3 ☐
- 4 ☐
- 5 ☐

Hampir selalu

Kembali

Berikutnya

Kosongkan  
formulir



## Penelitian Psikologi

leyhyeong@gmail.com [Ganti akun](#)



Alamat email Anda akan direkam saat formulir ini dikirimkan

**Terimakasih**

atas perhatiannya dan partisipasinya.

Kembali

Kirim

Kosongkan  
formulir

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.

## **Lampiran C: Tabulasi Data *Try Out***

### TABULASI DATA ANALISIS *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18
1	2	5	5	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	5	2	2	2	4
2	1	5	5	1	1	5	5	1	5	3	5	3	5	5	1	1	1	1
3	3	3	5	1	4	3	5	4	5	3	2	1	3	3	5	3	4	3
4	2	3	4	1	4	4	4	4	5	5	2	3	5	4	4	4	4	4
5	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	5	4	2	4
6	3	5	3	4	4	3	4	3	5	3	2	3	3	3	2	3	2	4
7	4	5	5	4	4	4	4	1	5	5	5	3	4	5	5	4	5	4
8	3	5	5	1	3	5	5	2	5	3	3	5	3	5	2	4	2	4
9	2	4	4	2	5	2	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	3	3
10	3	3	3	3	3	5	4	3	5	3	4	2	3	4	3	2	3	3
11	2	5	5	4	4	4	2	1	5	5	4	2	5	4	4	2	3	3
12	3	5	5	5	5	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
13	3	5	5	3	4	5	5	3	5	5	3	5	5	5	4	3	3	4
14	4	5	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	3	4	2	4	4
15	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	3	4	4	4	2	4
16	3	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5
17	3	5	5	1	4	1	4	2	5	3	3	2	5	3	3	1	1	1
18	5	4	4	4	4	2	3	2	5	3	4	3	5	4	4	4	2	2
19	4	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4
20	4	5	5	2	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	2	4
21	3	4	3	2	4	5	3	2	5	4	4	5	4	4	4	5	2	4

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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

### 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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

22	1	5	5	4	4	5	5	3	5	5	5	4	5	5	4	4	3	4
23	2	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
24	2	4	5	4	5	4	2	3	5	4	5	4	5	5	3	3	4	4
25	4	5	3	5	4	5	3	5	5	4	5	5	5	4	4	5	1	4
26	2	4	4	4	4	3	3	4	5	4	4	5	5	5	4	4	1	4
27	2	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	5	4	3	3
28	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	2	5
29	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	5
30	4	4	5	4	3	5	4	3	5	5	1	3	5	3	1	5	1	1
31	2	5	5	2	4	2	2	3	4	2	3	2	5	4	1	3	1	1
32	2	2	4	4	5	5	2	5	5	3	5	3	5	5	4	4	2	5
33	1	4	4	3	3	3	1	4	5	4	5	4	4	2	3	5	5	5
34	3	5	5	3	4	4	2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4
35	1	5	5	3	5	3	4	2	5	4	5	3	4	4	4	3	3	3
36	4	5	5	3	5	3	3	2	5	5	5	3	3	5	3	4	1	4
37	2	5	4	4	5	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4
38	4	5	5	3	4	4	2	4	5	5	5	4	4	4	4	4	2	4
39	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
40	1	5	5	2	4	4	5	2	5	5	4	3	5	5	2	1	3	2
41	2	5	5	4	5	3	2	5	5	3	5	3	3	3	5	5	2	5
42	3	5	3	4	5	3	2	2	4	3	3	4	3	5	3	2	3	1
43	3	5	5	4	4	4	3	3	5	3	4	4	5	3	4	3	5	5
44	3	4	5	2	5	4	5	2	5	5	5	4	4	5	4	1	1	3
45	3	5	5	1	4	4	4	3	5	4	5	4	4	4	3	2	4	4



### 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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

46	1	5	5	1	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2
47	1	5	3	2	4	4	5	3	5	5	2	3	3	1	1	3	4	3
48	4	5	5	5	5	4	4	4	5	3	4	3	4	4	4	3	2	4
49	2	5	5	4	4	5	4	2	5	3	4	5	5	3	3	5	3	5
50	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4
51	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	2	4
52	2	5	5	4	4	4	3	3	5	5	5	5	5	5	4	4	2	5
53	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3
54	3	3	4	4	5	3	3	3	5	4	4	4	3	4	4	4	2	3
55	2	5	5	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3
56	1	3	5	1	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2
57	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
58	2	5	5	4	4	4	4	4	5	3	3	5	3	3	4	4	2	4
59	4	5	5	3	3	3	3	4	4	2	4	4	5	3	3	1	1	3
60	3	3	3	1	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3
61	3	5	5	3	3	3	3	2	5	5	5	3	4	3	4	3	2	3
62	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	5	2	4	4	4	2	5	4
63	3	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	2	4	2	2
64	2	5	5	4	4	3	4	4	5	3	5	3	3	4	4	4	4	5
65	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
66	3	4	3	3	3	4	4	3	5	3	2	4	4	4	3	3	3	3
67	2	5	5	4	4	5	4	2	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3
68	1	5	4	2	4	2	4	1	4	3	3	2	2	3	2	1	3	1
69	3	5	3	4	4	5	5	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4

70	4	4	4	3	4	4	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	2	4
71	2	4	4	4	4	5	5	4	5	2	5	5	5	4	4	1	2	4
72	2	5	5	4	4	3	5	2	5	5	5	5	5	3	4	2	2	2
73	3	5	5	1	4	2	4	2	5	2	3	3	5	4	4	2	4	4
74	3	5	5	4	4	5	4	2	5	4	3	3	3	5	4	4	2	4
75	2	5	5	3	4	2	4	4	5	4	3	4	3	3	5	3	4	2
76	2	4	3	2	2	2	4	2	5	3	4	2	4	4	3	2	2	1
77	3	5	3	4	3	3	3	2	5	3	3	4	5	3	1	1	3	1
78	2	5	5	4	5	4	3	2	5	4	4	3	4	4	4	4	2	2
79	3	5	5	4	5	5	4	3	5	4	5	4	5	5	4	5	3	2
80	2	1	2	5	4	5	4	1	5	5	3	3	2	4	4	4	5	1
81	2	3	2	4	1	4	4	2	4	4	2	4	4	3	1	2	2	2
82	3	5	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4
83	3	4	4	3	4	1	3	1	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3
84	3	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	5	2	5
85	4	5	4	3	4	2	3	4	5	3	3	5	3	3	4	1	3	3
86	1	5	4	3	2	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	4	2	2
87	3	5	5	5	5	5	4	3	5	4	5	5	5	3	2	3	3	3
88	2	5	5	4	4	4	4	2	5	4	2	4	5	4	4	2	2	4
89	3	5	3	4	4	5	3	4	5	3	5	5	5	5	4	3	4	4
90	3	4	5	4	4	4	2	4	5	4	2	3	3	4	4	4	4	4
91	3	5	5	2	4	4	4	2	4	5	5	4	4	4	4	4	2	4
92	4	4	5	2	4	4	4	3	5	2	2	5	5	3	4	3	3	4
93	3	5	4	4	4	2	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	5	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.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun.

### 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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

94	1	5	2	1	4	5	2	1	5	3	3	3	2	3	3	5	1	1
95	3	3	5	3	5	3	3	4	5	3	3	3	3	3	2	3	4	1
96	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	3	5	5	5	5	4	2	4
97	2	5	4	2	4	4	2	2	4	3	5	2	3	3	4	1	4	2
98	5	5	5	4	4	5	5	3	5	5	5	5	5	3	4	5	1	3
99	2	3	3	1	2	4	3	3	4	5	2	2	3	3	2	1	2	2
100	2	3	5	1	4	2	3	4	5	3	4	4	2	4	2	3	2	2
101	2	5	5	4	4	4	4	1	5	4	4	2	2	3	4	4	2	5
102	2	4	5	1	4	4	4	2	5	3	4	2	5	3	4	5	4	3
103	3	5	5	1	4	3	3	1	5	2	2	4	4	3	3	1	4	2
104	2	5	4	2	2	2	4	1	5	4	4	3	4	4	2	2	2	1
105	2	4	4	4	4	5	3	4	5	4	4	5	3	4	4	4	4	4
106	2	4	5	3	4	4	4	4	4	5	5	3	5	3	3	4	4	4
107	3	5	4	2	4	3	3	2	5	4	3	3	3	4	4	2	2	3
108	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	1	5	5	5	5	5	4	5
109	2	5	5	1	3	5	3	3	5	3	5	5	5	5	2	1	1	2
110	2	5	5	1	4	4	5	1	5	2	2	5	4	4	1	1	1	1
111	2	5	3	4	4	3	4	4	5	4	1	2	4	5	4	3	2	4
112	2	3	5	4	4	5	4	2	5	3	3	4	4	3	4	4	2	4
113	3	4	5	4	4	2	4	1	4	4	3	4	4	4	4	2	2	1
114	3	5	5	2	4	3	4	1	5	3	4	2	4	3	1	3	1	1
115	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	5	4
116	4	4	3	2	4	4	3	2	4	3	4	4	5	5	3	2	3	4
117	3	5	5	2	4	4	3	2	5	4	4	3	4	4	2	2	2	3

118	2	5	5	2	5	2	3	1	5	5	5	2	2	4	4	1	2	2
119	2	5	4	4	5	3	5	2	5	5	3	5	3	5	2	2	1	1
120	1	5	3	4	5	5	3	5	5	4	3	5	5	4	4	2	2	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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t





TABEL DATA ANALISIS *SELF-COMPASSION*

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15	A16	A17	A18
1	3	4	3	3	5	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3
2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2
3	5	2	4	2	4	2	3	4	3	3	5	2	2	2	4	2	3	1
4	1	4	5	2	4	4	5	4	5	5	4	4	2	5	4	2	4	4
5	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4
6	5	4	5	4	4	3	5	2	5	5	3	5	5	5	4	2	4	4
7	5	5	4	5	5	4	3	1	5	3	2	5	1	5	4	3	4	1
8	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3
9	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	1	3	2	3	4	2	3	3
10	2	3	4	1	4	2	3	2	5	4	3	4	2	4	4	1	4	2
11	3	3	4	2	4	3	5	1	3	5	1	3	2	3	4	1	3	2
12	4	5	5	2	3	2	5	2	5	5	5	3	3	3	5	5	3	3
13	1	3	5	1	5	2	4	1	5	5	2	5	3	5	1	1	5	3
14	2	3	3	4	4	4	4	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3
15	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	2
16	3	2	5	2	4	3	5	1	2	2	1	4	2	1	2	2	2	1
17	4	2	5	1	2	3	5	1	5	5	1	3	1	5	5	1	5	1
18	4	2	4	2	4	3	5	2	2	4	3	4	2	3	4	3	2	2
19	3	4	4	2	4	4	4	2	2	4	2	4	3	2	4	3	4	2
20	5	3	4	4	5	5	4	3	4	4	4	5	4	3	4	4	3	5
21	1	4	4	4	4	3	5	2	4	4	2	5	2	4	4	4	4	2

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.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun.

### 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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

22	1	2	4	2	3	4	4	2	3	4	2	5	1	3	4	1	3	1
23	4	3	3	3	5	3	5	4	5	3	5	3	3	3	3	3	2	3
24	1	4	4	2	3	2	5	1	2	5	2	3	1	2	5	1	5	3
25	1	3	5	4	4	4	5	1	2	5	3	4	3	2	4	3	2	2
26	1	5	3	5	5	5	5	2	5	4	4	4	1	5	4	1	5	1
27	4	3	4	3	5	4	5	2	5	5	4	5	2	4	4	2	4	2
28	1	5	3	5	5	5	3	4	5	3	5	5	5	5	3	5	5	5
29	2	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3
30	3	2	5	2	2	1	5	2	2	5	1	4	1	2	4	1	4	1
31	4	3	5	1	5	2	5	1	5	5	1	5	1	4	3	1	5	1
32	4	5	5	1	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	2	4
33	3	3	5	4	4	4	5	4	3	5	4	5	1	4	5	1	5	1
34	3	5	5	4	4	3	5	2	5	5	3	3	4	3	5	1	5	5
35	3	2	2	2	4	4	4	3	4	3	3	5	3	3	4	3	3	1
36	2	4	5	4	4	4	5	2	3	5	3	4	1	5	5	1	5	1
37	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	5	3	4	4	4	4
38	4	3	3	3	3	4	4	3	5	4	4	3	3	3	3	3	3	4
39	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
40	4	2	2	1	2	2	2	1	5	3	2	2	1	3	3	1	3	2
41	4	4	4	4	4	3	5	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3
42	4	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	2	3	3	1	3	2
43	4	3	4	3	5	4	2	5	3	4	4	4	2	3	3	3	4	2
44	1	3	5	2	1	2	5	1	2	2	1	3	1	4	3	1	2	1
45	2	2	3	2	4	1	4	4	3	3	4	3	1	3	3	1	3	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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

46	2	3	3	2	4	2	4	2	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3
47	5	1	2	5	5	3	5	4	3	3	5	5	1	1	1	3	5	3
48	3	4	3	3	4	3	4	1	5	5	3	5	4	4	4	2	4	5
49	3	4	5	5	5	5	5	4	5	4	2	5	3	5	4	4	4	2
50	5	3	4	3	4	2	4	2	3	4	4	4	1	3	4	3	3	2
51	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3
52	4	5	5	1	5	2	5	4	3	5	4	5	1	3	4	2	5	1
53	4	2	3	2	3	3	4	1	3	3	2	3	2	3	2	1	2	2
54	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3
55	3	1	4	2	4	1	4	2	3	4	3	4	1	5	4	2	4	1
56	1	2	4	2	5	2	4	3	4	4	2	5	2	4	4	2	4	2
57	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4
58	3	4	3	5	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3
59	1	4	3	2	2	1	4	1	3	4	2	2	1	3	3	1	3	1
60	3	2	3	2	3	2	4	3	5	4	2	3	1	4	5	2	4	1
61	4	3	4	2	5	3	5	4	2	5	5	4	2	2	5	3	2	2
62	2	2	4	2	3	1	4	3	3	4	2	3	1	3	4	1	3	1
63	3	3	3	3	4	3	5	3	3	4	3	4	4	4	4	2	3	4
64	2	4	3	4	4	4	5	3	4	5	4	4	3	4	4	4	4	3
65	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3
66	4	1	3	1	4	1	2	4	3	4	4	3	1	3	3	2	2	1
67	4	2	5	3	4	2	5	2	3	4	3	4	2	4	4	2	4	2
68	2	1	3	1	3	1	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	2	1
69	2	3	4	3	4	3	4	2	3	5	4	4	4	2	4	3	3	3

### 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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

70	3	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
71	3	3	5	3	4	3	4	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3
72	3	3	3	3	5	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
73	3	2	2	4	3	3	2	2	4	1	4	2	1	2	1	2	4	3
74	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3
75	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3
76	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4	2	2	2	3	4	1	3	2
77	2	4	4	1	4	2	5	2	3	3	3	4	1	3	3	3	2	2
78	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	5	5	2	3	2
79	5	3	4	3	5	4	4	3	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4
80	1	4	3	1	5	2	1	1	4	5	1	2	5	3	1	1	3	1
81	3	2	4	3	3	2	4	4	2	4	4	2	2	2	4	2	3	2
82	4	3	5	4	5	4	5	3	4	5	4	5	4	4	5	4	4	4
83	4	4	3	3	3	4	4	3	5	2	2	4	2	5	2	2	2	2
84	3	5	2	4	3	4	4	3	4	3	5	3	4	2	3	4	3	3
85	2	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2
86	4	1	3	1	5	1	3	2	2	3	4	3	1	2	2	2	2	2
87	5	5	4	4	5	5	5	2	4	4	1	4	4	5	4	1	5	2
88	3	3	2	4	4	3	4	3	5	4	3	4	3	4	4	2	4	2
89	2	5	2	5	3	5	4	2	5	3	5	5	4	4	4	3	4	4
90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
91	3	5	5	5	3	5	4	1	4	5	2	3	5	4	4	3	4	3
92	2	3	4	3	2	4	4	2	3	4	2	3	2	3	4	2	3	4
93	1	2	3	1	3	1	4	1	4	4	3	3	1	4	2	1	2	2



### 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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

94	5	5	3	1	2	1	3	1	3	3	1	4	1	3	3	1	2	1
95	2	1	3	4	4	3	5	2	3	3	2	4	2	3	3	2	3	2
96	5	4	5	5	5	4	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3
97	2	4	5	1	2	4	4	1	1	4	1	1	4	4	4	2	4	4
98	4	3	5	3	3	3	5	2	5	5	3	5	4	5	5	1	5	5
99	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	5	2	1	3	2
100	3	1	3	2	2	2	2	1	4	3	2	2	1	2	3	1	2	2
101	1	1	4	1	5	2	4	1	3	3	2	2	2	3	4	3	2	2
102	4	1	3	4	2	1	2	2	4	3	1	3	2	4	2	3	1	4
103	3	2	5	2	4	3	5	2	5	1	4	2	2	2	5	1	5	2
104	4	3	4	4	3	2	5	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	2
105	4	5	3	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3
106	2	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	3	2	4	4	2	4	3
107	2	5	4	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
108	4	4	4	2	5	2	5	2	5	5	1	5	2	4	5	1	5	4
109	2	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3
110	5	3	5	1	1	5	2	1	1	1	1	1	1	2	5	1	1	1
111	3	2	3	4	4	3	4	2	4	3	4	3	2	2	4	2	4	3
112	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2	5	1
113	3	1	3	1	3	1	3	2	3	3	3	2	2	3	3	1	2	3
114	1	3	5	1	5	3	3	1	5	3	2	4	1	4	2	1	4	1
115	5	3	3	3	5	3	3	2	3	3	4	5	3	3	3	3	3	3
116	3	3	3	4	3	3	4	1	5	3	2	3	2	5	5	3	3	2
117	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	3	2

118	3	1	5	1	2	2	3	1	3	3	2	2	1	3	4	1	3	1
119	2	1	3	3	2	1	5	1	5	1	2	3	4	4	1	1	1	3
120	5	2	3	5	3	1	5	2	5	5	2	3	1	3	5	1	3	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
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



**Tabel Lanjutan**

No.	A19	A20	A21	A22	A23	A24	A25	A26
1	5	3	3	4	4	4	4	4
2	4	1	1	4	2	2	2	3
3	4	2	3	4	2	4	2	1
4	4	1	4	4	3	3	4	5
5	4	2	3	4	4	3	3	4
6	5	4	5	4	5	5	2	4
7	3	1	4	5	3	3	2	3
8	4	4	3	3	4	4	4	4
9	3	3	2	3	2	3	4	3
10	3	2	2	5	3	2	2	4
11	2	1	2	3	2	2	2	3
12	4	2	5	4	2	4	5	5
13	5	1	1	5	5	1	1	5
14	3	2	4	4	2	3	3	3
15	5	3	4	3	3	3	3	3
16	4	1	3	4	4	1	1	4
17	2	3	3	4	5	5	3	5
18	4	3	2	3	3	3	1	3
19	4	2	2	4	4	3	3	3
20	5	3	4	4	5	3	4	5
21	4	2	4	4	4	4	1	4
22	5	2	1	4	5	2	1	5
23	4	3	5	3	5	3	3	5
24	2	2	1	3	4	2	3	3
25	4	1	2	3	5	4	2	3
26	5	3	4	5	5	4	1	5
27	4	2	4	4	4	4	2	4
28	5	5	5	2	4	5	5	4
29	4	3	3	4	4	4	3	4
30	5	1	2	1	4	1	1	1
31	5	4	1	3	5	4	1	5
32	4	4	4	3	2	1	4	1
33	3	3	4	5	5	3	3	4
34	5	3	5	3	4	3	5	5
35	5	3	5	4	4	4	3	4
36	4	1	1	5	5	2	2	3

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.

37	3	3	4	4	4	4	4	3
38	2	3	3	4	3	4	3	4
39	4	3	3	3	4	3	3	4
40	2	2	1	5	4	1	1	5
41	4	2	5	3	4	2	4	3
42	3	3	3	3	4	3	3	3
43	3	2	3	4	4	3	2	4
44	1	2	2	2	1	3	2	2
45	2	2	3	2	3	3	2	4
46	4	3	3	3	3	3	2	3
47	1	1	4	1	5	4	4	3
48	3	3	2	4	2	4	2	3
49	4	3	5	3	4	4	3	3
50	3	3	3	3	3	3	2	3
51	3	3	3	2	3	3	3	2
52	3	3	5	3	4	5	1	5
53	3	2	3	2	4	3	2	3
54	4	2	4	3	4	4	3	4
55	3	1	2	4	4	1	1	3
56	5	2	2	4	5	2	2	5
57	3	3	3	3	3	3	4	3
58	4	3	4	4	4	4	3	3
59	3	1	4	2	5	3	1	5
60	3	1	2	4	3	2	1	4
61	4	4	5	3	4	3	3	5
62	3	1	4	2	2	2	1	3
63	4	3	3	4	4	3	4	3
64	4	3	4	5	4	4	4	4
65	4	3	5	3	4	4	3	4
66	3	4	5	2	4	2	1	3
67	3	3	2	4	5	3	2	4
68	2	1	1	2	3	1	1	2
69	3	4	3	4	3	4	3	3
70	3	3	4	3	3	4	3	3
71	4	3	5	3	2	3	3	4
72	4	3	3	3	5	5	3	5
73	2	1	1	2	4	1	1	4
74	4	4	4	4	4	4	3	3
75	4	3	3	3	3	4	2	4



### 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.

76	3	3	2	3	3	3	3	3
77	5	3	3	3	3	4	2	3
78	4	2	4	4	3	3	2	4
79	5	4	5	4	4	4	4	4
80	1	1	1	4	3	5	1	5
81	3	2	4	2	4	3	3	4
82	5	4	4	3	5	4	3	4
83	1	2	2	3	3	3	2	3
84	3	3	5	4	3	4	5	3
85	3	2	3	3	2	2	2	4
86	2	1	2	2	2	3	2	2
87	4	4	4	5	3	5	3	4
88	4	1	3	4	4	4	3	3
89	3	4	3	5	4	4	4	5
90	3	3	3	3	3	3	3	3
91	2	4	4	4	3	3	4	4
92	2	2	2	3	2	3	3	4
93	4	3	3	2	2	4	1	3
94	2	1	1	3	1	4	1	2
95	2	2	2	3	3	3	1	2
96	5	3	5	5	5	5	4	5
97	5	1	4	1	4	1	1	2
98	5	2	3	5	5	4	3	5
99	3	4	2	1	5	5	2	3
100	2	2	2	2	3	2	1	2
101	2	1	2	3	3	1	1	2
102	1	1	2	3	2	2	4	3
103	3	1	5	2	4	2	2	1
104	4	2	4	3	4	4	2	4
105	5	2	3	3	4	4	3	4
106	2	2	5	4	2	2	4	4
107	3	3	3	3	3	4	1	4
108	5	1	3	5	5	2	5	5
109	3	3	2	3	4	5	2	4
110	1	5	1	3	1	5	1	1
111	3	2	4	3	4	3	3	3
112	3	2	2	3	4	4	2	3
113	2	2	2	3	3	2	2	4
114	2	5	1	4	2	5	1	3

**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.

115	5	3	3	3	4	3	3	4
116	2	3	2	4	4	3	3	3
117	2	2	3	2	2	3	2	3
118	2	1	1	3	3	1	2	3
119	4	1	2	2	2	2	1	2
120	5	1	1	3	5	1	1	5



**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.

## **Lampiran D: Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem**

## HASIL UJI RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

### 1. Reliabilitas Sebelum Mengeluarkan Aitem Gugur

Case Processing Summary				Reliability Statistics	
		N	%	Cronbach's Alpha	N of Items
Cases	Valid	120	100.0	.772	18
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0		
	Total	120	100.0		

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	62.52	60.823	.279	.767
Y02	60.67	63.787	.120	.776
Y03	60.82	62.067	.229	.770
Y04	62.03	56.184	.453	.753
Y05	61.17	59.838	.444	.757
Y06	61.35	58.767	.385	.759
Y07	61.44	63.459	.112	.778
Y08	62.27	58.096	.377	.760
Y09	60.48	63.798	.207	.770
Y10	61.39	60.223	.353	.762
Y11	61.38	59.348	.324	.764
Y12	61.49	57.697	.463	.753
Y13	61.18	59.916	.361	.761
Y14	61.23	60.533	.363	.761
Y15	61.73	56.029	.546	.746
Y16	61.98	56.067	.443	.754
Y17	62.44	61.997	.144	.779
Y18	61.97	53.226	.604	.738

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. Reliabilitas Setelah Mengeluarkan Aitem Gugur

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.789	15

#### 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 UJI RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM *SELF-COMPASSION*

### 1. Reliabilitas Sebelum Mengeluarkan Aitem Gugur

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	120	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	120	100.0

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.885	26

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	78.77	192.937	.161	.889
X02	78.75	181.735	.543	.879
X03	78.08	195.136	.151	.887
X04	78.97	180.285	.539	.879
X05	78.11	185.744	.490	.880
X06	78.86	181.350	.575	.878
X07	77.87	188.570	.382	.883
X08	79.48	189.092	.347	.884
X09	78.23	187.705	.390	.883
X10	78.12	187.331	.428	.882
X11	78.92	184.749	.450	.881
X12	78.23	182.197	.605	.878
X13	79.35	180.196	.568	.878
X14	78.43	189.440	.357	.883
X15	78.21	189.292	.358	.883

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

X16	79.49	184.067	.488	.880
X17	78.45	185.275	.492	.880
X18	79.35	184.582	.466	.881
X19	78.40	181.889	.541	.879
X20	79.38	186.642	.417	.882
X21	78.76	178.857	.578	.878
X22	78.48	186.840	.454	.881
X23	78.28	187.041	.405	.882
X24	78.66	185.084	.439	.882
X25	79.33	180.641	.582	.878
X26	78.28	186.289	.445	.881

## 2. Reliabilitas Setelah Mengeluarkan Aitem Gugur

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.891	24

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.

## **Lampiran E: Data Demografi Penelitian**



### DATA DEMOGRAFI PENELITIAN

No	Umur	Jenis Kelamin	Pendidikan	Pekerjaan (jika bekerja)	Suku	Agama	Provinsi
1	22	Perempuan	S1		jawa	Islam	Riau
2	22	Laki-laki	SMA/MTs		Minang	Islam	Riau
3	20	Laki-laki	S1		Melayu	Islam	Riau
4	20	Laki-laki	S1		Melayu	Islam	Riau
5	21	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
6	22	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
7	19	Perempuan	S1		Minang	Islam	Sumatera Barat
8	23	Perempuan	S1		Batak	Islam	Riau
9	21	Perempuan	S1		Minang	Islam	Sumatera Utara
10	21	Laki-laki	S1		Minang	Islam	Riau
11	21	Perempuan	SMA/MTs	Karyawan toko baju	Minang	Islam	Riau
12	22	Perempuan	S1		minang	Islam	Riau
13	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
14	21	Perempuan	Diploma		Batak	Kristen Protestan	Riau
15	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
16	20	Perempuan	S1		Minangkabau	Islam	Riau
17	20	Perempuan	S1		Batak	Islam	Riau
18	22	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
19	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
20	24	Laki-laki	S2		Minang Jawa	Islam	Jawa Tengah
21	21	Perempuan	S1		Batak	Kristen Protestan	Riau



22	21	Perempuan	S1		batak toba	Kristen Protestan	Riau
23	20	Perempuan	S1	Karyawan swasta	Minang	Islam	Riau
24	21	Perempuan	S1	Guru dan wirausaha	Minang	Islam	Riau
25	21	Perempuan	S1		Batak	Islam	Riau
26	21	Laki-laki	S1		Melayu	Islam	Riau
27	20	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
28	21	Perempuan	SMA/MTs	tenaga mengajar	minang	Islam	Riau
29	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
30	21	Perempuan	SMA/MTs	Tenaga mengajar	Minang	Islam	Riau
31	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
32	19	Perempuan	S1		Domo	Islam	Riau
33	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
34	23	Perempuan	SMA/MTs	Tenaga kerja	Jawa	Islam	Riau
35	21	Laki-laki	S1	Jual tahu bakso	Minang	Islam	Riau
36	21	Perempuan	S1	Barista	Jawa	Islam	Riau
37	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
38	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
39	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
40	22	Perempuan	S1		melayu	Islam	Riau
41	22	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
42	21	Perempuan	S1		Minangkabau	Islam	Sumatera Barat
43	21	Laki-laki	S1		Minang	Islam	Jawa Barat
44	19	Laki-laki	S1		minang	Islam	Riau
45	21	Laki-laki	S1		betawi	Islam	Jawa Barat
46	24	Laki-laki	S1		Jambak	Islam	Sumatera Barat



47	21	Laki-laki	S1		Minang	Islam	Riau
48	22	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
49	21	Laki-laki	Diploma		Batak	Kristen Protestan	Riau
50	21	Perempuan	S1		Batak Toba	Kristen Protestan	Sumatera Utara
51	20	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
52	22	Perempuan	SMA/MTs	Beauty Advisor	Batak	Islam	Riau
53	19	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
54	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
55	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
56	21	Laki-laki	Diploma	Freelance	Melayu	Islam	Kepulauan Riau
57	21	Perempuan	S1		melayu	Islam	Riau
58	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
59	20	Laki-laki	S1		Melayu	Islam	Riau
60	21	Perempuan	S1		Mandailiang	Islam	Sumatera Barat
61	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
62	21	Perempuan	S1		Minangkabau	Islam	Riau
63	24	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
64	21	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
65	22	Perempuan	S1		Batak	Islam	Riau
66	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
67	21	Perempuan	S1		Batak	Islam	Riau
68	22	Perempuan	SMA/MTs	Penulis	Minang	Islam	Sumatera Barat
69	20	Perempuan	S1	Karyawan swasta	Minang	Islam	Riau
70	21	Perempuan	SMA/MTs		Minang	Islam	Riau
71	21	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau



72	18	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	Riau
73	20	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
74	21	Perempuan	S1		minang	Islam	Riau
75	21	Perempuan	S1		melayu	Islam	Riau
76	24	Laki-laki	S1		Minang	Islam	Riau
77	20	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Kepulauan Riau
78	20	Perempuan	Diploma		Batak	Kristen Protestan	Riau
79	21	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
80	21	Laki-laki	S1		Minang	Islam	Riau
81	23	Perempuan	S1	Admin HR	Melayu	Islam	DKI Jakarta
82	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
83	22	Laki-laki	SMA/MTs	Wirausaha,petani,guru mengaji	Jawa	Islam	Riau
84	21	Perempuan	SMA/MTs		Minang	Islam	Riau
85	20	Perempuan	S1		minang	Islam	Riau
86	22	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
87	18	Perempuan	S1		jawa betawi	Islam	DKI Jakarta
88	22	Perempuan	S1		Minang	Islam	Sumatera Barat
89	24	Laki-laki	S1		Minang	Islam	Riau
90	22	Perempuan	SMA/MTs	karyawan swasta	minang	Islam	Kepulauan Riau
91	18	Laki-laki	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
92	23	Laki-laki	Diploma	Admin	Melayu	Islam	Kalimantan Barat
93	21	Perempuan	Diploma		minang	Islam	Riau
94	22	Perempuan	S1		Jawa, Banjar	Islam	Kalimantan Tengah
95	21	Perempuan	Diploma		Sumatra	Islam	Banten
96	23	Perempuan	Diploma	CPNS	Minang	Islam	Sumatera Barat





97	22	Perempuan	S1	Guru	Jawa	Islam	Banten
98	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
99	20	Laki-laki	S1	Pedagang	Jawa	Islam	Sumatera Utara
100	18	Perempuan	S1		Banjar	Islam	Kalimantan Selatan
101	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
102	22	Perempuan	S1	Asisten apoteker	Alas	Islam	Aceh
103	20	Perempuan	S1	Pramuniaga	Jawa	Islam	Jawa Tengah
104	24	Perempuan	Diploma	Admin	Sunda	Islam	Jawa Barat
105	19	Perempuan	S1		batak	Islam	Sumatera Utara
106	21	Perempuan	S1		Makassar	Islam	Sulawesi Selatan
107	21	Perempuan	S1		jawa	Islam	Jawa Timur
108	23	Laki-laki	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
109	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Kalimantan Timur
110	19	Perempuan	SMA/MTs	jaga playground	jawa	Islam	Jawa Timur
111	19	Laki-laki	Diploma	desain grafis	Jawa	Islam	Jawa Timur
112	18	Perempuan	S1		-	Islam	Jambi
113	19	Perempuan	SMA/MTs		Sunda	Islam	Jawa Barat
114	21	Perempuan	S1		Sunda - Jawa	Islam	DKI Jakarta
115	21	Perempuan	Diploma		Melayu	Islam	Riau
116	19	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Banten
117	18	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Kristen Protestan	Jawa Tengah
118	18	Laki-laki	S1		jawa	Islam	Jawa Tengah
119	21	Perempuan	S1		Batak	Islam	Sumatera Utara
120	21	Perempuan	Diploma	TTK APOTEK	Jawa	Kristen Protestan	Jawa Timur
121	23	Perempuan	S1		Buton	Islam	Sulawesi Tenggara



122	21	Laki-laki	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
123	18	Laki-laki	S1		Betawi	Islam	Banten
124	24	Perempuan	SMA/MTs		Melayu	Islam	Kalimantan Barat
125	22	Perempuan	Diploma	Guru	Sunda	Islam	Jawa Barat
126	21	Perempuan	S1	Pedagang kecil	Banten	Islam	Banten
127	24	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Bali
128	24	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
129	21	Perempuan	S1		Jawa	Kristen Kaholik	DI Yogyakarta
130	23	Perempuan	S1		Bugis	Islam	Sulawesi Selatan
131	23	Perempuan	S2	Guru honorer	Madura	Islam	Jawa Timur
132	23	Perempuan	Diploma		jawa	Islam	Jawa Timur
133	18	Perempuan	SMA/MTs		Lampung	Islam	Jawa Barat
134	23	Perempuan	S1	Asisten apoteker	Jawa	Islam	Jawa Barat
135	20	Perempuan	S1		Aneuk jamee	Islam	Aceh
136	20	Perempuan	SMA/MTs		sunda	Islam	Jawa Barat
137	18	Perempuan	S1	kasir	jawa	Islam	Jawa Timur
138	20	Laki-laki	Diploma		Melayu	Islam	Riau
139	19	Perempuan	S1		jawa	Islam	Sumatera Utara
140	23	Perempuan	S1	freelance/part time stand minuman	sunda	Islam	Jawa Barat
141	22	Laki-laki	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
142	21	Laki-laki	S1		Jawa	Islam	Jawa Barat
143	23	Perempuan	S1	Recruitment support	Betawi	Islam	Jawa Barat
144	18	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Sumatera Selatan
145	21	Perempuan	S1		Lampung	Islam	Lampung



146	22	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	DKI Jakarta
147	22	Perempuan	S1		Batak	Kristen Protestan	Sumatera Utara
148	22	Laki-laki	S1		sunda	Islam	Jawa Barat
149	22	Perempuan	S1		Minang	Islam	Sumatera Barat
150	19	Perempuan	S1		aceh	Islam	Aceh
151	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
152	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
153	19	Perempuan	S1		jawa	Islam	Riau
154	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Sumatera Barat
155	21	Laki-laki	S1		melayu	Islam	Riau
156	22	Perempuan	SMA/MTs	Karyawan swasta	sunda	Islam	Banten
157	21	Perempuan	SMA/MTs	Guru ngaji	Jawa	Islam	Jawa Timur
158	22	Laki-laki	S1		Batak	Islam	Sumatera Utara
159	18	Perempuan	S1		Bugis	Islam	Sulawesi Selatan
160	22	Perempuan	S1		madura	Islam	Jawa Timur
161	20	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Jawa Barat
162	20	Laki-laki	SMA/MTs	freelancer	sunda	Islam	Jawa Barat
163	21	Perempuan	SMA/MTs	Admin	Batak	Islam	Sumatera Utara
164	18	Perempuan	SMA/MTs	barista	jawa	Islam	Maluku
165	21	Perempuan	Diploma		Jawa x madura	Islam	Jawa Timur
166	20	Perempuan	S1	Waitress	Batak	Kristen Protestan	Kalimantan Timur
167	19	Perempuan	SMK	Karyawan pt	jawa	Islam	Jawa Tengah
168	23	Perempuan	SMA/MTs	Pegawai swasta	Sunda	Islam	Jawa Barat
169	21	Perempuan	Diploma		Jawa	Islam	Jawa Tengah
170	20	Perempuan	SMA/MTs	Jaga stand makanan	Melayu	Islam	Riau

171	21	Perempuan	S1		Banjar	Islam	Kalimantan Selatan
172	23	Perempuan	S1		Flores	Kristen Kaholik	DI Yogyakarta
173	22	Perempuan	Diploma	Freelance	Batak	Kristen Protestan	Jawa Barat
174	21	Perempuan	S1		Jawa	Kristen Protestan	Jawa Timur
175	18	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Kalimantan Timur
176	19	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	Jawa Barat
177	24	Perempuan	S1		Selayar	Islam	Sulawesi Tenggara
178	19	Perempuan	S1		minang	Islam	Sumatera Barat
179	18	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Sumatera Utara
180	19	Perempuan	S1		Ambon	Islam	Maluku
181	21	Perempuan	SMA/MTs		minang	Islam	Sumatera Barat
182	18	Perempuan	SMA/MTs		Sunda	Islam	Jawa Barat
183	21	Perempuan	S1		Suku Buol	Islam	Sulawesi Tengah
184	20	Perempuan	S1	Operator produksi	Jawa	Islam	Jawa Tengah
185	19	Perempuan	S1	staf toko	betawi	Islam	DKI Jakarta
186	21	Perempuan	Diploma	Asisten apoteker	jawa	Islam	Banten
187	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jambi
188	21	Perempuan	S1	Secwan	Betawi	Islam	DKI Jakarta
189	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Sulawesi Tengah
190	20	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Jawa Barat
191	20	Perempuan	S1		jawa	Islam	Jawa Timur
192	18	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
193	23	Laki-laki	S1	Guru	Jawa	Islam	Banten
194	22	Laki-laki	S1		Melayu	Islam	Riau
195	20	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Jawa Barat





196	20	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Jawa Barat
197	21	Perempuan	S1		Sekayu & Komering	Islam	Sumatera Selatan
198	19	Perempuan	S1	Sales	Jawa	Islam	Banten
199	23	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
200	22	Perempuan	S1		Buton	Islam	Sulawesi Tenggara
201	21	Laki-laki	S1	Tenaga Kesehatan	Sunda	Islam	Jawa Barat
202	18	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	Jawa Timur
203	18	Perempuan	SMK		sunda	Islam	Jawa Barat
204	24	Perempuan	S1		Minang	Islam	Sumatera Utara
205	21	Laki-laki	Diploma	bidan	jawa	Islam	Lampung
206	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Jambi
207	22	Perempuan	SMA/MTs		Batak	Kristen Protestan	Sumatera Utara
208	21	Perempuan	Diploma		Jawa	Islam	Riau
209	22	Perempuan	S1		Dayak	Islam	Kalimantan Tengah
210	20	Perempuan	S1	Freelance	Jawa	Islam	Banten
211	22	Laki-laki	SMA/MTs		Batak	Kristen Protestan	Riau
212	20	Perempuan	S1		Batak	Islam	Riau
213	21	Perempuan	SMA/MTs	Baker	Melayu	Islam	Riau
214	19	Laki-laki	S1		Jawa	Islam	DI Yogyakarta
215	22	Laki-laki	Profesi		Bali	Hindu	Bali
216	21	Perempuan	SMA/MTs		sunda	Islam	Jawa Barat
217	19	Perempuan	SMA/MTs	Admin	Sunda	Islam	Jawa Barat
218	18	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Sumatera Selatan
219	24	Laki-laki	S1		Jawa-Serawai	Islam	Bengkulu
220	24	Perempuan	S1		Batak	Islam	Kepulauan Riau



221	23	Perempuan	S1	Guru	Jawa Betawi	Islam	Banten
222	19	Perempuan	SMA/MTs	pegawai toko	jawa	Islam	Jambi
223	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Sumatera Selatan
224	23	Perempuan	SMK		Jawa	Islam	Jawa Tengah
225	21	Perempuan	S1		Batak	Kristen Protestan	Kepulauan Riau
226	23	Laki-laki	S1		Bugis	Islam	Sulawesi Selatan
227	24	Perempuan	S1	karyawan swasta	Jawa	Islam	Jawa Timur
228	22	Perempuan	Diploma		jawa	Islam	Jawa Tengah
229	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
230	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	DI Yogyakarta
231	22	Perempuan	S1		Lampung	Islam	Lampung
232	22	Laki-laki	S1	Karyawan swasta	Chinese-Jawa	Islam	Jawa Timur
233	18	Perempuan	SMA/MTs		Sunda	Islam	Jawa Barat
234	19	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Banten
235	23	Perempuan	S1	Wirausaha	Jawa	Islam	Jawa Timur
236	20	Perempuan	SMA/MTs	Penulis	Sunda	Islam	Jawa Barat
237	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
238	22	Perempuan	S1	Kader	Melayu	Islam	Bangka Belitung
239	24	Perempuan	S1	Perawat	Melayu	Islam	Bengkulu
240	20	Perempuan	S1		-	Islam	Jawa Timur
241	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Kalimantan Timur
242	19	Perempuan	S1		Bugis	Islam	Bengkulu
243	18	Perempuan	S1		bugis	Islam	Sulawesi Tenggara
244	21	Laki-laki	S1		Jawa	Islam	Maluku
245	22	Perempuan	S1	sales	Sunda	Islam	DKI Jakarta



246	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
247	20	Perempuan	S1	Karyawan	Jawa	Islam	Lampung
248	23	Perempuan	S1	Administrasi	Bali	Hindu	Bali
249	21	Perempuan	S1		jawa	Islam	Lampung
250	21	Perempuan	S1		Dayak	Kristen Kaholik	Kalimantan Barat
251	20	Laki-laki	Diploma		SundaXMelayu	Islam	Bangka Belitung
252	21	Laki-laki	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
253	23	Laki-laki	Diploma	PT.Taman Midi Anggun	Jawa	Islam	Aceh
254	22	Perempuan	Diploma		sunda	Islam	Kalimantan Selatan
255	23	Perempuan	S1		Palembang	Islam	Sumatera Selatan
256	23	Perempuan	S1	buruh harian lepas	sunda	Islam	Jawa Barat
257	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
258	24	Perempuan	SMA/MTs	Wirausaha	Jawa	Islam	Jawa Barat
259	20	Perempuan	S1	freelance	Lampung	Islam	Lampung
260	21	Perempuan	S1		bugis tolaki	Islam	Sulawesi Tenggara
261	18	Perempuan	SMA/MTs	waiters	melayu	Islam	Jambi
262	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
263	23	Perempuan	Diploma	Bidan	Melayu	Islam	Sumatera Selatan
264	18	Perempuan	Diploma		jawa	Islam	Riau
265	24	Perempuan	S1	Guru	Jawa	Islam	Banten
266	21	Perempuan	S1	Crew outlet	Jawa	Islam	Kalimantan Selatan
267	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Banten
268	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Bangka Belitung
269	21	Perempuan	S1		Nias	Kristen Protestan	Sumatera Utara
270	18	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur



271	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
272	21	Perempuan	S1		Minang	Islam	Jawa Barat
273	22	Perempuan	SMA/MTs	Wirausaha	Melayu	Islam	Kalimantan Barat
274	19	Laki-laki	S1		Sunda x Palembang	Islam	Sumatera Selatan
275	20	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Jawa Barat
276	21	Perempuan	S1		batak	Kristen Protestan	Kalimantan Tengah
277	22	Perempuan	Diploma		Jawa dayak	Kristen Protestan	Kalimantan Tengah
278	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
279	22	Perempuan	S1		jawa	Islam	Jawa Tengah
280	19	Perempuan	SMA/MTs		melayu	Islam	Sulawesi Selatan
281	18	Laki-laki	Diploma		Batak Toba	Kristen Protestan	Sumatera Selatan
282	23	Laki-laki	Diploma	Junior operator oil movement	Minang	Islam	Jawa Tengah
283	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jambi
284	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
285	20	Perempuan	S1		Sunda X Betawi	Islam	Jawa Barat
286	23	Perempuan	SMA/MTs	anak event	teteh sunda tp tinggal di tangsel	Islam	Jawa Barat
287	19	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Sumatera Utara
288	18	Laki-laki	S1		Rejang	Islam	Bengkulu
289	24	Laki-laki	SMA/MTs	Berdagang	Jawa	Islam	Kalimantan Barat
290	19	Perempuan	S1		Banjar	Islam	Kalimantan Timur
291	22	Perempuan	S1		Bugis	Islam	Kepulauan Riau
292	20	Perempuan	Diploma		minang	Islam	Sumatera Barat
293	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
294	21	Perempuan	S1	Privatles	Batak	Kristen Protestan	Sumatera Utara





295	20	Perempuan	S1	Guru les privat	Batak	Islam	Sumatera Utara
296	23	Perempuan	Diploma		Jawa	Islam	DKI Jakarta
297	21	Perempuan	S1		Batak	Kristen Protestan	Sumatera Utara
298	19	Laki-laki	S1	Freelance	Jawa	Islam	Jawa Timur
299	21	Perempuan	Diploma		chaniago	Islam	Sumatera Barat
300	23	Perempuan	S1		Batak	Kristen Protestan	Sumatera Utara
301	21	Perempuan	Diploma		Jawa	Islam	Jawa Tengah
302	24	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	Jawa Timur
303	20	Perempuan	SMA/MTs	wiraswasta	Sunda	Islam	Jawa Barat
304	22	Laki-laki	S1		Bugis-Makassar	Islam	Sulawesi Barat
305	22	Perempuan	S1		betawi	Islam	Jawa Barat
306	22	Perempuan	S1	Guru	Jawa	Islam	Jawa Timur
307	24	Perempuan	SMA/MTs	pekerja part time	jawa	Islam	Kepulauan Riau
308	22	Perempuan	S1		Sasak	Islam	Nusa Tenggara Barat
309	21	Perempuan	S1	part time	Osing	Islam	Jawa Timur
310	24	Laki-laki	S1	freelance	betawi	Islam	Jawa Barat
311	18	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
312	20	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Sumatera Barat
313	21	Perempuan	S1	Guru	Jawa	Islam	Jawa Timur
314	18	Perempuan	S1		Buton	Islam	Maluku Utara
315	23	Perempuan	Profesi		Jawa	Islam	Jawa Timur
316	20	Perempuan	S1		Sasak	Islam	Nusa Tenggara Barat
317	20	Laki-laki	S1		jawa	Islam	Jawa Timur
318	22	Perempuan	S1		Mandar	Islam	Kalimantan Timur
319	19	Perempuan	Diploma		Jawa	Islam	Jawa Barat



320	21	Perempuan	S1	berdagang	jawa	Islam	Jawa Tengah
321	22	Perempuan	SMA/MTs	Sales	Melayu	Islam	Riau
322	20	Perempuan	Diploma		Jawa	Islam	Jawa Timur
323	19	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
324	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
325	18	Perempuan	S1		Pasma	Islam	Bengkulu
326	18	Perempuan	Diploma		Sunda	Islam	Jawa Barat
327	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
328	22	Perempuan	S1		Makassar	Islam	Sulawesi Selatan
329	23	Perempuan	SMA/MTs	operator	jawa	Islam	Jawa Timur
330	19	Perempuan	Sarjana Terapan		jawa	Islam	Jawa Barat
331	21	Laki-laki	Diploma	Pemilik warung sarapan kecil	Bugis+jawa	Islam	Sulawesi Selatan
332	20	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
333	20	Perempuan	Diploma		Minang	Islam	Sumatera Barat
334	21	Perempuan	S1	Mengajar les private	Melayu	Islam	Kalimantan Barat
335	20	Perempuan	S1		minang	Islam	Jambi
336	19	Perempuan	S1		selayar	Islam	Sulawesi Selatan
337	23	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Sumatera Utara
338	20	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Lampung
339	21	Perempuan	SMA/MTs	Pegawai toko	Sunda	Islam	Jambi
340	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Lampung
341	19	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	DKI Jakarta
342	24	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
343	21	Perempuan	S1		Bali	Hindu	Bali
344	19	Perempuan	S1		jawa	Islam	Jawa Timur



345	18	Perempuan	S1		Sabu	Kristen Protestan	Nusa Tenggara Timur
346	19	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Jawa Barat
347	19	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	DI Yogyakarta
348	22	Perempuan	S1		chaniaagooo	Islam	Riau
349	20	Perempuan	S1		sasak	Islam	Nusa Tenggara Barat
350	20	Perempuan	SMK	waitress	jawa	Islam	DI Yogyakarta
351	19	Perempuan	S1		Aceh	Islam	Sumatera Barat
352	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	DKI Jakarta
353	19	Perempuan	S1		Jawa-Banjar	Islam	Kalimantan Selatan
354	18	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	Jawa Timur
355	19	Perempuan	SMA/MTs		Karo	Kristen Kaholik	Sumatera Utara
356	18	Perempuan	SMA/MTs		melayu	Islam	Bangka Belitung
357	20	Perempuan	SMA/MTs	Karyawan laundry	Jawa	Islam	Banten
358	21	Perempuan	SMA/MTs		Sunda	Islam	Jawa Barat
359	19	Perempuan	S1		minang	Islam	Sumatera Barat
360	21	Perempuan	S1	Mengajar	Jawa	Islam	Jawa Tengah
361	18	Perempuan	SMA/MTs		sunda	Islam	Jawa Barat
362	23	Perempuan	S2		Gorontalo	Islam	DI Yogyakarta
363	20	Perempuan	SMA/MTs	Beauty therapist	Jawa	Islam	Jawa Barat
364	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
365	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Riau
366	20	Perempuan	SMA/MTs	waiter	jawa	Kristen Protestan	Lampung
367	20	Perempuan	Diploma		Karo	Islam	Sumatera Utara
368	21	Perempuan	Diploma		jawa	Islam	Riau



369	23	Perempuan	S1		Gayo	Islam	Aceh
370	23	Perempuan	S1		Jawa	Islam	DI Yogyakarta
371	23	Perempuan	S1	Karyawan Swasta	Jawa	Islam	DKI Jakarta
372	22	Perempuan	S1		Bali	Hindu	Bali
373	22	Perempuan	S1	Bisnis kecil-kecilan	Melayu	Islam	Sumatera Utara
374	21	Perempuan	SMA/MTs	Bantu ibu doang si di pasar	Jawa	Islam	Jawa Timur
375	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
376	23	Perempuan	SMA/MTs	TLM	Piliang (Minang)	Islam	Sumatera Barat
377	21	Laki-laki	S1	Tukang Fotokopi	Mandar	Islam	Sulawesi Barat
378	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
379	21	Laki-laki	S1		Melayu	Islam	Riau
380	20	Perempuan	S1		Bugis	Hindu	Sulawesi Selatan
381	23	Perempuan	S1	Wiraswasta	Melayu	Islam	Kalimantan Barat
382	19	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
383	22	Perempuan	S1		Batak Toba	Kristen Protestan	Riau
384	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
385	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Aceh
386	18	Perempuan	S1		bugis	Islam	Sulawesi Selatan
387	19	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Aceh
388	18	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
389	22	Perempuan	SMA/MTs	Guru Bimbel	Dayak	Kristen Protestan	Kalimantan Selatan
390	18	Laki-laki	SMA/MTs		Bugis	Islam	Sulawesi Tengah
391	22	Perempuan	Diploma		Bugis	Islam	Sulawesi Tenggara
392	18	Perempuan	Diploma		Jawa	Islam	Jawa Timur
393	21	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Jambi





394	20	Laki-laki	S1	Part time	Jawa	Islam	Kalimantan Timur
395	22	Perempuan	Diploma		Sunda	Islam	Jawa Barat
396	22	Laki-laki	S1	Staf Biro	Minang	Islam	Riau
397	19	Perempuan	S1		Jawa Melayu	Islam	Jawa Timur
398	18	Perempuan	SMA/MTs		Dayak	Islam	Kalimantan Tengah
399	22	Perempuan	S1		Minang	Islam	Jambi
400	21	Perempuan	SMK		jawa	Islam	Jawa Timur
401	18	Perempuan	SMK		Minangkabau	Islam	Sumatera Barat
402	18	Perempuan	Diploma		jawa	Islam	Jawa Tengah
403	21	Perempuan	S1	guru	jawa	Islam	Jawa Timur
404	18	Perempuan	SMA/MTs		jawa	Islam	Jawa Timur
405	24	Laki-laki	S1	Karyawna Swasta	Minang	Kristen Protestan	Kalimantan Timur
406	18	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	Jawa Barat
407	19	Perempuan	S1		sunda	Islam	Jawa Barat
408	18	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	Jawa Timur
409	20	Perempuan	S1		jawa	Islam	Jawa Tengah
410	22	Perempuan	S1		Madura	Islam	Jawa Timur
411	21	Perempuan	Diploma		jawa	Islam	Jawa Tengah
412	18	Perempuan	S1		jawa	Islam	Jawa Timur
413	22	Perempuan	S1		Melayu	Islam	Riau
414	20	Perempuan	S1	Pedagang aksesoris	Sunda	Islam	Jawa Barat
415	22	Perempuan	S1		melayu	Islam	Bangka Belitung
416	23	Perempuan	S1		Gorontalo	Islam	Sulawesi Utara
417	22	Perempuan	S1	TTK	Jawa	Islam	Sulawesi Tenggara
418	18	Perempuan	S1		jawa	Islam	Banten



419	21	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
420	22	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
421	21	Perempuan	Pondok Pesantren		-	Islam	Kepulauan Riau
422	19	Perempuan	S1		Minangkabau	Islam	Jawa Timur
423	18	Perempuan	SMA/MTs		jawa	Islam	Jawa Tengah
424	23	Perempuan	Diploma		Alas	Islam	Nusa Tenggara Timur
425	19	Perempuan	S1		Batak	Islam	Sumatera Utara
426	22	Perempuan	S1		Bugis (sulsel)	Islam	Sulawesi Selatan
427	18	Perempuan	SMA/MTs		Jawa	Islam	Bengkulu
428	24	Perempuan	S1		Maluku	Kristen Protestan	Sulawesi Selatan
429	22	Perempuan	S1		Kei (kota Tual, Maluku)	Islam	Maluku
430	21	Perempuan	S1		JAWA	Islam	DI Yogyakarta
431	21	Perempuan	S1		Chaniago	Islam	Riau
432	23	Perempuan	S1	Guru	Jawa	Islam	Lampung
433	21	Perempuan	S1		Minang	Islam	Riau
434	22	Perempuan	S1		Mandailing	Islam	Sumatera Utara
435	18	Perempuan	S1		Bugis	Islam	Sulawesi Tengah
436	20	Perempuan	S1		Bugis	Islam	Sulawesi Selatan
437	23	Perempuan	S1		Jawa-Flores	Kristen Kaholik	Papua Barat Daya
438	18	Perempuan	Diploma		Batak	Kristen Protestan	Sumatera Selatan
439	19	Perempuan	S1		Batak	Kristen Protestan	Sumatera Utara
440	18	Perempuan	SMK		Jawa	Islam	Jawa Tengah
441	23	Perempuan	S1	Departemen	Batak	Kristen Protestan	Sulawesi Selatan
442	18	Perempuan	SMA/MTs	Kasir	Jawa	Islam	DI Yogyakarta



443	21	Perempuan	Diploma		Sunda	Islam	Jawa Barat
444	18	Perempuan	SMK		Jawa	Islam	Jawa Timur
445	21	Perempuan	SMA/MTs	Buruh pabrik	Jawa	Islam	Jawa Tengah
446	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Tengah
447	22	Perempuan	S1		Bugis	Islam	Sulawesi Selatan
448	21	Laki-laki	S1		Jawa dan Sunda	Kristen Protestan	Jawa Barat
449	18	Perempuan	SMK	Sales marketing	Minangkabau	Islam	Sumatera Utara
450	21	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
451	23	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
452	23	Perempuan	S1		Jawa	Islam	DI Yogyakarta
453	22	Perempuan	Diploma		Jawa	Islam	Kalimantan Timur
454	21	Perempuan	S1		Sunda	Islam	Jawa Barat
455	18	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
456	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
457	21	Perempuan	S1	Admin	Tionghoa	Buddha	Riau
458	21	Perempuan	S1	QC Spray Painting	Melayu	Islam	Kepulauan Riau
459	24	Perempuan	S1	Karyawan Swasta	Jawa	Islam	Jawa Timur
460	20	Perempuan	S1		Jawa	Islam	Jawa Timur
461	21	Perempuan	S1		Kutai	Islam	Kalimantan Timur
462	21	Laki-laki	SMA/MTs	Security	Jawa	Islam	Jawa Timur
463	22	Perempuan	S1	jualan buket	Jawa	Islam	Jawa Tengah
464	20	Perempuan	S1	crew store	jawa	Islam	Jambi

**Tabel Lanjutan**

No	Pernah Mengalami	Body Shaming			Ketersediaan
		Bentuk	Pengalaman	Kapan	
1	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
2	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
3	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
4	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
5	Ya	Wajah;Postur Tubuh	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
6	Ya	Berat Badan	Secara Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
7	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
8	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
9	Ya	Berat Badan	Secara Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
10	Ya	Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
11	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
12	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
13	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
14	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
15	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
16	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
17	Ya	Berat Badan;	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
18	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
19	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
20	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
21	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya



22	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
23	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
24	Ya	Berat Badan;	Secara Langsung	Sering	Ya
25	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
26	Ya	Tinggi Badan;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
27	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
28	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
29	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
30	Ya	Berat Badan	Secara Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
31	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
32	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
33	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
34	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
35	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
36	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
37	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
38	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
39	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
40	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
41	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
42	Ya	Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
43	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
44	Ya	Tinggi Badan	Secara Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
45	Ya	Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
46	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya

47	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
48	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
49	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
50	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
51	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
52	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
53	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
54	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
55	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
56	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
57	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
58	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
59	Ya	Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
60	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
61	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
62	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Bentuk Tubuh	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
63	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
64	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
65	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
66	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
67	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
68	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
69	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
70	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
71	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya

72	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
73	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
74	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
75	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
76	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
77	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
78	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
79	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
80	Ya	Postur Tubuh	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
81	Ya	Postur Tubuh	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
82	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
83	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
84	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
85	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
86	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Sering	Ya
87	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
88	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
89	Ya	Tinggi Badan	Secara Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
90	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
91	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung	Sering	Ya
92	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Sering	Ya
93	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
94	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
95	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
96	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya

97	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
98	Ya	Berat Badan;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
99	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
100	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
101	Ya	Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Sering	Ya
102	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
103	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
104	Ya	Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
105	Ya	Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
106	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
107	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
108	Ya	Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
109	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
110	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
111	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
112	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
113	Ya	Gigi	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
114	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
115	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
116	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
117	Ya	Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
118	Ya	Gigi	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
119	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
120	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
121	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya



122	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
123	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
124	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
125	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
126	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
127	Ya	Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
128	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
129	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
130	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
131	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
132	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
133	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
134	Ya	Berat Badan;Rambut	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
135	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
136	Ya	Berat Badan;Wajah;Bau Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
137	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
138	Ya	Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
139	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
140	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
141	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
142	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
143	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
144	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
145	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
146	Ya	Wajah;Gigi	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya

147	Ya	Wajah;Suara	Secara Langsung	Sering	Ya
148	Ya	Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
149	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
150	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
151	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
152	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung	Sering	Ya
153	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
154	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
155	Ya	Warna Kulit;Gigi	Secara Langsung	Sering	Ya
156	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
157	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
158	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
159	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
160	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
161	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
162	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
163	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
164	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
165	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
166	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
167	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut;gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
168	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
169	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
170	Ya	Gigi	Secara Langsung	Sering	Ya
171	Ya	Berat Badan;Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya

172	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
173	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
174	Ya	Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
175	Ya	Cadel	Secara Langsung	Sering	Ya
176	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
177	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
178	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
179	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
180	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Sering	Ya
181	Ya	Wajah;Gigi	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
182	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
183	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
184	Ya	Berat Badan;Wajah;	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
185	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
186	Ya	Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
187	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
188	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
189	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
190	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
191	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
192	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
193	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
194	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
195	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
196	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya

197	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
198	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
199	Ya	Tinggi Badan;Bentuk tubuh	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
200	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Rambut	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
201	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
202	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
203	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
204	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
205	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
206	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
207	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
208	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Sering	Ya
209	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
210	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Kulit Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
211	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
212	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
213	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
214	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
215	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
216	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
217	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
218	Ya	Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
219	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
220	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
221	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya



222	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
223	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
224	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Sering	Ya
225	Ya	Cadel	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
226	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
227	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
228	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
229	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
230	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
231	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
232	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
233	Ya	Wajah;Rambut	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
234	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
235	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
236	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
237	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
238	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Cadel	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
239	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
240	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
241	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
242	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
243	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
244	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
245	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
246	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya

247	Ya	Berat Badan;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
248	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
249	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
250	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
251	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
252	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
253	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
254	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
255	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
256	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
257	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
258	Ya	Warna Kulit;Wajah;Cadel	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
259	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
260	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
261	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
262	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
263	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
264	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
265	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
266	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
267	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
268	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
269	Ya	Berat Badan;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
270	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
271	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya

272	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
273	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
274	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
275	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
276	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
277	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
278	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
279	Ya	Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
280	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
281	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
282	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
283	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
284	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
285	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
286	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
287	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
288	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
289	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Sering	Ya
290	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
291	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
292	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
293	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
294	Ya	Berat Badan;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
295	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
296	Ya	Berat Badan;Rambut;Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya

297	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
298	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
299	Ya	Berat Badan;Wajah;Rambut;gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
300	Ya	Wajah;Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
301	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
302	Ya	Berat Badan;Wajah;Bau Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
303	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Postur Tubuh	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
304	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
305	Ya	Berat Badan;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
306	Ya	Berat badan;Cara Berpakaian; Gigi	Secara Langsung	Sering	Ya
307	Ya	Berat Badan;Wajah;Postur Tubuh	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
308	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
309	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
310	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
311	Ya	Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
312	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
313	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
314	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
315	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
316	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
317	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
318	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
319	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
320	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Postur Tubuh	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
321	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya



322	Ya	Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
323	Ya	Berat Badan;Wajah;Gigi	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
324	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
325	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
326	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
327	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
328	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
329	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
330	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
331	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
332	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
333	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
334	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
335	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
336	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
337	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
338	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
339	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
340	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah;Rambut;Wajah;Cacat Tangan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
341	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
342	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
343	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
344	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
345	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Sering	Ya
346	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya

347	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
348	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
349	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
350	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
351	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
352	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
353	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
354	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
355	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
356	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
357	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
358	Ya	Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
359	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
360	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
361	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
362	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
363	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut;Gigi	Secara Langsung	Sering	Ya
364	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
365	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
366	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
367	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
368	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
369	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
370	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
371	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya

372	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
373	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
374	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
375	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
376	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
377	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
378	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
379	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
380	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
381	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
382	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
383	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
384	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
385	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
386	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
387	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
388	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
389	Ya	Berat Badan;Wajah;Hidung	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
390	Ya	Gigi	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
391	Ya	Berat Badan;Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
392	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
393	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
394	Ya	Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
395	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung	Sering	Ya
396	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya

397	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
398	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
399	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
400	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
401	Ya	Tinggi Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
402	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
403	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
404	Ya	Berat Badan	Secara Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
405	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
406	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
407	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
408	Ya	Berat Badan;Postur Tubuh	Secara Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
409	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
410	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
411	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
412	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
413	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
414	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
415	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
416	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
417	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
418	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
419	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
420	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
421	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya



422	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
423	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
424	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
425	Ya	Berat Badan	Secara Langsung	Sering	Ya
426	Ya	Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
427	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
428	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
429	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
430	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
431	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
432	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
433	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
434	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
435	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung	Sering	Ya
436	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
437	Ya	Berat Badan;Wajah;Rambut	Secara Langsung	Sering	Ya
438	Ya	Berat Badan;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
439	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
440	Ya	Berat Badan;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
441	Ya	Berat Badan;Wajah;Rambut;Gigi	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
442	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
443	Ya	Berat Badan;Rambut	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
444	Ya	Tinggi Badan;Postur Tubuh	Secara Langsung	Sering	Ya
445	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
446	Ya	Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya

447	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
448	Ya	Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
449	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sangat Sering	Ya
450	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
451	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
452	Ya	Tubuh	Secara Langsung	Kadang-kadang	Ya
453	Ya	Berat Badan;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
454	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
455	Ya	Tinggi Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
456	Ya	Berat Badan;Tinggi Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
457	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya
458	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sangat Sering	Ya
459	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
460	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung	Sering	Ya
461	Ya	Berat Badan	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
462	Ya	Berat Badan;Warna Kulit	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
463	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Wajah	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Kadang-kadang	Ya
464	Ya	Berat Badan;Warna Kulit;Rambut	Secara Langsung dan Tidak Langsung	Sering	Ya

2. Dengan mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau pengolahan informasi.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

**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.

## **Lampiran F: Tabulasi Data Penelitian**

## TABULASI DATA PENELITIAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*

No	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	A14	A15
1	2	5	2	4	4	2	4	4	4	4	4	5	2	2	4
2	1	5	1	1	5	1	5	3	5	3	5	5	1	1	1
3	3	5	1	4	3	4	5	3	2	1	3	3	5	3	3
4	2	4	1	4	4	4	5	5	2	3	5	4	4	4	4
5	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	5	4	4
6	3	3	4	4	3	3	5	3	2	3	3	3	2	3	4
7	4	5	4	4	4	1	5	5	5	3	4	5	5	4	4
8	3	5	1	3	5	2	5	3	3	5	3	5	2	4	4
9	2	4	2	5	2	3	4	3	4	2	3	4	4	4	3
10	3	3	3	3	5	3	5	3	4	2	3	4	3	2	3
11	2	5	4	4	4	1	5	5	4	2	5	4	4	2	3
12	3	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
13	3	5	3	4	5	3	5	5	3	5	5	5	4	3	4
14	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	3	3	4	2	4
15	3	4	4	4	4	4	4	4	5	3	3	4	4	4	4
16	3	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	4	4	5
17	3	5	1	4	1	2	5	3	3	2	5	3	3	1	1
18	5	4	4	4	2	2	5	3	4	3	5	4	4	4	2
19	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4
20	4	5	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4
21	3	3	2	4	5	2	5	4	4	5	4	4	4	5	4
22	1	5	4	4	5	3	5	5	5	4	5	5	4	4	4
23	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
24	2	5	4	5	4	3	5	4	5	4	5	5	3	3	4
25	4	3	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4
26	2	4	4	4	3	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4
27	2	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	5	4	3
28	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5
29	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5
30	4	5	4	3	5	3	5	5	1	3	5	3	1	5	1
31	2	5	2	4	2	3	4	2	3	2	5	4	1	3	1
32	2	4	4	5	5	5	5	3	5	3	5	5	4	4	5
33	1	4	3	3	3	4	5	4	5	4	4	2	3	5	5
34	3	5	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4
35	1	5	3	5	3	2	5	4	5	3	4	4	4	3	3
36	4	5	3	5	3	2	5	5	5	3	3	5	3	4	4
37	2	4	4	5	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4
38	4	5	3	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4
39	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

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

40	1	5	2	4	4	2	5	5	4	3	5	5	2	1	2
41	2	5	4	5	3	5	5	3	5	3	3	3	5	5	5
42	3	3	4	5	3	2	4	3	3	4	3	5	3	2	1
43	3	5	4	4	4	3	5	3	4	4	5	3	4	3	5
44	3	5	2	5	4	2	5	5	5	4	4	5	4	1	3
45	3	5	1	4	4	3	5	4	5	4	4	4	4	3	2
46	1	5	1	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	2
47	1	3	2	4	4	3	5	5	2	3	3	1	1	3	3
48	4	5	5	5	4	4	5	3	4	3	4	4	4	3	4
49	2	5	4	4	5	2	5	3	4	5	5	3	3	5	5
50	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4
51	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4
52	2	5	4	4	4	3	5	5	5	5	5	5	5	4	4
53	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3
54	3	4	4	5	3	3	5	4	4	4	3	4	4	4	3
55	2	5	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	2
56	1	5	1	2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3
57	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
58	2	5	4	4	4	4	5	3	3	5	3	3	4	4	4
59	4	5	3	3	3	4	4	2	4	4	5	3	3	1	3
60	3	3	1	3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3
61	3	5	3	3	3	2	5	5	5	3	4	3	4	3	3
62	3	3	2	4	4	3	4	3	5	2	4	4	4	2	4
63	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	2	4
64	2	5	4	4	3	4	5	3	5	3	3	4	4	4	5
65	3	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
66	3	3	3	3	4	3	5	3	2	4	4	4	4	3	3
67	2	5	4	4	5	2	3	4	3	3	3	2	2	2	3
68	1	4	2	4	2	1	4	3	3	2	2	3	2	1	1
69	3	3	4	4	5	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4
70	4	4	3	4	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	4
71	2	4	4	4	5	4	5	2	5	5	5	4	4	1	4
72	2	5	4	4	3	2	5	5	5	5	5	3	4	2	2
73	3	5	1	4	2	2	5	2	3	3	5	4	4	2	4
74	3	5	4	4	5	2	5	4	3	3	3	5	4	4	4
75	2	5	3	4	2	4	5	4	3	4	3	3	5	3	2
76	2	3	2	2	2	2	5	3	4	2	4	4	3	2	1
77	3	3	4	3	3	2	5	3	3	4	5	3	1	1	1
78	2	5	4	5	4	2	5	4	4	3	4	4	4	4	2
79	3	5	4	5	5	3	5	4	5	4	5	5	4	5	2
80	2	5	4	5	1	5	5	3	3	2	4	4	4	4	1

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

81	2	2	4	1	4	2	4	4	2	4	4	3	1	2	2
82	3	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4
83	3	4	3	4	1	1	4	3	3	3	3	4	3	2	3
84	3	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	5	5
85	4	4	3	4	2	4	5	3	3	5	3	3	4	1	3
86	1	4	3	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	4	2
87	3	5	5	5	5	3	5	4	5	5	5	3	2	3	3
88	2	5	4	4	4	2	5	4	2	4	5	4	4	2	4
89	3	3	4	4	5	4	5	3	5	5	5	5	4	3	4
90	3	5	4	4	4	4	5	4	2	3	3	4	4	4	4
91	3	5	2	4	4	2	4	5	5	4	4	4	4	4	4
92	4	5	2	4	4	3	5	2	2	5	5	3	4	3	4
93	3	4	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	3	4	1
94	1	2	1	4	5	1	5	3	3	3	2	3	3	5	1
95	3	5	3	5	3	4	5	3	3	3	3	3	2	3	1
96	4	5	4	4	5	4	5	5	3	5	5	5	5	4	4
97	2	4	2	4	4	2	4	3	5	2	3	3	4	1	2
98	5	5	4	4	5	3	5	5	5	5	5	3	4	5	3
99	2	3	1	2	4	3	4	5	2	2	3	3	2	1	2
100	2	5	1	4	2	4	5	3	4	4	2	4	2	3	2
101	2	5	4	4	4	1	5	4	4	2	2	3	4	4	5
102	2	5	1	4	4	2	5	3	4	2	5	3	4	5	3
103	3	5	1	4	3	1	5	2	2	4	4	3	3	1	2
104	2	4	2	2	2	1	5	4	4	3	4	4	2	2	1
105	2	4	4	4	5	4	5	4	4	5	3	4	4	4	4
106	2	5	3	4	4	4	4	5	5	3	5	3	3	4	4
107	3	4	2	4	3	2	5	4	3	3	3	4	4	2	3
108	5	5	3	5	5	3	5	5	1	5	5	5	5	5	5
109	2	5	1	3	5	3	5	3	5	5	5	5	2	1	2
110	2	5	1	4	4	1	5	2	2	5	4	4	1	1	1
111	2	3	4	4	3	4	5	4	1	2	4	5	4	3	4
112	2	5	4	4	5	2	5	3	3	4	4	3	4	4	4
113	3	5	4	4	2	1	4	4	3	4	4	4	4	2	1
114	3	5	2	4	3	1	5	3	4	2	4	3	1	3	1
115	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	2	4
116	4	3	2	4	4	2	4	3	4	4	5	5	3	2	4
117	3	5	2	4	4	2	5	4	4	3	4	4	2	2	3
118	2	5	2	5	2	1	5	5	5	2	2	4	4	1	2
119	2	4	4	5	3	2	5	5	3	5	3	5	2	2	1
120	1	3	4	5	5	5	5	4	3	5	5	4	4	2	1
121	2	2	2	4	3	2	4	3	5	4	5	3	4	1	1

122	3	4	3	2	2	1	4	5	4	4	4	4	2	4	2
123	2	5	2	4	5	3	5	4	4	3	3	3	3	2	2
124	3	2	1	5	1	1	3	4	2	4	2	3	1	3	1
125	3	2	2	4	2	1	4	4	2	3	4	4	2	2	2
126	2	5	3	4	5	1	5	3	4	5	5	5	1	1	2
127	4	5	1	2	1	1	4	4	4	2	2	4	2	1	3
128	4	5	4	4	5	3	5	4	5	4	4	4	4	4	4
129	1	5	2	4	4	3	5	4	5	3	3	3	4	5	5
130	3	3	1	3	3	1	3	5	4	4	2	4	3	3	3
131	3	5	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	2	4
132	4	5	2	5	2	1	5	2	5	3	5	5	3	3	3
133	1	5	2	4	5	3	5	3	3	4	3	5	4	2	3
134	2	3	1	4	1	1	5	4	4	4	5	4	2	1	1
135	3	5	1	3	2	1	5	5	4	3	3	5	3	1	3
136	2	5	3	2	3	1	5	4	2	4	4	3	2	1	1
137	4	5	4	2	4	2	5	3	2	4	4	4	4	4	2
138	3	5	5	5	3	4	5	3	5	3	3	4	5	5	5
139	1	3	2	4	5	1	5	2	5	2	3	3	5	2	3
140	4	5	3	4	5	3	5	4	3	3	3	4	4	4	2
141	3	4	4	2	5	4	5	5	3	4	5	5	3	3	3
142	3	5	3	4	2	3	5	5	5	3	5	5	4	3	2
143	2	4	1	2	2	4	4	3	2	2	4	5	1	3	2
144	3	5	4	5	4	2	5	5	4	4	4	2	4	2	3
145	3	5	3	3	2	3	4	5	2	4	3	3	3	3	3
146	3	5	1	4	2	1	5	5	2	4	3	1	1	1	2
147	2	4	1	4	4	3	5	4	4	3	4	4	1	1	3
148	2	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4
149	3	4	1	5	2	3	3	5	3	4	5	5	1	1	3
150	1	5	5	4	5	5	5	3	5	5	5	3	4	2	4
151	2	4	1	4	2	1	4	4	4	2	4	4	4	1	3
152	4	4	1	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	1	1
153	2	4	4	5	5	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4
154	1	3	4	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2
155	2	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4
156	1	5	1	1	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	1
157	2	5	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	1	1	1
158	2	4	1	5	5	2	5	2	5	4	2	4	2	1	1
159	1	3	1	2	5	3	5	3	3	3	3	3	2	2	2
160	2	5	4	4	2	1	5	5	2	5	4	4	2	1	1
161	1	5	1	2	4	1	5	3	4	4	4	4	1	1	1
162	1	5	1	4	1	1	5	5	2	2	4	4	2	1	1

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

1. Hak Cipta, Paten, dan Hak Kekayaan Intelektual lainnya yang dimiliki atau dikuasai oleh seseorang atau suatu badan hukum.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

163	2	3	4	4	5	1	5	5	3	4	4	3	4	4	3
164	2	3	1	1	1	1	3	5	1	4	3	4	1	1	1
165	3	5	4	4	5	2	5	3	5	5	5	5	4	2	4
166	4	5	1	4	4	1	5	4	1	5	5	4	2	1	5
167	3	5	2	3	3	2	4	4	2	2	3	3	2	2	2
168	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3
169	3	5	3	2	2	4	5	5	4	4	5	4	4	3	2
170	3	4	3	4	2	2	4	4	2	2	4	4	3	2	2
171	3	5	2	4	4	4	5	3	5	3	3	3	5	4	4
172	3	4	1	1	3	2	4	5	2	4	4	4	2	1	1
173	3	4	3	4	5	3	3	3	4	2	4	4	3	1	2
174	1	4	3	4	3	3	3	5	5	3	3	3	5	2	4
175	2	5	1	3	2	1	5	2	2	3	4	4	1	1	1
176	4	5	2	3	1	1	5	4	3	2	4	3	1	3	1
177	3	3	1	3	4	1	3	4	4	4	5	3	4	2	4
178	3	5	3	4	3	1	5	3	3	5	3	3	4	3	3
179	1	5	3	5	3	2	5	4	4	3	4	3	2	1	4
180	3	5	1	4	5	3	4	4	4	3	4	2	2	4	2
181	3	4	1	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3
182	4	5	2	4	3	1	4	4	4	4	3	4	2	1	2
183	1	5	1	3	3	1	5	5	5	3	3	3	1	1	1
184	3	4	3	4	4	2	4	4	3	4	3	4	2	2	3
185	3	4	2	1	3	1	3	2	3	2	4	4	1	2	1
186	3	5	4	4	3	1	5	5	5	3	5	4	4	3	1
187	1	5	3	4	4	2	5	5	5	5	4	4	2	2	1
188	2	5	2	4	5	3	5	5	5	5	5	5	4	2	3
189	2	4	2	2	4	2	4	4	3	4	3	3	4	2	4
190	3	5	2	2	2	1	5	5	5	3	5	4	4	1	2
191	4	5	3	2	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	1
192	1	3	2	4	3	2	5	5	3	3	3	3	3	1	1
193	4	5	2	4	2	1	5	4	2	4	5	4	1	3	1
194	2	4	4	4	3	2	5	5	5	5	5	5	5	5	4
195	2	4	3	4	4	2	4	3	5	5	4	4	3	4	3
196	1	4	3	1	5	1	5	5	2	4	4	5	4	1	3
197	1	5	3	3	3	3	5	5	3	5	5	5	3	3	3
198	3	4	2	1	3	1	3	5	2	3	3	3	3	1	3
199	4	5	2	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	4	2
200	1	5	3	1	2	1	3	2	2	3	3	3	1	1	1
201	1	5	3	3	5	1	5	4	2	5	5	3	1	4	3
202	4	4	1	1	5	2	5	3	5	5	5	5	1	1	2
203	3	3	3	5	3	1	5	5	2	5	3	5	1	3	1



204	1	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	1	1	1
205	2	4	4	5	4	1	3	4	3	3	3	3	2	2	4
206	2	3	2	5	4	1	4	3	4	2	2	4	4	2	2
207	3	5	2	4	2	1	5	5	2	5	5	5	1	4	1
208	3	4	4	4	4	2	4	3	2	4	4	4	4	5	2
209	3	3	2	4	4	4	5	4	5	3	3	5	4	2	5
210	2	5	1	4	5	2	5	5	2	5	5	5	5	2	5
211	1	3	4	4	1	1	4	4	2	2	2	4	4	1	3
212	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3
213	2	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5
214	3	4	4	4	4	2	4	2	3	4	4	4	4	3	3
215	3	5	2	4	3	1	5	5	5	3	5	5	3	4	1
216	1	3	3	4	2	2	5	5	3	3	2	3	3	2	1
217	3	5	1	3	2	1	2	3	3	1	2	2	3	1	3
218	3	5	2	2	3	2	5	3	2	4	4	3	2	2	1
219	4	4	3	3	3	1	5	3	4	4	4	5	4	2	3
220	3	3	4	4	3	2	5	3	4	4	4	3	4	4	3
221	3	4	1	2	3	2	5	5	5	3	3	3	3	1	2
222	3	4	1	2	4	1	5	5	3	3	3	4	1	1	1
223	3	5	1	2	1	5	5	2	2	1	4	4	1	1	1
224	1	2	1	1	2	1	3	4	2	2	2	2	1	2	2
225	2	4	4	4	3	2	5	4	4	4	4	4	4	2	2
226	3	5	2	4	4	3	5	3	3	4	4	3	2	2	3
227	1	5	2	2	2	1	4	5	4	1	4	4	1	1	1
228	3	3	4	5	3	1	5	5	2	4	4	3	5	5	2
229	1	5	4	4	4	4	5	5	3	3	4	3	2	3	2
230	2	5	1	4	1	1	4	3	4	1	2	1	1	1	1
231	1	5	1	4	2	1	5	5	2	5	5	5	1	1	4
232	4	5	1	3	3	2	3	4	1	5	5	3	4	3	4
233	3	4	3	4	4	1	5	4	4	3	2	4	4	5	1
234	1	4	3	4	2	2	5	5	4	3	3	2	4	2	1
235	2	4	2	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4
236	2	5	2	4	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4
237	3	5	1	4	4	1	3	2	3	3	5	2	4	1	3
238	4	5	2	4	3	2	5	5	4	3	5	4	4	4	3
239	2	4	4	5	5	2	3	4	5	4	4	5	5	5	5
240	2	4	4	4	2	1	5	3	3	4	4	4	3	1	1
241	3	4	2	3	3	3	5	4	2	4	4	4	3	4	1
242	1	3	1	2	2	1	4	3	4	2	4	2	3	1	3
243	1	5	2	4	2	1	5	4	5	5	5	4	3	2	3
244	3	4	1	2	4	1	4	4	1	2	2	4	2	3	1

1. Hak Cipta, Paten, Merek Dagang, dan Karya Sastra:
  - 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. Hak Cipta, Riset, dan Pengembangan
  - 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.

245	2	5	4	4	5	1	5	4	2	4	4	4	1	1	1
246	3	5	1	4	3	2	5	3	4	3	4	3	4	3	2
247	3	5	1	4	4	2	5	2	2	3	4	2	2	4	5
248	2	5	2	5	1	2	4	5	4	3	5	4	2	2	3
249	3	5	1	1	5	1	3	3	2	3	3	3	1	1	1
250	3	5	3	5	5	3	5	3	1	3	3	3	4	4	2
251	3	4	4	5	4	3	3	5	5	4	4	5	3	1	4
252	3	4	3	4	3	3	5	4	3	3	5	4	4	2	3
253	3	5	1	2	2	1	5	5	4	3	5	3	3	1	1
254	1	4	2	4	4	1	5	3	4	4	4	4	3	3	1
255	1	5	3	4	4	3	3	4	5	3	3	3	1	1	1
256	1	5	1	1	3	1	5	5	2	2	2	2	1	1	1
257	3	2	1	4	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	2
258	3	5	1	4	2	3	4	3	2	2	3	3	4	3	3
259	2	5	1	5	2	1	5	5	4	4	4	5	3	1	1
260	2	4	4	3	2	3	5	5	2	2	3	3	3	3	3
261	3	4	2	4	2	2	4	4	4	3	3	3	2	3	2
262	4	5	1	4	2	3	5	2	2	3	5	2	3	3	2
263	4	5	3	4	5	1	3	4	4	4	3	3	4	3	2
264	2	4	2	4	2	2	5	4	5	3	5	3	4	2	4
265	3	5	3	5	3	4	5	5	5	4	3	4	4	4	3
266	4	5	1	4	4	1	5	2	3	4	5	4	4	2	2
267	3	3	4	3	5	3	3	5	3	5	3	3	2	4	4
268	3	5	3	1	2	3	3	4	4	3	4	4	1	1	1
269	2	3	3	4	3	3	5	3	5	5	3	5	3	2	3
270	2	5	2	4	5	2	4	4	4	5	5	2	4	1	3
271	1	5	4	4	3	1	5	5	4	4	3	4	1	2	1
272	4	5	2	4	5	4	5	3	5	5	5	5	4	3	4
273	4	4	3	4	4	2	5	1	5	4	5	3	5	1	1
274	4	5	4	4	5	2	5	3	4	3	5	5	4	3	5
275	3	5	1	4	2	2	5	5	5	3	4	5	3	1	1
276	1	5	3	5	2	2	4	4	3	3	3	4	2	4	1
277	1	5	3	4	5	3	5	3	5	5	3	1	2	2	4
278	3	4	2	4	4	3	5	4	3	4	4	4	2	1	3
279	1	3	1	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	4	3
280	3	5	3	4	4	3	5	5	3	3	4	4	4	2	1
281	3	5	1	5	5	3	5	4	2	4	4	2	2	2	4
282	4	5	3	4	5	4	5	3	1	3	3	3	2	4	4
283	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3
284	3	4	1	4	4	1	5	5	4	4	4	5	4	1	1
285	1	5	2	4	5	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4

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

286	4	5	4	5	5	3	5	2	2	3	4	4	2	2	2
287	4	5	4	4	3	4	5	4	5	3	5	3	4	4	4
288	3	2	1	1	4	1	4	4	2	4	4	2	2	2	2
289	3	3	3	2	4	2	5	2	2	2	4	4	2	2	2
290	4	4	3	3	2	1	4	4	4	4	4	3	3	3	1
291	3	5	4	4	4	3	5	3	4	4	4	3	3	4	4
292	3	3	4	4	4	3	5	5	5	3	3	3	4	4	3
293	5	5	4	2	5	2	5	5	4	3	5	5	5	2	4
294	2	3	2	4	4	2	5	4	4	3	2	3	4	4	2
295	1	5	3	3	5	1	5	5	3	5	5	5	1	4	1
296	2	4	2	2	4	3	4	3	4	4	4	4	2	1	1
297	3	4	3	4	3	2	3	2	3	4	3	3	4	1	3
298	1	5	1	1	4	1	5	5	4	5	5	3	3	2	4
299	1	4	1	5	4	1	5	5	2	4	2	4	2	3	1
300	2	5	2	5	4	3	5	3	5	4	4	3	4	4	3
301	4	5	4	4	2	4	5	5	5	3	5	3	4	4	1
302	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	5	5	4	4	4
303	3	5	2	2	5	1	3	4	2	2	3	4	1	1	1
304	2	3	4	4	4	3	5	3	3	3	3	4	5	3	3
305	4	3	2	5	2	3	4	5	1	2	2	3	3	3	3
306	1	5	3	4	3	3	5	3	4	5	5	5	4	3	1
307	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4
308	1	5	5	5	5	1	5	5	5	2	2	5	4	1	1
309	1	5	3	4	5	1	5	3	5	3	5	3	5	4	4
310	1	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	2	3
311	3	5	1	1	5	4	5	1	4	3	3	5	3	3	4
312	1	5	1	4	4	2	5	4	4	2	4	2	3	1	4
313	1	5	1	4	2	1	5	5	5	2	2	5	2	1	1
314	3	5	4	4	5	3	5	3	5	3	3	3	3	2	4
315	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	2	2	2
316	2	4	2	5	5	2	5	3	3	4	5	5	4	4	4
317	3	4	3	4	5	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4
318	3	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4
319	4	2	1	5	5	4	4	5	5	3	5	5	3	1	3
320	1	3	1	4	1	1	5	4	2	4	3	4	3	3	1
321	2	5	4	4	5	5	5	5	2	5	3	4	4	5	4
322	2	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
323	1	3	5	5	1	3	5	3	2	4	2	3	2	1	3
324	4	5	4	2	4	4	4	5	2	3	3	3	2	5	1
325	2	3	2	5	4	1	5	2	4	4	2	3	4	4	2
326	1	5	1	4	1	1	5	5	3	2	4	4	3	1	1

1. Hak Cipta, Paten, dan Hak Kekayaan Intelektual lainnya yang dimiliki oleh seseorang atau badan hukum yang dilindungi oleh undang-undang.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

327	1	2	1	2	2	1	3	5	2	4	2	2	2	1	1
328	3	3	3	5	3	3	5	3	2	3	3	4	4	4	4
329	3	5	4	2	1	1	5	5	1	3	5	5	1	4	1
330	1	5	4	5	3	1	5	3	5	1	1	5	3	1	5
331	1	4	4	3	2	4	5	5	5	3	5	3	4	4	4
332	5	5	1	1	5	1	5	5	5	5	1	5	1	2	1
333	1	5	3	4	3	2	5	3	5	5	5	3	4	4	4
334	2	5	2	5	4	1	5	3	4	2	4	4	4	3	3
335	2	5	2	3	3	1	5	4	3	3	5	2	1	1	1
336	2	4	2	5	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	2
337	4	5	4	4	5	2	5	3	4	4	5	5	4	2	2
338	2	5	4	5	4	2	4	4	4	4	4	4	2	2	4
339	2	5	1	2	4	1	5	3	4	4	4	3	2	2	1
340	4	4	2	4	4	2	5	5	2	4	2	4	4	2	2
341	3	5	3	4	4	1	5	5	2	3	5	4	3	2	1
342	3	5	2	5	2	5	5	5	5	2	3	5	1	1	1
343	2	4	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	3	4	3
344	4	5	5	5	3	2	5	4	5	4	5	4	4	5	4
345	3	4	1	4	4	2	5	3	4	4	4	4	4	1	2
346	5	4	2	5	2	2	5	4	5	4	2	4	4	3	3
347	2	5	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	1	3
348	1	5	1	1	4	1	5	5	4	5	4	5	1	1	1
349	2	5	2	4	2	1	5	5	5	3	5	3	1	3	1
350	1	3	2	3	4	2	5	5	3	4	3	4	3	2	2
351	3	5	1	4	1	1	5	2	5	3	5	4	2	1	1
352	3	4	1	4	2	1	5	3	4	4	3	4	3	1	1
353	3	5	4	4	3	3	5	3	5	5	3	3	2	4	3
354	5	5	5	4	5	4	5	3	5	3	5	3	4	4	4
355	3	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	3	3	3
356	2	5	4	4	3	1	5	3	4	3	5	3	2	3	1
357	3	5	1	1	1	3	4	3	2	5	5	2	1	1	1
358	3	4	2	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	4	2
359	4	4	1	3	4	1	3	3	1	1	1	4	1	1	1
360	3	4	4	3	2	2	3	5	4	3	4	4	4	4	2
361	3	5	1	2	3	1	5	5	3	3	3	4	2	4	1
362	1	4	2	2	2	2	4	4	2	4	4	4	4	1	3
363	3	5	4	4	4	3	5	5	2	5	2	4	2	1	1
364	3	5	1	3	1	3	5	4	3	2	3	2	4	1	4
365	4	5	4	4	4	2	5	4	5	4	5	4	2	2	4
366	3	5	3	4	2	1	4	3	2	3	3	3	2	1	1
367	3	5	3	4	2	1	5	4	4	3	3	4	1	2	2



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

368	1	4	1	4	2	2	4	4	2	3	3	3	2	3	1
369	3	4	1	5	5	1	5	4	3	4	3	5	2	1	3
370	2	4	3	2	4	2	4	4	2	4	4	4	4	1	2
371	4	4	4	4	4	2	4	3	3	5	5	5	4	4	2
372	3	5	3	1	2	3	4	5	1	1	3	3	3	3	1
373	3	5	3	4	2	2	5	3	4	4	3	4	4	2	1
374	4	4	3	5	4	3	5	2	1	2	5	3	5	4	5
375	3	4	3	2	4	3	5	3	3	4	4	4	4	2	4
376	2	3	3	4	2	1	5	2	4	2	2	4	4	2	2
377	2	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	2
378	2	5	4	4	4	1	5	4	2	2	2	5	2	1	2
379	2	5	3	4	3	2	5	3	4	3	5	3	4	2	2
380	3	4	3	3	5	1	3	3	4	5	3	3	1	2	4
381	1	5	3	4	3	1	5	4	5	4	2	2	4	3	4
382	2	4	1	5	4	2	5	3	3	4	3	4	4	3	2
383	3	5	5	5	4	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
384	4	5	2	5	4	3	5	3	5	4	5	4	2	4	2
385	2	5	1	4	4	1	5	3	2	2	4	4	3	3	1
386	3	3	2	3	5	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4
387	1	5	3	4	4	1	5	4	2	2	2	4	2	1	1
388	2	3	4	4	3	2	5	3	3	3	3	4	4	2	3
389	2	4	2	1	5	1	4	5	2	4	4	2	1	1	1
390	3	5	1	5	2	2	5	3	4	1	2	3	4	4	1
391	4	5	4	4	3	4	5	3	4	3	3	3	4	4	4
392	3	3	2	4	3	3	5	4	4	3	3	3	3	1	3
393	3	5	3	4	4	2	5	3	4	3	3	3	2	3	1
394	1	5	1	4	5	3	5	5	2	4	2	4	3	3	2
395	4	5	4	5	4	3	5	3	1	5	5	3	3	3	4
396	1	3	5	5	3	3	4	5	4	4	4	4	5	4	4
397	2	5	2	4	3	3	5	5	5	5	5	5	4	1	1
398	3	5	3	5	5	1	5	3	5	4	5	5	3	1	1
399	3	4	1	1	2	1	4	3	2	2	4	4	3	3	2
400	1	4	1	2	2	1	3	5	2	4	1	5	4	2	1
401	1	4	2	4	4	3	5	4	2	2	2	2	5	2	1
402	3	5	1	5	3	2	5	4	5	4	4	2	4	3	1
403	1	5	1	4	5	3	3	3	5	3	3	3	3	4	3
404	3	5	3	4	3	4	4	3	5	3	4	3	3	4	4
405	2	5	1	1	5	1	5	5	5	5	5	5	3	1	1
406	2	5	1	5	2	3	5	4	5	4	3	3	5	1	3
407	4	5	2	2	2	1	5	4	2	4	3	5	4	2	2
408	3	5	3	5	3	2	5	4	5	3	3	3	5	1	4

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

409	2	5	4	2	5	3	5	4	3	5	5	4	2	2	4
410	3	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	4	4	4
411	2	5	4	4	3	3	5	5	4	2	4	4	2	2	4
412	3	5	2	4	5	1	5	5	4	2	2	3	5	4	2
413	2	5	2	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4
414	2	4	1	3	3	1	5	5	4	4	4	5	1	1	1
415	1	5	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	2	1	4
416	3	5	2	4	4	1	5	3	4	4	4	4	1	2	2
417	1	3	2	5	4	3	5	4	5	5	3	5	4	4	5
418	3	4	2	4	4	3	3	4	2	2	2	4	3	2	3
419	3	4	2	4	4	2	4	4	3	4	3	3	4	1	3
420	2	5	2	2	5	1	4	4	2	2	2	4	1	2	1
421	3	5	2	2	2	2	5	4	2	4	3	4	4	3	3
422	3	2	1	5	4	2	3	3	4	3	2	4	4	3	4
423	4	4	4	5	5	2	5	4	3	3	5	3	4	3	3
424	1	4	2	2	3	1	4	4	3	2	2	3	2	1	1
425	4	5	2	5	5	2	5	3	5	5	5	3	4	1	2
426	2	5	2	5	2	1	5	3	1	3	3	5	4	2	1
427	4	5	3	4	3	2	5	2	2	4	4	4	4	2	3
428	4	5	4	5	4	3	4	3	4	4	4	5	4	4	4
429	4	4	4	4	5	5	5	3	5	5	5	3	4	4	5
430	1	5	2	5	2	1	5	2	5	5	2	4	1	4	1
431	1	2	3	3	5	2	4	3	5	5	3	5	1	3	1
432	2	5	2	2	4	1	5	5	5	2	5	4	1	1	1
433	3	5	3	3	5	4	5	2	5	5	5	5	3	1	4
434	2	4	3	3	4	1	3	4	2	2	2	2	3	2	3
435	1	4	2	4	2	3	4	2	2	2	2	2	4	4	2
436	2	4	2	5	4	2	5	4	5	5	5	4	4	3	3
437	3	4	1	3	2	1	5	3	3	2	5	2	2	2	3
438	2	5	2	2	4	1	5	2	4	4	4	4	2	2	1
439	3	5	4	4	4	3	5	4	5	3	3	3	3	3	2
440	4	4	3	4	2	5	5	3	3	3	5	3	3	4	2
441	2	4	2	5	5	3	5	5	3	4	4	5	4	3	3
442	4	4	1	3	3	1	3	3	1	3	3	4	1	3	2
443	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	5	4	2	5	2
444	4	5	1	4	3	4	5	4	4	4	4	3	2	3	3
445	3	4	3	4	3	2	5	2	4	4	2	3	2	2	1
446	2	3	1	3	2	2	4	3	2	1	2	3	2	1	2
447	5	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	4	4
448	4	5	2	3	4	1	5	5	2	4	3	3	3	2	2
449	2	5	1	3	1	1	4	4	4	2	4	4	1	1	1

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.

450	3	5	3	1	4	2	5	3	3	3	3	2	3	3	1
451	4	5	5	5	3	4	5	3	5	4	5	4	5	5	4
452	2	4	2	2	4	2	4	4	4	2	4	4	2	2	2
453	4	4	2	3	1	3	4	4	2	2	4	4	2	4	2
454	3	5	5	5	4	3	5	4	5	4	5	4	4	4	2
455	3	5	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3
456	3	4	1	4	3	1	5	4	4	4	5	3	3	1	5
457	2	4	2	3	3	1	4	4	2	5	5	5	5	4	4
458	4	5	1	5	3	1	4	5	5	1	3	3	3	1	1
459	1	5	3	1	2	2	5	5	1	2	3	4	2	3	1
460	3	4	4	4	3	2	5	5	3	4	2	4	4	4	2
461	2	4	2	2	5	3	5	4	4	4	5	4	2	4	4
462	2	5	1	2	3	2	5	5	5	4	4	5	1	1	2
463	4	5	1	3	4	4	4	5	3	5	5	5	4	5	4
464	3	5	2	4	4	3	5	4	5	5	5	5	4	2	3

### TABULASI DATA PENELITIAN *SELF-COMPASSION*

No.	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12
1	4	3	5	4	4	3	4	3	3	4	4	3
2	2	2	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4
3	2	2	4	2	3	4	3	3	5	2	2	2
4	4	2	4	4	5	4	5	5	4	4	2	5
5	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4
6	4	4	4	3	5	2	5	5	3	5	5	5
7	5	5	5	4	3	1	5	3	2	5	1	5
8	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4
9	3	3	3	3	4	2	2	3	1	3	2	3
10	3	1	4	2	3	2	5	4	3	4	2	4
11	3	2	4	3	5	1	3	5	1	3	2	3
12	5	2	3	2	5	2	5	5	5	3	3	3
13	3	1	5	2	4	1	5	5	2	5	3	5
14	3	4	4	4	4	2	4	3	3	3	2	3
15	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3
16	2	2	4	3	5	1	2	2	1	4	2	1
17	2	1	2	3	5	1	5	5	1	3	1	5
18	2	2	4	3	5	2	2	4	3	4	2	3
19	4	2	4	4	4	2	2	4	2	4	3	2
20	3	4	5	5	4	3	4	4	4	5	4	3
21	4	4	4	3	5	2	4	4	2	5	2	4
22	2	2	3	4	4	2	3	4	2	5	1	3
23	3	3	5	3	5	4	5	3	5	3	3	3
24	4	2	3	2	5	1	2	5	2	3	1	2
25	3	4	4	4	5	1	2	5	3	4	3	2
26	5	5	5	5	5	2	5	4	4	4	1	5
27	3	3	5	4	5	2	5	5	4	5	2	4
28	5	5	5	5	3	4	5	3	5	5	5	5
29	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3
30	2	2	2	1	5	2	2	5	1	4	1	2
31	3	1	5	2	5	1	5	5	1	5	1	4
32	5	1	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3
33	3	4	4	4	5	4	3	5	4	5	1	4
34	5	4	4	3	5	2	5	5	3	3	4	3
35	2	2	4	4	4	3	4	3	3	5	3	3
36	4	4	4	4	5	2	3	5	3	4	1	5
37	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	5	3

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Milik 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.

Kasim Riau



### 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 memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

38	3	3	3	4	4	3	5	4	4	3	3	3
39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
40	2	1	2	2	2	1	5	3	2	2	1	3
41	4	4	4	3	5	4	3	4	3	3	3	3
42	4	3	3	4	2	3	3	2	3	4	2	3
43	3	3	5	4	2	5	3	4	4	4	2	3
44	3	2	1	2	5	1	2	2	1	3	1	4
45	2	2	4	1	4	4	3	3	4	3	1	3
46	3	2	4	2	4	2	4	4	3	4	3	3
47	1	5	5	3	5	4	3	3	5	5	1	1
48	4	3	4	3	4	1	5	5	3	5	4	4
49	4	5	5	5	5	4	5	4	2	5	3	5
50	3	3	4	2	4	2	3	4	4	4	1	3
51	2	4	3	2	2	3	3	3	4	2	2	3
52	5	1	5	2	5	4	3	5	4	5	1	3
53	2	2	3	3	4	1	3	3	2	3	2	3
54	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3
55	1	2	4	1	4	2	3	4	3	4	1	5
56	2	2	5	2	4	3	4	4	2	5	2	4
57	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4
58	4	5	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4
59	4	2	2	1	4	1	3	4	2	2	1	3
60	2	2	3	2	4	3	5	4	2	3	1	4
61	3	2	5	3	5	4	2	5	5	4	2	2
62	2	2	3	1	4	3	3	4	2	3	1	3
63	3	3	4	3	5	3	3	4	3	4	4	4
64	4	4	4	4	5	3	4	5	4	4	3	4
65	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3
66	1	1	4	1	2	4	3	4	4	3	1	3
67	2	3	4	2	5	2	3	4	3	4	2	4
68	1	1	3	1	2	1	2	3	2	2	1	2
69	3	3	4	3	4	2	3	5	4	4	4	2
70	3	4	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3
71	3	3	4	3	4	3	3	3	3	5	3	3
72	3	3	5	3	3	2	3	3	3	3	3	3
73	2	4	3	3	2	2	4	1	4	2	1	2
74	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4
75	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4
76	3	2	3	3	4	2	3	4	2	2	2	3

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.

77	4	1	4	2	5	2	3	3	3	4	1	3
78	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	5
79	3	3	5	4	4	3	5	4	5	5	4	4
80	4	1	5	2	1	1	4	5	1	2	5	3
81	2	3	3	2	4	4	2	4	4	2	2	2
82	3	4	5	4	5	3	4	5	4	5	4	4
83	4	3	3	4	4	3	5	2	2	4	2	5
84	5	4	3	4	4	3	4	3	5	3	4	2
85	2	2	4	2	2	2	3	2	2	3	2	4
86	1	1	5	1	3	2	2	3	4	3	1	2
87	5	4	5	5	5	2	4	4	1	4	4	5
88	3	4	4	3	4	3	5	4	3	4	3	4
89	5	5	3	5	4	2	5	3	5	5	4	4
90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
91	5	5	3	5	4	1	4	5	2	3	5	4
92	3	3	2	4	4	2	3	4	2	3	2	3
93	2	1	3	1	4	1	4	4	3	3	1	4
94	5	1	2	1	3	1	3	3	1	4	1	3
95	1	4	4	3	5	2	3	3	2	4	2	3
96	4	5	5	4	5	1	5	5	5	5	5	5
97	4	1	2	4	4	1	1	4	1	1	4	4
98	3	3	3	3	5	2	5	5	3	5	4	5
99	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	5
100	1	2	2	2	2	1	4	3	2	2	1	2
101	1	1	5	2	4	1	3	3	2	2	2	3
102	1	4	2	1	2	2	4	3	1	3	2	4
103	2	2	4	3	5	2	5	1	4	2	2	2
104	3	4	3	2	5	2	3	4	4	3	3	3
105	5	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	3
106	4	4	4	4	4	1	3	4	3	3	2	4
107	5	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3
108	4	2	5	2	5	2	5	5	1	5	2	4
109	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4
110	3	1	1	5	2	1	1	1	1	1	1	2
111	2	4	4	3	4	2	4	3	4	3	2	2
112	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3
113	1	1	3	1	3	2	3	3	3	2	2	3
114	3	1	5	3	3	1	5	3	2	4	1	4
115	3	3	5	3	3	2	3	3	4	5	3	3

### 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.

116	3	4	3	3	4	1	5	3	2	3	2	5
117	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2
118	1	1	2	2	3	1	3	3	2	2	1	3
119	1	3	2	1	5	1	5	1	2	3	4	4
120	2	5	3	1	5	2	5	5	2	3	1	3
121	5	5	5	1	1	1	5	1	1	1	1	1
122	2	2	2	3	4	2	5	4	3	2	2	5
123	2	3	3	2	4	3	1	4	3	3	3	2
124	2	1	2	2	4	1	4	4	3	3	2	4
125	2	1	3	3	3	1	5	5	1	3	3	4
126	5	1	4	2	2	1	5	4	1	4	2	5
127	1	1	2	1	2	1	5	2	1	2	1	5
128	5	4	5	4	4	3	3	4	4	4	3	3
129	3	4	5	4	5	2	2	2	4	5	2	3
130	1	1	4	1	3	1	4	4	1	3	1	4
131	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	2	3
132	3	3	1	3	3	4	2	2	4	1	4	2
133	3	5	5	5	5	1	3	2	4	3	3	4
134	2	2	2	1	5	1	3	5	1	1	1	3
135	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3
136	1	1	5	1	5	1	3	4	3	2	1	2
137	5	2	5	3	5	1	4	4	3	3	3	4
138	4	3	4	3	5	1	3	5	3	3	4	3
139	3	2	2	1	4	1	3	5	3	3	1	3
140	4	3	5	4	5	2	5	5	4	5	1	4
141	3	4	4	4	3	2	5	4	3	4	3	3
142	5	1	5	2	4	2	5	4	2	3	1	4
143	2	2	2	3	5	4	3	5	3	3	2	3
144	3	2	4	2	3	2	2	4	2	5	1	2
145	3	1	2	3	2	2	3	1	2	2	1	4
146	1	1	1	1	5	5	1	4	4	5	3	2
147	5	5	2	4	4	2	3	4	1	2	4	3
148	4	5	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3
149	3	3	3	1	3	1	4	3	1	5	1	3
150	5	5	5	2	4	5	5	4	5	5	5	5
151	2	2	3	1	4	2	2	4	2	3	1	3
152	2	1	2	1	2	3	3	2	2	2	1	2
153	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4
154	4	3	3	3	3	2	5	3	3	2	3	4

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.

155	3	2	4	3	4	3	4	4	4	3	2	4
156	1	1	2	1	5	1	5	5	2	2	1	5
157	2	1	5	1	3	2	2	3	1	5	1	2
158	1	2	3	1	2	1	2	4	2	2	1	4
159	2	3	2	2	4	2	3	4	2	2	1	3
160	1	1	4	1	2	2	2	2	4	3	1	3
161	1	1	3	1	2	1	4	2	1	3	1	3
162	1	1	3	1	1	2	5	1	2	2	1	3
163	4	4	3	3	4	1	4	4	4	1	2	4
164	1	1	5	1	5	1	5	3	2	1	1	3
165	4	4	5	5	4	4	5	4	3	5	4	4
166	4	5	5	2	5	1	3	5	3	5	5	3
167	2	1	5	1	2	2	5	5	3	3	1	3
168	3	3	4	3	5	2	5	5	3	4	3	5
169	2	1	4	2	3	2	5	3	1	4	1	3
170	2	1	2	3	4	2	2	2	3	1	3	1
171	3	5	4	3	4	2	4	3	2	5	4	4
172	1	3	3	1	5	1	5	5	3	3	3	3
173	4	2	5	3	3	2	4	3	3	3	2	3
174	2	3	4	2	5	2	3	5	1	4	1	4
175	4	1	3	1	1	1	1	2	1	2	1	2
176	3	1	2	1	5	1	3	3	3	1	1	3
177	4	4	3	5	2	3	3	3	3	4	3	3
178	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3
179	2	2	2	1	5	2	4	5	3	2	1	3
180	2	1	4	5	4	1	1	5	3	4	1	3
181	4	2	2	3	4	2	4	3	4	2	2	3
182	1	1	4	1	3	1	3	3	3	3	3	5
183	1	1	4	1	3	1	5	3	1	4	1	4
184	2	3	3	1	3	1	4	2	2	1	1	3
185	3	2	3	2	3	2	4	3	2	4	1	3
186	1	1	3	3	2	1	1	2	3	3	1	3
187	2	3	5	1	5	2	4	5	2	4	2	4
188	1	1	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5
189	1	1	5	1	5	1	5	3	2	5	1	2
190	1	1	5	1	4	1	4	2	2	5	1	2
191	4	1	4	4	5	1	3	5	1	3	1	3
192	3	2	4	2	4	3	4	4	4	3	1	3
193	5	1	2	5	5	1	4	5	1	2	1	2



### 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.

194	4	3	5	1	4	3	5	5	5	4	1	4
195	2	3	5	2	3	3	4	3	3	4	2	3
196	2	1	5	2	3	1	5	3	2	3	1	3
197	1	1	5	2	4	2	5	4	3	5	2	5
198	3	1	3	2	4	4	4	4	2	1	3	3
199	4	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3
200	3	1	4	4	3	1	5	3	1	3	3	5
201	1	1	3	1	5	1	4	5	1	3	1	5
202	3	1	5	3	5	1	2	5	1	1	1	3
203	1	1	1	1	5	1	3	1	1	1	1	3
204	1	1	3	1	5	1	5	5	3	3	1	5
205	2	2	3	1	3	1	3	3	3	4	1	3
206	1	1	4	1	4	2	3	3	3	3	1	3
207	4	1	5	1	4	1	1	3	1	5	1	2
208	3	1	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3
209	3	3	3	3	5	2	4	4	3	3	2	4
210	3	1	5	3	5	1	2	5	4	5	3	2
211	4	4	2	2	3	1	3	3	3	3	1	3
212	3	3	4	3	4	1	4	4	3	4	4	4
213	5	5	5	4	5	4	4	4	5	4	3	4
214	2	3	3	2	3	2	2	4	3	2	4	2
215	2	2	4	2	5	3	4	4	2	3	2	2
216	3	2	3	3	4	1	4	3	4	2	2	2
217	2	2	3	1	3	1	2	2	1	2	2	2
218	2	4	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3
219	4	3	3	5	2	1	5	1	3	3	1	3
220	3	3	4	3	4	2	4	4	3	4	3	3
221	2	1	4	1	4	1	2	3	3	4	1	2
222	2	1	2	3	5	1	3	4	3	3	1	2
223	1	4	2	1	2	1	2	3	1	3	1	3
224	1	1	3	2	1	1	4	3	2	3	1	3
225	3	3	3	1	3	1	5	3	2	4	3	5
226	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	1	2
227	2	1	2	3	5	1	3	4	1	3	1	3
228	4	1	5	4	5	4	5	5	3	3	2	5
229	4	4	5	3	3	3	3	2	4	5	2	3
230	1	1	1	1	5	1	5	5	3	4	1	4
231	1	1	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5
232	1	5	5	1	1	4	4	5	2	4	4	4

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.

233	2	1	4	1	5	3	4	4	3	2	2	3
234	2	2	3	5	5	1	5	5	3	1	1	5
235	3	3	5	3	5	2	3	5	4	5	2	4
236	4	2	5	4	2	1	3	3	3	5	3	3
237	4	2	2	4	2	4	4	2	4	1	2	1
238	4	3	4	4	3	2	3	4	2	3	2	3
239	5	5	5	5	5	2	5	5	3	4	4	4
240	1	2	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5
241	4	2	5	4	5	2	5	4	4	4	3	5
242	1	5	2	1	1	1	2	1	2	2	1	3
243	4	1	4	1	3	1	2	3	2	3	1	3
244	3	1	3	1	3	2	4	2	1	2	1	4
245	1	1	5	1	5	1	3	5	1	3	1	3
246	4	1	4	3	5	1	5	5	4	2	1	4
247	1	2	3	3	5	2	2	5	5	5	2	4
248	2	2	3	2	3	3	2	3	1	3	1	2
249	1	1	2	1	4	4	3	3	1	2	1	3
250	3	1	3	3	3	1	2	3	3	2	2	1
251	3	1	2	3	4	3	3	5	1	1	1	2
252	2	2	4	2	5	3	3	5	4	4	1	3
253	3	2	3	2	2	2	4	3	1	3	1	4
254	3	1	3	2	3	2	3	4	4	3	1	3
255	4	1	4	1	5	1	2	5	1	4	1	3
256	2	1	3	1	4	1	4	3	2	1	1	4
257	1	2	1	2	3	2	2	3	1	1	2	2
258	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	1	3
259	5	1	2	1	3	1	3	3	3	2	1	2
260	4	1	2	2	2	1	5	4	3	2	1	5
261	1	2	2	3	3	3	5	3	3	2	1	4
262	3	2	5	2	4	2	3	4	2	4	2	4
263	3	1	4	1	2	1	4	3	4	3	2	3
264	3	4	5	5	5	3	3	5	3	4	4	3
265	4	3	4	3	5	3	4	5	4	4	4	3
266	5	2	2	2	3	1	2	5	3	3	1	3
267	1	4	4	1	5	2	5	5	2	5	5	3
268	3	2	3	4	3	1	1	2	2	2	2	2
269	4	2	5	4	4	1	2	4	2	3	1	3
270	3	3	5	3	5	1	3	4	1	5	4	3
271	4	3	2	4	1	3	2	3	3	3	4	3

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.

272	2	4	5	4	5	2	4	5	4	4	2	4
273	1	1	5	1	5	1	5	5	2	3	1	3
274	4	5	3	5	5	5	3	5	4	3	5	3
275	1	1	5	1	3	1	5	5	1	1	1	4
276	2	4	5	2	4	1	4	3	3	4	1	3
277	1	5	5	2	5	1	5	5	1	5	4	5
278	5	2	3	4	4	2	3	3	4	3	2	3
279	2	2	3	2	1	5	4	2	2	2	2	2
280	2	1	3	1	5	1	4	5	2	4	2	4
281	3	3	4	1	4	1	3	2	3	4	1	2
282	1	4	4	3	3	1	5	4	1	3	1	5
283	2	1	3	1	5	3	4	5	3	1	1	2
284	5	1	5	1	5	2	5	4	4	3	1	4
285	1	2	5	2	3	1	5	4	2	4	2	4
286	5	2	1	4	3	3	3	3	3	1	1	3
287	5	5	4	5	5	3	5	5	5	4	5	5
288	2	2	3	4	2	2	2	4	2	3	2	2
289	2	1	3	2	4	1	1	3	2	2	1	2
290	2	2	2	3	3	1	3	3	1	1	1	3
291	3	3	3	2	4	3	5	4	2	3	1	3
292	3	3	5	2	3	1	3	3	3	4	2	1
293	5	1	5	5	5	1	3	5	3	4	1	3
294	1	1	2	1	1	4	2	5	4	3	1	2
295	1	1	5	1	5	1	4	5	1	4	2	3
296	2	2	3	3	4	2	5	3	3	2	2	4
297	3	1	4	1	4	2	2	4	3	5	3	2
298	5	4	3	3	3	1	5	3	4	2	2	3
299	4	3	3	1	4	3	3	4	4	3	2	3
300	3	2	5	3	3	1	4	3	2	2	1	3
301	4	2	4	3	4	2	4	4	2	5	3	4
302	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4
303	3	1	2	1	5	1	3	5	4	1	1	3
304	4	4	4	4	5	3	5	5	4	4	2	4
305	1	1	4	4	4	2	4	2	4	5	4	3
306	3	2	1	1	4	1	2	1	3	1	2	2
307	2	3	4	2	4	1	3	5	3	5	1	4
308	1	3	5	1	4	3	5	3	3	5	3	5
309	2	2	5	3	4	2	5	4	3	4	1	4
310	4	5	4	2	5	1	5	4	1	4	5	5

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.

311	4	2	5	3	4	2	3	2	3	3	4	3
312	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	1	3
313	1	1	1	1	5	2	4	5	2	1	1	4
314	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3
315	2	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4
316	4	4	5	3	4	5	3	3	5	5	4	3
317	2	2	4	1	3	1	5	4	2	4	1	4
318	5	4	4	5	4	3	3	4	4	4	5	3
319	4	5	5	2	5	2	3	5	5	5	4	5
320	3	1	2	3	4	2	5	3	1	2	4	2
321	4	2	4	4	5	5	3	3	4	4	4	3
322	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
323	2	5	5	2	4	1	3	2	1	3	1	3
324	2	3	4	2	3	1	5	3	3	4	2	5
325	3	2	4	2	4	2	1	4	1	4	1	2
326	1	1	2	1	4	2	2	3	2	3	1	3
327	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
328	2	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	2
329	1	1	3	1	3	1	5	3	1	3	1	5
330	1	1	1	1	2	1	2	5	1	1	1	2
331	3	3	3	5	1	2	5	5	5	2	2	5
332	3	3	3	3	3	1	3	3	5	3	3	3
333	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	2	4
334	2	1	2	2	4	2	5	4	3	3	1	3
335	3	1	2	1	4	1	4	2	3	1	1	4
336	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	2	4
337	3	1	4	3	4	3	5	5	5	4	1	5
338	1	2	3	1	4	2	4	4	2	4	2	4
339	2	2	2	2	5	1	5	5	3	2	1	5
340	2	4	4	2	4	2	5	5	3	3	2	4
341	3	2	4	1	4	1	5	2	4	5	2	1
342	2	1	5	3	3	1	3	5	2	5	1	3
343	3	3	3	3	5	3	4	5	5	3	4	4
344	2	4	4	2	5	2	3	5	3	4	4	3
345	1	1	4	1	4	1	3	4	2	3	1	3
346	2	1	3	1	4	2	3	5	2	4	1	3
347	2	1	3	2	3	3	3	2	4	2	1	3
348	3	1	5	1	5	1	5	5	1	1	1	3
349	1	1	1	1	5	1	5	5	2	1	1	5



### 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.

350	3	1	5	1	5	1	4	5	3	5	1	3
351	1	1	3	1	1	1	3	1	2	3	1	2
352	1	1	3	1	4	2	5	4	1	2	2	3
353	3	1	3	2	5	2	3	3	4	2	1	4
354	2	3	5	3	5	3	3	4	5	5	5	3
355	1	2	3	1	3	1	5	3	2	2	1	3
356	1	1	2	2	5	1	3	5	5	2	1	2
357	5	3	5	1	5	1	3	2	1	3	1	2
358	3	1	4	3	4	3	3	4	3	3	5	3
359	1	1	3	1	3	2	3	4	2	3	1	3
360	3	2	3	2	2	4	4	2	5	2	2	2
361	2	1	5	1	5	1	5	5	4	1	2	5
362	2	2	4	2	5	2	3	4	2	3	2	3
363	2	1	4	2	4	2	4	3	1	3	3	4
364	5	4	4	4	5	5	4	5	5	1	1	3
365	4	3	5	2	5	2	5	5	3	5	1	5
366	2	1	4	1	1	1	3	1	2	5	1	3
367	2	1	3	1	4	2	4	4	2	4	1	3
368	1	1	1	1	2	5	1	2	1	1	1	2
369	1	1	4	3	5	1	4	5	3	4	1	4
370	1	1	4	1	4	1	2	4	4	4	4	2
371	2	4	4	2	5	4	4	4	4	4	4	4
372	1	1	5	1	5	3	2	4	1	4	1	3
373	2	4	3	3	3	1	4	3	2	2	2	4
374	2	4	5	5	5	1	1	5	3	1	4	3
375	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3
376	4	3	2	3	4	1	3	3	1	2	1	3
377	2	4	4	2	3	3	5	3	4	3	4	5
378	4	2	3	5	3	1	5	3	2	3	1	3
379	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
380	5	1	5	4	5	3	5	5	2	5	4	4
381	4	1	3	2	5	5	2	2	2	5	1	1
382	2	4	3	2	4	2	3	3	3	3	3	4
383	2	5	4	4	5	2	4	5	4	3	4	3
384	3	3	4	2	4	2	4	4	2	4	3	4
385	2	1	4	1	4	2	4	3	3	4	1	4
386	2	1	4	3	4	2	4	4	3	4	1	3
387	4	3	3	1	5	1	3	5	1	1	4	3
388	3	3	5	4	5	3	2	4	2	4	3	3

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.

389	1	1	3	1	2	1	3	4	1	4	1	3
390	3	1	2	2	4	1	5	4	5	3	1	5
391	2	3	4	2	3	1	3	4	1	4	4	3
392	3	1	3	4	3	2	3	3	3	3	1	3
393	3	1	3	3	4	2	4	5	1	2	1	4
394	3	1	4	2	4	2	4	4	2	4	1	5
395	2	2	4	3	3	3	4	4	2	3	2	4
396	4	4	4	4	4	2	5	4	3	5	3	4
397	1	1	2	1	5	1	1	5	1	5	1	1
398	1	1	2	1	1	1	3	1	1	2	1	4
399	3	1	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3
400	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	2
401	1	2	4	2	2	2	5	1	2	4	1	3
402	1	1	2	1	4	1	2	2	1	3	1	2
403	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	1	2
404	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3
405	3	4	3	2	4	1	3	4	1	3	2	3
406	5	3	3	5	3	1	5	1	4	3	5	5
407	4	2	5	1	2	1	3	3	2	4	2	2
408	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3
409	4	2	4	2	4	1	2	4	2	4	1	3
410	2	3	4	2	5	4	4	4	3	3	2	2
411	4	2	3	4	4	3	5	5	3	4	2	4
412	2	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3
413	3	4	4	3	5	1	4	4	2	3	4	4
414	3	3	4	3	4	4	5	3	4	4	2	3
415	1	1	5	2	4	5	4	3	4	4	1	4
416	3	1	3	2	2	2	3	2	2	4	1	3
417	1	1	5	1	2	1	3	5	1	3	2	3
418	3	1	3	4	4	2	3	3	2	4	1	4
419	1	1	4	2	5	3	5	2	1	3	1	4
420	2	1	3	1	3	2	2	3	2	2	1	2
421	5	2	3	5	5	5	3	5	5	3	2	3
422	1	2	3	2	2	1	3	5	2	2	1	1
423	2	2	5	1	2	1	2	3	3	5	1	3
424	1	1	2	1	1	1	4	1	2	2	1	1
425	1	1	5	1	5	1	4	5	3	5	1	5
426	4	1	5	3	5	2	1	4	4	5	1	2
427	2	3	5	3	5	2	4	3	3	3	3	4

### 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.

428	2	2	5	2	4	4	4	4	4	3	2	5
429	4	5	5	4	5	5	5	5	3	5	5	5
430	1	1	3	1	3	1	2	3	1	2	1	3
431	2	1	3	5	4	3	5	3	2	4	1	5
432	2	3	1	1	5	1	5	5	1	1	1	5
433	5	1	1	5	1	1	3	4	2	1	1	5
434	3	2	2	2	2	3	4	2	4	2	2	4
435	2	2	3	2	2	4	3	3	2	3	2	2
436	3	1	5	1	3	2	4	5	4	5	1	3
437	4	1	3	1	3	1	5	4	2	3	1	4
438	2	2	3	2	3	1	2	4	2	3	3	2
439	5	3	3	3	3	3	4	2	2	2	5	3
440	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3
441	3	3	5	3	5	1	5	5	1	3	1	2
442	4	3	5	1	3	1	3	3	4	3	1	3
443	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	3	4
444	3	3	4	2	4	2	4	4	3	3	3	4
445	1	2	5	1	3	3	3	4	1	5	1	4
446	2	1	2	3	2	2	2	2	2	4	1	2
447	5	1	5	3	5	1	5	5	3	5	1	5
448	3	1	5	1	4	2	3	2	1	5	1	3
449	1	1	5	1	3	1	4	2	3	3	1	3
450	1	1	4	1	3	1	3	3	1	3	1	3
451	3	5	5	4	5	2	4	3	4	4	3	4
452	1	1	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5
453	1	2	2	2	2	1	4	2	3	2	2	2
454	3	2	4	4	5	2	4	4	4	4	1	4
455	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3
456	2	2	4	4	3	3	5	2	4	4	2	4
457	2	4	3	3	4	2	3	3	4	2	2	2
458	1	1	1	2	4	1	1	3	2	1	1	2
459	1	1	2	1	2	2	5	2	1	3	1	3
460	4	1	3	1	2	3	3	3	3	4	1	3
461	2	1	5	2	5	1	4	5	2	4	1	4
462	1	2	5	1	4	1	4	4	1	3	1	5
463	2	2	5	3	4	1	3	5	3	4	2	2
464	1	2	5	3	5	2	5	4	2	5	1	5

**Tabel Lanjutan**

No.	A13	A14	A15	A16	A17	A18	A19	A20	A21	A22	A23	A24
1	3	4	4	3	5	3	3	4	4	4	4	4
2	4	4	3	2	4	1	1	4	2	2	2	3
3	4	2	3	1	4	2	3	4	2	4	2	1
4	4	2	4	4	4	1	4	4	3	3	4	5
5	4	3	4	4	4	2	3	4	4	3	3	4
6	4	2	4	4	5	4	5	4	5	5	2	4
7	4	3	4	1	3	1	4	5	3	3	2	3
8	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4
9	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3
10	4	1	4	2	3	2	2	5	3	2	2	4
11	4	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3
12	5	5	3	3	4	2	5	4	2	4	5	5
13	1	1	5	3	5	1	1	5	5	1	1	5
14	3	2	2	3	3	2	4	4	2	3	3	3
15	4	2	3	2	5	3	4	3	3	3	3	3
16	2	2	2	1	4	1	3	4	4	1	1	4
17	5	1	5	1	2	3	3	4	5	5	3	5
18	4	3	2	2	4	3	2	3	3	3	1	3
19	4	3	4	2	4	2	2	4	4	3	3	3
20	4	4	3	5	5	3	4	4	5	3	4	5
21	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	1	4
22	4	1	3	1	5	2	1	4	5	2	1	5
23	3	3	2	3	4	3	5	3	5	3	3	5
24	5	1	5	3	2	2	1	3	4	2	3	3
25	4	3	2	2	4	1	2	3	5	4	2	3
26	4	1	5	1	5	3	4	5	5	4	1	5
27	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4
28	3	5	5	5	5	5	5	2	4	5	5	4
29	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4
30	4	1	4	1	5	1	2	1	4	1	1	1
31	3	1	5	1	5	4	1	3	5	4	1	5
32	3	4	2	4	4	4	4	3	2	1	4	1
33	5	1	5	1	3	3	4	5	5	3	3	4
34	5	1	5	5	5	3	5	3	4	3	5	5
35	4	3	3	1	5	3	5	4	4	4	3	4
36	5	1	5	1	4	1	1	5	5	2	2	3
37	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3

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.

38	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4
39	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4
40	3	1	3	2	2	2	1	5	4	1	1	5
41	4	3	2	3	4	2	5	3	4	2	4	3
42	3	1	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3
43	3	3	4	2	3	2	3	4	4	3	2	4
44	3	1	2	1	1	2	2	2	1	3	2	2
45	3	1	3	1	2	2	3	2	3	3	2	4
46	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3
47	1	3	5	3	1	1	4	1	5	4	4	3
48	4	2	4	5	3	3	2	4	2	4	2	3
49	4	4	4	2	4	3	5	3	4	4	3	3
50	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
51	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2
52	4	2	5	1	3	3	5	3	4	5	1	5
53	2	1	2	2	3	2	3	2	4	3	2	3
54	4	2	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4
55	4	2	4	1	3	1	2	4	4	1	1	3
56	4	2	4	2	5	2	2	4	5	2	2	5
57	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3
58	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3
59	3	1	3	1	3	1	4	2	5	3	1	5
60	5	2	4	1	3	1	2	4	3	2	1	4
61	5	3	2	2	4	4	5	3	4	3	3	5
62	4	1	3	1	3	1	4	2	2	2	1	3
63	4	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3
64	4	4	4	3	4	3	4	5	4	4	4	4
65	4	4	3	3	4	3	5	3	4	4	3	4
66	3	2	2	1	3	4	5	2	4	2	1	3
67	4	2	4	2	3	3	2	4	5	3	2	4
68	3	2	2	1	2	1	1	2	3	1	1	2
69	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3
70	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3
71	3	3	3	3	4	3	5	3	2	3	3	4
72	3	3	3	3	4	3	3	3	5	5	3	5
73	1	2	4	3	2	1	1	2	4	1	1	4
74	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3
75	4	2	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4
76	4	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3

### 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.

77	3	3	2	2	5	3	3	3	3	4	2	3
78	5	2	3	2	4	2	4	4	3	3	2	4
79	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4
80	1	1	3	1	1	1	1	4	3	5	1	5
81	4	2	3	2	3	2	4	2	4	3	3	4
82	5	4	4	4	5	4	4	3	5	4	3	4
83	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3
84	3	4	3	3	3	3	5	4	3	4	5	3
85	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	4
86	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2
87	4	1	5	2	4	4	4	5	3	5	3	4
88	4	2	4	2	4	1	3	4	4	4	3	3
89	4	3	4	4	3	4	3	5	4	4	4	5
90	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
91	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	4	4
92	4	2	3	4	2	2	2	3	2	3	3	4
93	2	1	2	2	4	3	3	2	2	4	1	3
94	3	1	2	1	2	1	1	3	1	4	1	2
95	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	1	2
96	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	4	5
97	4	2	4	4	5	1	4	1	4	1	1	2
98	5	1	5	5	5	2	3	5	5	4	3	5
99	2	1	3	2	3	4	2	1	5	5	2	3
100	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2
101	4	3	2	2	2	1	2	3	3	1	1	2
102	2	3	1	4	1	1	2	3	2	2	4	3
103	5	1	5	2	3	1	5	2	4	2	2	1
104	4	4	3	2	4	2	4	3	4	4	2	4
105	4	3	4	3	5	2	3	3	4	4	3	4
106	4	2	4	3	2	2	5	4	2	2	4	4
107	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4
108	5	1	5	4	5	1	3	5	5	2	5	5
109	4	3	3	3	3	3	2	3	4	5	2	4
110	5	1	1	1	1	5	1	3	1	5	1	1
111	4	2	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3
112	3	2	5	1	3	2	2	3	4	4	2	3
113	3	1	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4
114	2	1	4	1	2	5	1	4	2	5	1	3
115	3	3	3	3	5	3	3	3	4	3	3	4

### 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 memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

116	5	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3
117	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3
118	4	1	3	1	2	1	1	3	3	1	2	3
119	1	1	1	3	4	1	2	2	2	2	1	2
120	5	1	3	1	5	1	1	3	5	1	1	5
121	1	1	1	1	1	1	5	1	1	5	1	5
122	4	2	4	2	2	2	2	4	2	3	2	3
123	3	3	1	3	4	1	3	1	3	1	3	4
124	3	1	4	2	2	2	3	2	2	4	3	4
125	5	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3
126	4	2	3	1	5	1	5	5	2	1	1	4
127	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
128	3	2	3	1	3	1	3	3	4	3	1	4
129	4	3	3	4	5	2	4	3	3	1	3	4
130	2	1	2	1	4	1	1	2	3	1	1	4
131	3	3	3	2	3	2	5	2	3	2	2	4
132	2	4	3	4	1	3	2	3	3	3	4	1
133	5	3	4	4	3	4	2	4	4	5	2	4
134	4	1	5	1	1	1	1	2	4	4	1	3
135	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2
136	3	1	3	1	3	1	3	2	2	4	1	4
137	3	1	3	2	4	2	2	4	4	3	4	4
138	5	4	3	4	4	1	5	4	3	4	4	3
139	4	1	3	1	5	2	1	4	4	4	1	3
140	5	3	4	2	4	2	3	4	4	3	1	3
141	4	2	3	2	5	4	2	4	3	4	3	4
142	4	2	5	2	2	1	4	4	4	3	2	5
143	4	2	4	2	2	2	3	3	4	2	2	4
144	3	2	2	1	3	1	3	4	4	3	1	5
145	1	1	3	1	2	2	2	2	4	2	2	2
146	4	1	3	3	1	1	2	3	3	1	2	5
147	4	1	3	3	3	4	3	3	3	5	3	4
148	3	3	2	3	4	2	5	3	2	5	3	4
149	3	1	2	1	2	2	2	2	3	3	1	3
150	4	5	5	5	5	4	5	5	5	2	4	5
151	3	1	2	1	2	1	3	2	4	1	1	4
152	1	1	1	2	2	1	1	2	1	3	1	3
153	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
154	3	2	3	2	3	3	4	3	3	4	1	3

### 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.

155	4	4	2	3	3	2	4	3	3	3	2	4
156	5	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	3
157	3	1	3	1	4	1	2	3	4	2	1	2
158	4	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	3
159	2	3	2	1	2	2	3	1	3	4	1	3
160	2	1	3	1	2	1	3	2	3	1	1	5
161	2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	2
162	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2
163	3	2	4	3	3	5	1	4	2	5	2	3
164	5	2	1	1	1	1	1	5	3	1	1	5
165	4	4	5	5	5	2	4	4	3	4	4	3
166	5	5	3	5	5	2	5	3	5	3	2	5
167	5	1	2	1	3	1	3	1	3	3	1	4
168	5	1	5	3	5	2	1	4	5	2	3	3
169	3	2	4	2	2	2	3	4	4	3	1	4
170	2	1	3	3	3	2	4	2	1	1	2	1
171	3	3	4	4	5	1	4	4	4	3	4	3
172	5	3	5	3	3	4	1	1	3	4	2	3
173	3	2	2	1	4	2	3	3	4	4	1	5
174	5	1	3	1	3	1	3	3	4	2	1	4
175	2	1	2	1	4	1	2	3	3	1	2	3
176	3	1	2	1	1	2	1	3	3	3	1	3
177	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	4	3
178	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
179	5	1	1	1	1	3	2	4	4	3	1	4
180	4	1	1	1	3	1	2	4	3	2	1	1
181	4	2	3	2	2	2	3	4	2	2	2	3
182	4	1	4	2	2	1	3	4	5	1	1	5
183	2	1	3	1	1	1	1	3	2	1	1	5
184	2	2	4	1	2	2	1	2	3	3	2	4
185	2	1	2	1	2	2	2	2	2	4	3	4
186	2	2	1	1	1	1	3	1	3	3	1	3
187	5	1	4	1	4	2	1	4	4	3	2	4
188	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5
189	4	1	2	1	5	1	1	2	4	1	1	5
190	4	2	2	1	4	2	5	4	4	4	1	3
191	3	1	3	1	2	1	1	4	3	4	1	3
192	4	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	4
193	5	1	1	1	2	5	1	3	1	1	1	2



### 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.

194	5	3	2	1	4	1	4	3	4	4	1	4
195	3	3	3	2	4	2	3	4	4	3	2	4
196	2	1	2	1	2	1	1	3	2	3	1	2
197	4	2	5	2	4	1	1	4	4	1	2	4
198	2	2	2	1	3	1	4	4	5	3	1	5
199	5	2	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4
200	3	5	5	3	1	4	1	3	1	5	3	2
201	4	1	3	1	3	2	1	4	3	3	1	5
202	2	1	3	1	1	1	1	1	3	4	3	3
203	5	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1
204	5	3	5	1	4	1	3	5	5	1	1	5
205	3	1	3	1	3	1	2	3	3	2	2	4
206	3	1	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3
207	4	2	2	1	1	1	4	2	1	1	2	3
208	3	4	3	3	3	4	4	2	3	5	3	3
209	4	2	4	1	4	2	3	4	3	4	2	4
210	5	2	3	2	5	3	4	3	5	4	4	5
211	3	1	3	1	3	2	1	2	4	2	1	4
212	4	1	4	3	4	2	3	4	4	2	3	3
213	4	4	3	3	4	3	5	3	5	5	5	5
214	4	3	2	4	2	2	1	2	2	3	3	3
215	3	2	4	2	3	1	4	4	2	3	3	2
216	4	4	2	2	2	2	3	2	4	4	3	4
217	1	3	1	1	2	1	2	1	2	2	1	3
218	4	2	3	2	3	2	2	3	3	4	2	3
219	1	1	2	1	4	2	2	2	4	4	1	3
220	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
221	2	1	2	1	3	1	1	3	3	1	1	4
222	4	1	2	1	2	1	1	2	3	1	2	4
223	3	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	3
224	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1
225	4	2	3	3	3	2	1	3	3	2	1	3
226	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3
227	2	1	3	1	2	3	1	3	2	3	2	2
228	4	2	5	1	5	2	3	5	5	5	1	5
229	2	3	4	2	5	1	4	3	5	2	2	5
230	2	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1
231	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5
232	4	2	4	4	5	2	2	4	2	2	4	4

### 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.

233	3	1	4	2	3	1	4	3	3	2	3	5
234	4	2	3	1	4	2	3	1	2	4	1	3
235	5	3	5	2	5	2	3	3	5	3	3	5
236	3	2	4	2	4	1	2	4	5	4	2	5
237	2	2	3	2	2	3	2	2	3	5	2	3
238	4	1	3	2	3	1	2	3	3	2	1	4
239	5	4	5	4	5	1	5	5	5	1	2	3
240	5	1	5	1	3	1	1	3	5	5	1	5
241	4	3	2	3	4	2	4	4	3	4	2	4
242	1	1	2	1	4	1	1	2	4	1	1	2
243	2	1	2	1	3	1	2	2	3	4	1	5
244	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2
245	5	1	3	1	3	1	1	3	3	2	1	3
246	5	1	3	1	3	2	2	4	4	3	1	4
247	5	1	4	2	3	1	5	5	4	1	1	5
248	3	1	2	1	5	2	5	2	4	2	1	4
249	5	1	1	1	3	1	1	3	4	2	1	5
250	4	2	3	2	3	1	3	3	2	3	1	2
251	5	2	1	2	3	5	4	5	2	5	4	5
252	4	3	4	1	3	1	3	3	3	2	2	3
253	3	1	3	1	1	1	1	3	3	2	1	4
254	4	2	3	1	3	3	2	3	2	1	1	3
255	3	1	2	1	5	1	1	4	3	1	1	5
256	2	1	1	1	2	1	1	1	1	5	1	1
257	3	1	1	2	1	4	1	2	3	3	1	3
258	3	2	4	1	3	3	3	2	3	3	3	4
259	1	1	2	1	3	1	1	2	3	1	1	3
260	4	1	5	1	4	1	1	3	3	1	1	4
261	3	2	3	1	3	2	2	3	3	2	2	3
262	5	1	3	2	3	2	1	2	3	2	2	4
263	3	3	2	3	2	2	3	1	2	1	2	3
264	4	3	5	5	4	2	5	5	4	4	4	4
265	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4
266	3	1	2	1	2	1	2	1	4	1	2	4
267	5	1	3	5	4	1	3	3	4	3	5	4
268	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2
269	3	2	2	1	3	2	3	3	3	1	1	2
270	4	4	3	2	5	3	5	3	5	3	2	5
271	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3

### 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.

272	5	3	4	2	5	1	5	5	5	1	2	5
273	5	1	3	1	1	1	1	3	3	1	1	5
274	5	3	4	4	3	4	3	5	5	5	5	5
275	3	1	1	1	5	1	1	2	3	1	1	2
276	3	1	3	1	5	1	2	3	3	1	1	4
277	5	1	5	4	4	1	4	5	5	2	4	5
278	4	3	3	2	4	3	4	2	4	5	3	4
279	4	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	4
280	4	1	2	3	1	2	2	1	2	3	1	4
281	2	2	2	1	3	2	3	3	2	4	1	3
282	4	2	3	1	4	2	3	2	3	3	1	5
283	4	1	3	1	4	1	3	3	3	1	1	2
284	3	1	3	1	3	1	4	2	3	4	1	4
285	3	2	4	1	4	3	1	4	3	2	1	4
286	3	2	3	1	2	2	3	2	2	4	2	3
287	5	3	5	5	3	1	5	3	5	4	5	5
288	4	1	5	2	2	3	3	2	3	2	2	2
289	4	1	2	1	4	1	3	3	2	3	1	3
290	5	2	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4
291	3	2	4	1	3	3	2	3	4	4	3	3
292	4	1	2	1	2	2	1	3	4	2	1	4
293	5	2	4	2	3	1	1	3	3	5	1	4
294	4	1	2	1	1	1	3	3	2	1	1	2
295	5	1	2	2	5	1	2	2	4	1	1	3
296	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3
297	3	1	3	3	5	1	3	2	5	2	2	3
298	2	3	2	1	4	3	2	2	5	4	1	4
299	4	1	4	2	2	1	3	4	3	4	2	4
300	3	1	3	2	3	2	2	3	3	4	1	3
301	4	3	3	3	5	3	3	3	3	5	3	3
302	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3
303	2	1	3	1	1	1	1	4	1	2	1	2
304	4	3	5	4	3	2	4	4	4	5	3	4
305	2	1	3	4	2	4	2	2	2	4	1	4
306	1	1	4	2	1	1	1	3	3	1	2	3
307	5	1	2	2	5	1	2	1	4	3	2	3
308	3	3	5	1	5	1	3	5	5	1	1	5
309	4	3	3	1	5	3	4	3	3	2	3	4
310	3	3	4	3	5	1	4	4	4	5	2	4

- 20  
21  
22  
23  
24  
25

[illegible]



### 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.

350	5	3	3	1	5	1	1	3	5	1	1	5
351	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2
352	4	2	3	2	4	2	1	3	3	3	1	2
353	3	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	3
354	5	5	3	5	5	1	5	1	5	1	5	4
355	2	1	2	1	2	1	1	3	2	3	1	2
356	3	1	2	1	3	1	2	3	3	1	1	5
357	1	3	1	1	1	1	3	3	3	5	1	1
358	4	2	3	5	4	3	2	2	3	3	3	2
359	2	1	2	1	1	1	1	2	1	3	1	1
360	2	2	2	3	2	4	4	2	4	4	2	4
361	5	1	4	2	3	3	1	4	4	3	1	5
362	3	1	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2
363	3	2	3	4	1	2	2	3	2	4	2	2
364	5	3	4	1	3	1	3	5	2	5	2	2
365	5	2	5	2	3	2	3	4	4	2	1	5
366	2	1	2	1	3	2	2	2	2	1	1	3
367	4	2	2	1	4	2	2	4	4	4	1	4
368	2	1	1	1	1	4	1	1	2	5	1	3
369	5	2	4	1	4	1	2	3	4	1	1	5
370	4	2	3	1	4	1	4	2	4	1	1	4
371	4	4	4	5	5	1	4	4	5	5	5	4
372	5	1	4	1	3	1	2	1	3	2	1	3
373	3	1	3	3	2	1	2	3	2	3	1	3
374	5	1	5	5	2	1	1	4	2	4	2	5
375	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4
376	3	1	3	1	2	2	1	2	3	4	1	3
377	3	3	5	4	2	2	3	4	2	3	4	3
378	3	1	3	1	4	2	4	3	2	4	1	4
379	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4
380	5	2	4	3	5	4	5	2	5	5	2	5
381	2	1	3	1	4	1	5	4	2	1	1	2
382	2	2	3	3	3	3	1	3	3	5	1	3
383	4	3	2	3	3	3	5	2	4	4	2	4
384	4	1	4	3	5	1	3	4	3	3	2	3
385	3	2	3	1	3	2	2	3	4	3	1	3
386	3	3	3	2	4	1	3	3	3	1	1	3
387	5	5	2	4	1	1	1	1	1	4	2	1
388	5	2	2	3	4	2	4	3	3	3	2	4

### 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.

389	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2
390	5	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	4
391	3	1	3	4	3	2	1	3	2	3	5	4
392	3	1	3	1	3	3	2	2	3	3	1	3
393	5	2	5	1	4	2	2	3	4	4	3	3
394	4	1	5	1	4	2	1	3	5	2	1	5
395	3	2	4	3	3	4	3	4	3	1	3	3
396	4	4	3	4	5	2	2	4	2	4	3	3
397	5	1	3	1	1	1	1	3	3	1	1	4
398	2	1	1	1	1	3	1	5	5	4	1	4
399	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	1	2
400	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	3
401	3	1	3	2	5	1	1	2	5	1	1	5
402	3	1	1	1	3	1	1	3	3	1	1	4
403	3	2	2	2	5	2	4	2	5	3	1	4
404	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3
405	4	1	4	3	4	2	2	4	4	3	1	4
406	1	5	3	2	4	3	1	3	5	1	1	5
407	2	2	2	1	5	2	1	3	3	4	1	4
408	3	3	3	3	3	2	2	4	5	4	1	4
409	4	2	2	1	4	2	2	3	4	2	1	5
410	3	2	4	2	5	2	3	2	5	2	4	3
411	4	2	4	2	4	3	2	4	3	4	3	3
412	3	1	2	1	1	1	1	2	1	3	1	3
413	4	3	5	3	4	3	2	4	5	4	4	4
414	3	2	4	2	3	3	1	3	3	3	2	3
415	5	2	4	2	5	1	5	4	5	2	2	5
416	3	2	3	1	4	2	2	3	4	1	1	3
417	3	1	2	2	4	1	2	2	5	1	3	3
418	2	1	2	1	3	2	1	3	3	2	1	4
419	4	1	4	1	4	2	3	4	4	3	1	5
420	2	1	2	1	2	1	1	2	2	3	1	2
421	5	5	4	2	4	4	4	3	4	4	3	5
422	4	1	5	1	2	1	1	2	4	1	1	4
423	3	1	3	1	5	3	2	2	3	3	1	3
424	3	1	3	1	1	1	1	1	4	1	1	3
425	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5
426	4	2	3	1	4	2	1	3	5	2	1	5
427	3	1	4	2	3	1	3	4	3	4	4	3

### 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 memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

428	4	3	4	2	5	2	4	4	5	2	2	4
429	5	4	5	5	5	4	4	5	3	4	5	3
430	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3
431	5	3	5	1	4	5	1	4	4	5	1	2
432	5	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	3
433	4	1	5	1	1	1	1	5	4	3	1	4
434	3	2	3	2	2	3	2	2	3	5	1	4
435	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3	1	1
436	3	2	4	1	5	2	2	3	5	2	1	3
437	3	1	3	1	2	1	2	3	3	3	1	4
438	3	2	3	2	4	3	2	4	2	2	1	4
439	4	3	3	5	2	2	3	3	3	4	4	4
440	4	2	3	1	4	2	3	3	4	2	2	3
441	4	1	4	1	5	1	1	5	5	1	1	5
442	3	1	1	1	3	3	3	3	3	5	1	3
443	4	3	2	3	3	2	3	3	3	5	4	3
444	4	2	3	2	3	3	3	3	4	4	2	4
445	3	1	3	1	2	1	2	2	2	1	1	3
446	3	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1
447	5	2	2	2	5	1	1	5	5	4	4	5
448	3	1	3	1	3	2	1	3	3	3	2	4
449	2	1	1	1	1	2	1	3	2	3	1	2
450	2	1	3	1	2	1	1	3	2	1	1	2
451	4	5	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4
452	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	1	5
453	2	1	2	4	1	3	1	2	2	4	2	3
454	5	4	5	4	3	1	3	3	4	3	4	5
455	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3
456	4	1	2	1	3	2	3	5	5	4	1	5
457	3	4	2	2	3	1	3	3	3	2	1	3
458	3	2	2	1	3	1	1	2	3	2	2	2
459	3	1	3	1	2	1	1	3	1	4	2	2
460	2	1	2	1	3	2	3	3	3	2	1	4
461	4	2	4	2	4	1	2	4	4	3	2	4
462	5	3	1	1	5	1	1	1	1	1	1	3
463	4	2	4	2	3	2	2	3	3	2	4	3
464	5	1	5	1	4	2	3	4	4	4	4	4

**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.

## **Lampiran G: Hasil Analisis Uji Deskriptif**



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Usia	Jumlah	%
18	56	12,1%
19	47	10,1%
20	76	16,4%
21	133	28,7%
22	81	17,5%
23	46	9,9%
24	25	5,4%
<b>Total</b>	<b>464</b>	<b>100%</b>

Jenis Kelamin	Jumlah	%
Laki-laki	66	14,2%
Perempuan	398	85,8%
<b>Total</b>	<b>464</b>	<b>100%</b>

Pendidikan	Jumlah	%
S2	3	0,6%
S1	325	70,0%
Diploma	50	10,8%
Profesi	2	0,4%
Sarjana Terapan	1	0,2%
SMA/MTs	73	15,7%
SMK	9	1,9%
Pondok Pesantren	1	0,2%
<b>Total</b>	<b>464</b>	<b>100%</b>

Domisili	Jumlah	%
Riau	103	22,2%
Banten	16	3,4%
Bangka Belitung	5	1,1%
Jambi	11	2,4%
Jawa Tengah	35	7,5%
Jawa Timur	63	13,6%
Jawa Barat	50	10,8%
DKI Jakarta	11	2,4%
DI Yogyakarta	11	2,4%
Bali	5	1,1%
Kalimantan Timur	10	2,2%
Aceh	7	1,5%
Kalimantan Selatan	6	1,3%
Kalimantan Barat	7	1,5%

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.

Domisili	Jumlah	%
Kalimantan Tengah	5	1,1%
Sulawesi Selatan	15	3,2%
Sulawesi Tenggara	7	1,5%
Sulawesi Tengah	4	0,9%
Sulawesi Barat	2	0,4%
Sulawesi Utara	1	0,2%
Nusa Tenggara Barat	3	0,6%
Kepulauan Riau	9	1,9%
Nusa Tenggara Timur	2	0,4%
Papua Barat Daya	1	0,2%
Maluku Utara	1	0,2%
Sumatera Barat	19	4,1%
Sumatera Utara	26	5,6%
Sumatera Selatan	9	1,9%
Bengkulu	6	1,3%
Lampung	10	2,2%
Maluku	4	0,9%
<b>Total</b>	<b>464</b>	<b>100,0%</b>

**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.

## **Lampiran H: Hasil Analisis Uji Asumsi**

## 1. Hasil Uji Normalitas

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Unstandardized Residual		
N		464
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.72372049
Most Extreme Differences	Absolute	.032
	Positive	.032
	Negative	-.025
Test Statistic		.032
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

## 2. Hasil Uji Linearitas

### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Psychological Well-Being * Self-Compassion	Between Groups	(Combined)	14844.313	68	218.299	7.088	.000
		Linearity	11840.875	1	11840.875	384.479	.000
		Deviation from Linearity	3003.438	67	44.827	1.456	.016
	Within Groups		12164.894	395	30.797		
Total			27009.207	463			

## 3. Hasil Uji Heteroskedastisitas

### Coefficients<sup>a</sup>

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	5.124	.772		6.637	.000
	Self-Compassion	-.008	.011	-.035	-.751	.453

a. Dependent Variable: ABS\_Res



#### 4. Hasil Uji Multikoleniaritas

		Coefficients <sup>a</sup>					Collinearity Statistics	
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.		
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	27.128	1.291		21.008	.000		
	Self-Kindness & Self-Judgement	.421	.053	.357	7.897	.000	.588	1.701
	Common Humanity & Isolation	.412	.068	.289	6.044	.000	.527	1.897
	Mindfulness & Overidentification	.184	.062	.131	2.952	.003	.606	1.650

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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 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.

## **Lampiran I: Hasil Analisis Uji Hipotesis**

## HASIL UJI HIPOTESIS REGRESI LINEAR SEDERHANA

### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.662 <sup>a</sup>	.438	.437	5.730

a. Predictors: (Constant), Self-Compassion

### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	11840.875	1	11840.875	360.652	.000 <sup>b</sup>
	Residual	15168.332	462	32.832		
	Total	27009.207	463			

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

b. Predictors: (Constant), Self-Compassion

### Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	26.658	1.279		20.838	.000
Self-Compassion	.345	.018	.662	18.991	.000

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

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.

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.

## **Lampiran J: Hasil Analisis Uji Tambahan**



## HASIL ANALISIS TAMBAHAN KATEGORISASI

### 1. Data Hipotetik *Psychological Well-Being*

$$i_{\min} = 1$$

$$i_{\max} = 5$$

$$X_{\min} = 1 \times 15 = 15$$

$$X_{\max} = 5 \times 15 = 75$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 75 - 15$$

$$= 60$$

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (X_{\min} + X_{\max})$$

$$= \frac{1}{2} (15 + 75)$$

$$= \frac{1}{2} (90)$$

$$= 45$$

$$\text{SD} = \frac{1}{6} (X_{\max} - X_{\min})$$

$$= \frac{1}{6} (75 - 15)$$

$$= \frac{1}{6} (60)$$

$$= 10$$

### 2. Data Hipotetik *Self-Compassion*

$$i_{\min} = 1$$

$$i_{\max} = 5$$

$$X_{\min} = 1 \times 24 = 24$$

$$X_{\max} = 5 \times 24 = 120$$

$$\text{Range} = X_{\max} - X_{\min}$$

$$= 120 - 24$$

$$= 96$$

$$\text{Mean} = \frac{1}{2} (X_{\min} + X_{\max})$$

$$= \frac{1}{2} (24 + 120)$$

$$= \frac{1}{2} (144)$$

$$= 72$$

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Dilindungi UIN Suska Riau

Sultan Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

$$\begin{aligned}
 SD &= 1/6 (X \text{ max} - X \text{ min}) \\
 &= 1/6 (120 - 24) \\
 &= 1/6 (96) \\
 &= 16
 \end{aligned}$$

### 3. Data Empirik *Psychological Well-Being* Melalui SPSS

Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Psychological Well-Being	464	42	28	70	50.42	7.638
Valid N (listwise)	464					

### 4. Data Empirik *Self-Compassion* Melalui SPSS

Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self-Compassion	464	74	35	109	68.83	14.647
Valid N (listwise)	464					

### 5. Rumus Kategori *Psychological Well-Being*

#### a) Sangat Rendah

$$X < M - 1,5 \text{ SD}$$

$$X < 45 - 1,5 (10)$$

$$X < 45 - 15$$

$$X < 30$$

#### b) Rendah

$$M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$$

$$45 - 1,5 (10) \leq X < 45 - 0,5 (10)$$

$$45 - 15 \leq X < 45 - 5$$

$$30 \leq X < 40$$

#### c) Sedang

$$M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$$

$$45 - 0,5 (10) \leq X < 45 + 0,5 (10)$$

$$45 - 5 \leq X < 45 + 5$$

$$40 \leq X < 50$$

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 milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

d) Tinggi

$$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$$

$$45 + 0,5 (10) \leq X < 45 + 1,5 (10)$$

$$45 + 5 \leq X < 45 + 15$$

$$50 \leq X < 60$$

e) Sangat Tinggi

$$M + 1,5 SD < X$$

$$45 + 1,5 (10) < X$$

$$45 + 15 < X$$

$$60 < X$$

**6. Rumus Kategori Self-Compassion**

a) Sangat Rendah

$$X < M - 1,5 SD$$

$$X < 72 - 1,5 (16)$$

$$X < 72 - 24$$

$$X < 48$$

b) Rendah

$$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$$

$$72 - 1,5 (16) \leq X < 72 - 0,5 (16)$$

$$72 - 24 \leq X < 72 - 8$$

$$48 \leq X < 64$$

c) Sedang

$$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$$

$$72 - 0,5 (16) \leq X < 72 + 0,5 (16)$$

$$72 - 8 \leq X < 72 + 8$$

$$64 \leq X < 80$$

d) Tinggi

$$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$$

$$72 + 0,5 (16) \leq X < 72 + 1,5 (16)$$

$$72 + 8 \leq X < 72 + 24$$

$$80 \leq X < 96$$

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

e) Sangat Tinggi

$$M + 1,5 SD < X$$

$$72 + 1,5 (16) < X$$

$$72 + 24 < X$$

$$96 < X$$

## 7. Skor Total dan Kategori Skala *Psychological Well-Being* Melalui SPSS

**Kategorisasi Psychological Well-Being**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	2	.4	.4	.4
	Rendah	41	8.8	8.8	9.3
	Sedang	192	41.4	41.4	50.6
	Tinggi	179	38.6	38.6	89.2
	Sangat Tinggi	50	10.8	10.8	100.0
	Total	464	100.0	100.0	

## 8. Skor Total dan Kategori Skala *Self-Compassion* Melalui SPSS

**Kategorisasi Self-Compassion**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	41	8.8	8.8	8.8
	Rendah	149	32.1	32.1	40.9
	Sedang	175	37.7	37.7	78.7
	Tinggi	83	17.9	17.9	96.6
	Sangat Tinggi	16	3.4	3.4	100.0
	Total	464	100.0	100.0	

UIN SUSKA RIAU



## HASIL ANALISIS ASPEK-ASPEK *SELF-COMPASSION*

### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.669 <sup>a</sup>	.448	.444	5.696

a. Predictors: (Constant), Mindfulness & Overidentification, Self-Kindness & Self-Judgement, Common Humanity & Isolation

### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	12087.198	3	4029.066	124.204	.000 <sup>b</sup>
	Residual	14922.009	460	32.439		
	Total	27009.207	463			

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

b. Predictors: (Constant), Mindfulness & Overidentification, Self-Kindness & Self-Judgement, Common Humanity & Isolation

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	27.128	1.291		21.008	.000		
	Self-Kindness & Self-Judgement	.421	.053	.357	7.897	.000	.588	1.701
	Common Humanity & Isolation	.412	.068	.289	6.044	.000	.527	1.897
	Mindfulness & Overidentification	.184	.062	.131	2.952	.003	.606	1.650

a. Dependent Variable: Psychological Well-Being

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.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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.

## Lampiran L: Surat Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Jl. H. R. Soebrantas KM. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani-Pekanbaru 28298 PO Box. 1004  
Telepon (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052;  
Web: lp2m.uin-suska.ac.id, Email: lp2m@uin-suska.ac.id

**KOMISI ETIK PENELITIAN**  
**ETHICAL REVIEW UNIT FOR RESEARCH AND DEVELOPMENT**

Nomor/Number : 1554/Un.04/L.1/TL.01/11/2024

**KETERANGAN KELAIKAN ETIK**  
**ETHICAL CLEARANCE**

Komisi Etik Penelitian Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UIN Sultan Syarif Kasim Riau dalam upaya melindungi hak azazi dan kesejahteraan subjek penelitian, telah mengkaji dengan teliti proposal/protokol penelitian yang berjudul:

*The Research Ethics Commission of the Research and Community Service Institute of UIN Sultan Syarif Kasim Riau in an effort to protect the rights and welfare of research subjects, has carefully reviewed the research proposal/protocol entitled:*

Hubungan Self-Compassion Terhadap Psychological Well-Being Pada Remaja yang Mengalami Body Shaming

*The Relationship of Self-Compassion to Psychological Well-Being in Adolescents Who Experience Body Shaming*

Peneliti Utama : Rani Flonia  
*Principal Researcher*  
Anggota Peneliti : -  
*Member of The Researcher*  
Nama Institusi : Fakultas Psikologi  
*Name of Institution* Faculty of Psychology

dan telah menyetujui proposal/protokol penelitian tersebut di atas.

*and approved the above mentioned research proposal/protocol.*

Mengetahui

Ketua LP2M,  
*Chairman of LP2M*

Prof. Dr. Leny Nofianti, MS, SE, M.Si.Ak  
NIP.19751112 199903 2 001

Pekanbaru, 19 November 2024

Ketua,  
*Chairman*

drh. Rahmi Febriyanti, M.Sc  
NIP.19840208 200912 2 002



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

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

c. Dilarang mengutip hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

Hak cipta milik UIN Suska Riau





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

Jl. H.R. Soebrandt 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](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

**SURAT IZIN TRY OUT**

Nomor: B-2248E/Un.04/F.VI/PP.00.9/12/2024

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Rani Flonia  
NIM : 12160123986  
Jurusan : Psikologi S1  
Semester : VII (Tujuh)

untuk melakukan *try out* di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Self-compassion Terhadap Psychological Well-being Pada Remaja Yang Mengalami Body Shaming".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 18 Desember 2024  
Kuasa Dekan,



*[Signature]*  
Dr. Yuslenita Muda, S. Si., M. Sc  
NIP. 19770103 200710 2 001

Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

2. Dilarang mengemukakan 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.





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 Kcc. 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](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : B-3E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025  
Sifat : Penting  
Lampiran : 1 (satu) berkas  
Hal : Mohon Rekomendasi Riset

Pekanbaru, 02 Januari 2025

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 : Rani Flonia  
NIM : 12160123986  
Jurusan : Psikologi S1  
Semester : VII (Tujuh)

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

*"Hubungan Self-compassion Terhadap Psychological Well-being Pada Remaja Yang Mengalami body shaming."*

Lokasi : Kota 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,  
Kuasa Dekan,

Dr. H. Zuriatul Khairi, M. Ag., M. Si  
NIP. 19651022 198903 1 008

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.



**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](mailto:dpmptsp@riau.go.id)

**REKOMENDASI**

Nomor : 503/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/0  
 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-3E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025** tanggal **2 Januari 2025**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

- |                      |  |
|----------------------|--|
| 1. Nama              | : RANI FLONIA  |
| 2. NIM / KTP         | : 12160123986  |
| 3. Program Studi     | : PSIKOLOGI  |
| 4. Jenjang           | : S1   |
| 5. Alamat            | : PEKANBARU  |
| 6. Judul Penelitian  | : HUBUNGAN SELF-COMPASSION TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA YANG MENGALAMI BODY SHAMING |
| 7. Lokasi Penelitian | : KOTA 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 : 8 Januari 2025



Ditandatangani Secara Elektronik Melalui :  
 Sistem Informasi Manajemen Pelayanan (SIMPEL)

**DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
 PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
 PROVINSI RIAU**

Penyampaian :

Disampaikan Kepada Yth :

- Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
- Walikota Pekanbaru
- Up. Kaban Kesbangpol dan Linmas di Pekanbaru
- Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau di Pekanbaru
- Yang Bersangkutan

2. Dilarang mengemukakan 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 mengutip sumbernya. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumbernya.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumbernya.





# PEMERINTAH KOTA PEKANBARU BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

GEDUNG LIMAS KAJANG LANTAI III KOMP. PERKANTORAN PEMKO. PEKANBARU  
JL. ABDUL RAHMAN HAMID KOTA PEKANBARU



## SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : BL.04.00/Kesbangpol/58/2025



### 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/DPMPTSP/NON IZIN-RISET/0 tanggal 8 Januari 2025, perihal pelaksanaan kegiatan Penelitian Riset/Pra Riset dan pengumpulan data untuk bahan Skripsi.

### MEMBERITAHUKAN BAHWA :

- |                      |  |
|----------------------|--|
| 1. Nama              | : RANI FLONIA  |
| 2. NIM               | : 12160123986  |
| 3. Fakultas          | : PSIKOLOGI UIN SUSKA RIAU   |
| 4. Jurusan           | : PSIKOLOGI  |
| 5. Jenjang           | : S1   |
| 6. Alamat            | : JL. MUSTAMINDO   |
| 7. Judul Penelitian  | : HUBUNGAN SELF-COMPASSION TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA YANG MENGALAMI BODY SHAMING |
| 8. Lokasi Penelitian | : KECAMATAN TUAH MADANI  |

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, 8 Januari 2025

Pt. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA  
DAN POLITIK KOTA PEKANBARU

HADI SANJOYO, AP, M.Si

PEMBINA TINGKAT I

NIP. 19740410 199311 1 001

Tembusan

Yth : Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau di Pekanbaru.  
Yang Bersangkutan.

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
2. 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.



# PEMERINTAH KOTA PEKANBARU KECAMATAN TUAH MADANI

Alamat : Jalan H.R Soebrantas KM.15  
Pekanbaru - Riau

Pekanbaru, 09 Januari 2025

Nomor : HM.03.03/Kec.TM-Umum/09/2025  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Mohon Izin Riset

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Suska Riau  
di -  
Pekanbaru

Sehubungan dengan Surat Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau Nomor B-3E/Un.04/F.VII/PP.00.9/01/2025 tanggal 02 Januari 2025 perihal Mohon Rekomendasi Riset, maka dengan ini dapat Kami sampaikan bahwa pihak kami memberikan izin sepenuhnya kepada Mahasiswi :

Nama : Rani Flonia  
NIM : 12160123986  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi S1  
HP / Email : 088279034778/12160123986@students.uin-suska.ac.id

Untuk melaksanakan Riset di Lingkungan Kecamatan Tuah Madani Kota Pekanbaru, selagi tidak bertentangan dengan aturan dan ketentuan yang berlaku. Adapun pelaksanaan kegiatan tersebut akan dimulai pada tanggal 09 Januari s/d 28 Januari 2025.

Demikian disampaikan, kami ucapkan terima kasih.

CAMAT TUAH MADANI



Dr. Nurhasminsyah, S.STP, M.Si  
Pembina Diklat  
NIP. 19820420 200112 1 002

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta milik 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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





# PEMERINTAH KOTA PEKANBARU KECAMATAN TUAH MADANI

Alamat : Jalan H.R Soebrantas KM.15  
Pekanbaru - Riau

Pekanbaru, 30 Januari 2025

Nomor  
Sifat  
Lampiran  
Perihal

: HM.03.03/Kec.TM-Umum/33/2025  
: Biasa  
: -  
: Selesai Melaksanakan Riset

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Suska Riau  
di -  
Pekanbaru

Sehubungan dengan Surat Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Nomor B-3E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 tanggal 02 Januari 2025 perihal Mohon Rekomendasi Riset, maka dengan ini dapat Kami sampaikan bahwa Mahasiswi tersebut di bawah ini:

Nama : Rani Flonia  
NIM : 12160123986  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi/Smt : Psikologi / 8 (Delapan)  
HP/Email : 088279034778/12160123986@students.uin-suska.ac.id

Telah selesai melaksanakan Riset di Kecamatan Tuah Madani, yang dimulai pada tanggal 09 Januari s/d 28 Januari 2025.

Demikian disampaikan, kami ucapkan terima kasih.



Dr. NURHASMINSYAH, S.STP, M.Si  
Pembina Tk.I

NIP. 19820420 200112 1 002

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta milik 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 mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.