



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 DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF COMPASSION* DENGAN *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWA

SKRIPSI



OLEH:

MURTI AMELIA

NIM. 12060123135

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SULTAN SYARIF KASIM RIAU

PEKANBARU

1447 H/ 2025 M



HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF COMPASSION DENGAN BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWA

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

SKRIPSI

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana
Psikologi (S. Psi)



UIN SUSKA RIAU

OLEH:

MURTI AMELIA

NIM. 12060123135

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SULTAN SYARIF KASIM RIAU

PEKANBARU

1447 H/ 2025 M

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.

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF COMPASSION* DENGAN
BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWA**

Disusun Oleh:

Murti Amelia

NIM : 12060123135

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelas
Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, Juni 2025

Salmiyati, M.Psi.

Nip. 19880817201903201



PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial dan *Self Compassion* dengan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa
Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari / Tanggal : Senin / 14 Juli 2025 M

Bertepatan dengan : 19 Muharram 1447 H

TIM PENGUJI

Ketua

Dr. Kusnadi, M.Pd

NIDN 2012126701

Sekretaris

Salmivati, M.Psi, Psikolog

NIDN 2017088802

Penguji I

Dr. Lisva Chairani, M.A, Psikolog

NIDN 2007127901

Penguji II

Raudatussalamah, M.A

NIDN 2016107901

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



Dr. 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.

UIN SUSKA RIAU



SURAT PERNYATAAN

Saya Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Tempat / Tanggal Lahir : Perawang, 21 Agustus 2000
Fakultas : Psikologi
Prodi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Sosial Dan *Self Compassion*
 Dengan *Body Dissatisfaction* Pada MahasiswaP

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa:

1. Penulisan skripsi dengan judul sebagaimana adalah hasil pemilikan dan penelitian saya sendiri
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini, saya nyatakan sudah disebut sumbernya
3. Oleh karena Skripsi saya ini, saya menyatakan bebas dari plagiat.
4. Apabila di kemudian hari terbukti plagiat dalam penulisan Skripsi saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.
5. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 13 Maret 2025

Yang membuat pernyataan,



 Murti Amelia

NIM : 12060123135

1. Dilarang 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.

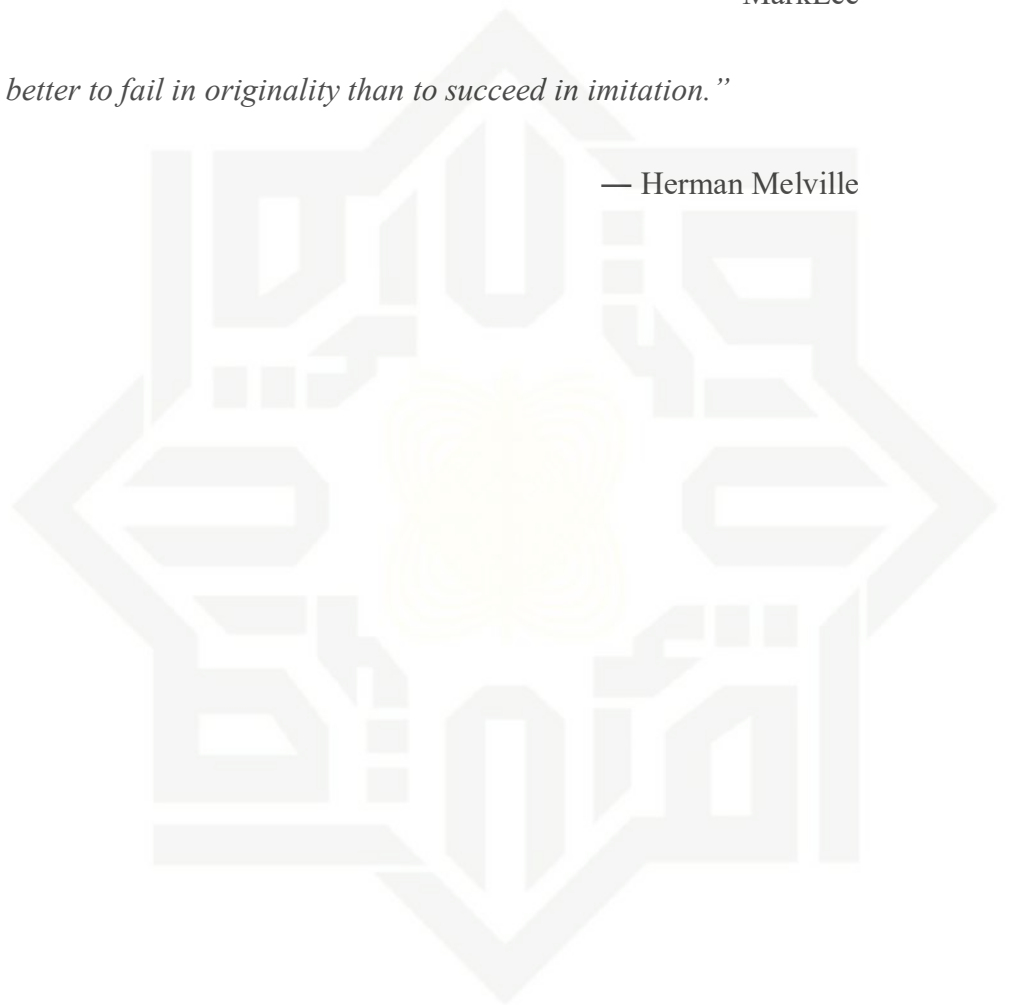
MOTTO

*“You, re doing fine, Sometimes You doing better, Sometimes You doing worse, But
at the end it’s You. So I Just want you to have no regrets, I want you to feel
yourself grow and just to love your self”*

— MarkLee

“It is better to fail in originality than to succeed in imitation.”

— Herman Melville



UIN SUSKA RIAU



LEMBAR PERSEMBAHAN

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji bagi Allah SWT yang atas anugerah dan karunia-Nya, peneliti dapat melanjutkan Pendidikan ke jenjang S1 di UIN Suska Riau, tepatnya di fakultas Psikologi. Tidak lupa pula peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada kedua orang tua peneliti yang selalu mendo'akan peneliti serta bekerja keras agar peneliti dapat melanjutkan pendidikan dengan nyaman dan aman. Dengan izin Allah, akhirnya peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Skripsi ini peneliti dedikasikan untuk kedua orang tua tercinta, Ayahanda M.Syafi'i dan Ibunda Nurmiati, yang telah memberikan dukungan baik secara materil maupun moril yang tak ternilai harganya. Semoga pencapaian ini dapat membawa kebahagiaan dan kebanggaan bagi mereka serta seluruh keluarga saya.

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.



KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan limpahan rahmat dan hidayah-Nya serta telah kemudahan bagi peneliti dalam menjalankan amanah dan tanggung jawab untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “hubungan dukungan sosial dan *self-compassion* dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa” dengan baik.

Tidak lupa pula penulis juga mengucapkan hormat dan terima kasih sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis, diantaranya:

1. Bapak M.Syafi'i dan Ibu Nurmiati selaku kedua orang tua penulis yang tidak henti memberikan semangat, doa, kasih sayang dan dukungan baik secara moral maupun secara material untuk menyelesaikan Skripsi ini.
2. Kepada ketiga kakak penulis Rati Melda Sari, Eka Indriyani, S.Pd. dan Devi Permata Sari, S.H. yang telah memberikan dukungan dan do'a sehingga memotivasi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti MS, SE, M.SI, AK, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, atas dedikasi dan komitmen beliau dalam memimpin serta meningkatkan mutu Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau ke tingkat yang lebih baik.

1. Dilarang 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.

4. Bapak Dr. H. Kusnadi, M. Pd., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 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 yang telah memberikan izin serta kesempatan kepada peneliti untuk menjalani pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau sejak awal hingga menyelesaikan seluruh proses studi.
5. Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.Psi., M.A., Psikolog, selaku Ketua Prodi dan Ibu Ricca Anggreini Munthe, S.Psi., M.A., selaku Sekretaris Prodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah menciptakan lingkungan belajar yang nyaman dan mendukung.
6. Ibu Dr. Mahyarni, S.E.,M.M selaku Dekan fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di fakultas tersebut
7. Bapak Prof. Dr. Imron Rosidi, S.Pd., MA. selaku Dekan fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di fakultas tersebut
8. Bapak Dr. Zulkifli, M.Ag selaku Dekan fakultas Syari'ah dan Hukum yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di fakultas tersebut

1. Dilarang 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.

9. Bapak Dr. H. Kadar, M.Ag selaku Dekan fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di fakultas tersebut
10. Bapak Dr. Zulkifli, M.Ag selaku Dekan fakultas Syari'ah dan Hukum yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di fakultas tersebut
11. Ibu Dr. Rina Rehyati, M.Ag selaku Dekan fakultas Ushuluddin yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di fakultas tersebut
12. Bapak Dr. Arsyadi Ali, M.S.Pt., M.Agr. Sc selaku Dekan fakultas Pertanian dan Peternakan yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di fakultas tersebut.
13. Bapak Dr. Hartono, M.Pd selaku Dekan fakultas Sains dan Teknologi yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian di fakultas tersebut.
14. Ibu Salmiyati, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberi arahan, petunjuk, dan masukan untuk penyusunan skripsi ini.
15. Ibu Dr. Lisya Chairani, M.A., Psikolog, selaku dosen penguji yang sudah memberikan masukan bersifat membangun, guna menyempurnakan skripsi ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

16. Ibu Raudatussalamah, S.Psi., M.Si., selaku dosen penguji yang sudah memberikan banyak masukan guna menyempurnakan skripsi ini.
17. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan banyak ilmu, dukungan, dan masukan untuk penulis.
18. Mahasiswa UIN Suska Riau, yang telah bersedia untuk menjadi subjek dalam penelitian ini dan mengisi skala penelitian dengan bersungguh-sungguh.
19. Puan Aisyah Maharani seorang teman yang selalu memberikan bantuan berupa dukungan dalam kehidupan kuliah dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
20. Teman-teman di Program Studi Psikologi, terutama Angkatan 2020 yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis guna menyempurnakan skripsi ini.

Penulis berharap skripsi ini dapat memenuhi kriteria skripsi yang baik dan benar. Namun penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, baik dalam penulisan dan lain sebagainya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangatlah diharapkan untuk perbaikan skripsi ini.

Pekanbaru, Juli 2024

Penulis



- 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

HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II.....	12
TINJAUAN TEORI.....	12
A. <i>Body Dissatisfaction</i>	12
B. Dukungan Sosial	18
C. <i>Self Compassion</i>	21
D. Kerangka Berpikir	27
E. Hipotesis Penelitian	31
BAB III.....	32
METODE PENELITIAN.....	32
A. Desain Penelitian	32
B. Identifikasi Variabel Penelitian	32
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	32
D. Subjek Penelitian	34
E. Metode Pengumpulan Data	35
F. Uji Coba Alat Ukur.....	38



G. Validitas dan Reliabilitas	38
H. Teknik Analisis Data	44
I. Prosedur Penelitian	44
BAB IV	45
HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Pelaksanaan Penelitian	45
B. Data Demografi Subjek Penelitian	46
C. Hasil Penelitian	48
D. Analisis Tambahan	54
E. Pembahasan	57
BAB V	62
PENUTUP	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	36
Tabel 3. 2 <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial.....	37
Tabel 3. 3 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i>	38
Tabel 3. 4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Dissatisfaction</i> (Setelah <i>Try Out</i>).....	40
Tabel 3. 5 <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial (Setelah <i>Try Out</i>).....	41
Tabel 3. 6 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> (Setelah <i>Try Out</i>).....	41
Tabel 3. 7 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Dissatisfaction</i> (Untuk Penelitian).....	42
Tabel 3. 8 <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial (Untuk Penelitian)	42
Tabel 3. 9 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> (Untuk Penelitian).....	43
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Skala Penelitian	44
Tabel 3. 11 Jadwal Penelitian.....	44
Tabel 4. 1 Data Demografi subjek penelitian	46
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 4. 3 Hasil Uji Linearitas	50
Tabel 4. 4 Hasil Uji Multikolinearitas	50
Tabel 4. 5 Hasil Uji Heteroskedastisitas	51
Tabel 4. 6 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	52
Tabel 4. 7 Hasil Uji Regresi Linear Berganda Secara Parsial.....	53
Tabel 4. 8 Norma Kategorisasi.....	54
Tabel 4. 9 Gambaran Hipotetik Variabel	55
Tabel 4. 10 Kategorisasi Dukungan Sosial	56
Tabel 4. 11 Kategorisasi <i>Self Compassion</i>	56
Tabel 4. 12 Kategorisasi <i>Body Dissatisfaction</i>	57

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.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Lembar Validasi Alat Ukur.....	69
Lampiran B Alat Ukur <i>Try Out</i>	100
Lampiran C Data Demografi Subjek <i>Try Out</i>	108
Lampiran D Tabulasi Data <i>Try Out</i>	111
Lampiran E Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem.....	121
Lampiran F Alat Ukur Penelitian	126
Lampiran G Data Demografi Subjek Penelitian	134
Lampiran H Tabulasi Data Penelitian	142
Lampiran I Uji Prasyarat Analisis	173
Lampiran J Hasil Uji Hipotesis	177
Lampiran K Hasil Analisis Tambahan	179
Lampiran L Surat Penelitian	181

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 Dukungan Sosial Dan *Self Compassion* Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa

Murti Amelia¹

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: murtiamelia821@gmail.com

Abstrak

Body dissatisfaction pada mahasiswa dapat menimbulkan dampak negatif pada kesehatan psikologis mahasiswa, seperti harga diri rendah, masalah mental hingga depresi, pemberian dukungan sosial pada mahasiswa dan *self-compassion* yang baik mampu menjadi *protector* bagi mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara dukungan sosial dan *self-compassion* dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*, dengan jumlah sampel yaitu sebanyak 269 mahasiswa UIN Suska Riau. Responden mengisi skala dukungan sosial yang disusun menggunakan teori dari Sarafino, skala *Self-Compassion Scale* versi bahasa Indonesia oleh Sugianto, dan skala *body dissatisfaction* menggunakan teori Rosen Reiter. Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan koefisien regresi (F) sebesar 30.213 dan $\text{sig.}(p) < 0,000$ yang menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan secara simultan antara dukungan sosial dan *self-compassion* terhadap *body dissatisfaction*, karena nilai F signifikan ($p < 0,05$). Nilai R^2 sebesar 0,185, yang berarti ada pengaruh dari dukungan sosial dan *self-compassion* pada *body dissatisfaction* sebesar 18,5%. Variabel dukungan sosial menjadi *predictor* yang lebih kuat pada penelitian ini. Penelitian ini dapat menjadi strategi efektif untuk menurunkan *body dissatisfaction* dengan cara peningkatan dukungan sosial dan *self-compassion* pada mahasiswa, baik bagi lingkungan kampus maupun lingkungan keluarga.

Kata kunci: Dukungan sosial. *self-compassion*, *body dissatisfaction*. mahasiswa.

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
UIN Suska Riau
Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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.

The Relationship between Social Support and Self Compassion with body dissatisfaction in Student

Murti Amelia¹

Faculty of Psychology, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: murtiamelia821@gmail.com

Abstract

Body dissatisfaction in students can have a negative impact on students' psychological health, such as low self-esteem, mental problems to depression, providing social support to students and good self-compassion can be a protector for students. This study aims to examine the relationship between social support and self-compassion with body dissatisfaction in students. Sampling using a simple random sampling technique, with a sample size of 269 students of UIN Suska Riau. Respondents filled out a social support scale compiled using Sarafino's theory, the Indonesian version of the Self-Compassion Scale by Sugianto, and a body dissatisfaction scale using Rosen Reiter's theory. The results of multiple linear regression analysis showed a regression coefficient (F) of 30.213 with a significance level (p) < 0.000 , indicating a significant simultaneous effect of social support and self-compassion on body dissatisfaction, as the F value is significant ($p < 0.05$). The R^2 value is 0.185, which means that there is an influence of social support and self-compassion on body dissatisfaction of 18.5%. The social support variable becomes a stronger predictor in this study. This study can be an effective strategy to reduce body dissatisfaction by increasing social support and self-compassion in students, both for the campus environment and the family environment.

Keywords: Social support, self-compassion, body dissatisfaction. students.



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peralihan masa remaja menuju ke fase dewasa yang terjadi pada usia 18-25 tahun. Pada usia ini biasanya individu sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi yang biasa disebut sebagai mahasiswa. Biasanya perubahan fisik terjadi pada usia remaja menuju dewasa, pada usia remaja individu mengalami perubahan dramatis akibat pubertas, sedangkan pada usia dewasa merupakan puncak performa fisik. Fisik yang berubah memunculkan respon dan pemikiran tersendiri bagi mahasiswa, berupa sebuah perilaku yang memberi perhatian ketika adanya perubahan pada bentuk tubuh dan memberikan gambaran tubuh ideal, menurut Irawan & Safitri (2014). Menurut Santrock (2012) Individu memperhatikan penampilan dikarenakan terjadinya perubahan pada fisik di saat masa remaja hingga dewasa awal dan pada fase ini juga terjadi puncak performa fisik yang mulai dialami oleh seseorang.

Bentuk tubuh yang dianggap tidak sama dengan standar bentuk tubuh ideal yang diharapkan, membuat individu rela melakukan segala cara untuk mengubah bentuk tubuhnya. Diet menjadi solusi bagi individu untuk mengubah bentuk tubuhnya yang dianggap terlalu gemuk. *Mindset* kurus yang dimiliki individu mendorong individu melakukan diet untuk mengubah bentuk tubuh yang dianggap tidak ideal, yang mana dianggap sebagai perilaku dari fenomena tidak puas pada bentuk tubuh atau *body dissatisfaction*. Salah satu faktor yang mempengaruhi *body*

1. Dilarang 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.

dissatisfaction menurut Hall (2009) yaitu *mindset* kurus, yang mana sebagian orang yang memiliki *mindset* kurus akan melakukan diet untuk menurunkan berat badan.

Grogan (1999) mengartikan *body dissatisfaction* sebagai perasaan juga pemikiran negatif seseorang pada tubuhnya. Penilaian tentang *body dissatisfaction* Menurut Prima dan Sari, (2013) *Body dissatisfaction* memicu remaja untuk berusaha memperbaiki tampilan fisiknya. Menurut Al-Mighwar, dalam Prima dan Sari (2013) mengatakan sebagian besar remaja putri menginginkan bentuk tubuh yang ideal seperti memiliki tubuh yang langsing, pinggul dan pinggang yang lebih kecil, lengan dan tungkai kaki yang lebih ramping, dan payudara yang lebih besar.

Grogan (2008) mengemukakan bahwa remaja mengalami *Body Dissatisfaction* terjadi karena individu menilai tubuhnya secara negatif dan adanya ketidakseimbangan penilaian individu terhadap bentuk tubuh yang dimiliki dengan bentuk tubuh ideal yang diinginkan. Dalam penelitian yang dilakukan Wulandari (2020) ditemukan tingkat ketidakpuasan tubuh yang dialami mahasiswa Bandung masih tinggi yaitu sebesar 53%. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan Herawati (dalam Suprpto, 2007) melakukan penelitian di Jakarta pada tahun 2003, ditemukan data bahwa sebanyak 40% perempuan berusia 18-25 tahun mengalami *body dissatisfaction* dalam kategori tinggi, dan 38% dalam kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa *body dissatisfaction* merupakan permasalahan yang cukup signifikan di kalangan remaja akhir dan dewasa awal, terutama di lingkungan perkotaan.

Perilaku diet menjadi dampak dari fenomena *Body dissatisfaction*. Menurut Grogan (1999) Salah satu indikator perilaku *body dissatisfaction* adalah keinginan



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.

untuk mengubah bentuk tubuh melalui pola makan. Selain itu menurut Mukhlis (2013) menyatakan bahwa dampak dari *body dissatisfaction* yang dialami oleh remaja akan berdampak pada kecenderungan remaja untuk melakukan diet ekstrim, menggunakan rokok sebagai alternatif diet, hingga mengakibatkan gangguan makan, dan juga menyebabkan harga diri yang rendah, depresi, dan masalah mental lainnya. Dilansir dari Kompasiana.com maraknya diet dimasa sekarang menimbulkan obsesi pada remaja, sehingga para remaja mudah terpengaruh oleh *trend* diet ketat, olahraga berlebihan, dan asupan makanan yang tidak ideal, yaitu tanpa memperhatikan gizi, hal itu tentu berdampak buruk pada kesehatan.

Pendapat Rosenberg (dalam Resky dkk, 2021) mengatakan bahwa *body dissatisfaction* berdampak pada penolakan pada diri sendiri, individu merasa tidak cukup atas apa yang ada pada dirinya, memiliki pandangan negatif pada diri, serta individu tersebut mempunyai harga diri yang rendah. Selain itu Choi & Choi (dalam Dewi & Dianovinina, 2022) mengungkapkan *body dissatisfaction* telah dihubungkan dengan bermacam macam permasalahan psikologis, diantaranya mempengaruhi kecenderungan individu untuk mengalami depresi. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dewi & Dianovinina (2022) menemukan hubungan yang signifikan antar *body dissatisfaction* dengan depresi. Yang mana, depresi akan semakin rendah apabila tingkat *body dissatisfaction* seseorang itu juga rendah, begitu juga sebaliknya semakin tinggi tingkat *body dissatisfaction* seseorang, maka kategori depresi yang dialami semakin tinggi juga. Lalu pada penelitian oleh Resky dkk, Harlina & Andi (2021) di temukan hasil penelitian menyatakan adanya hubungan negatif antara harga diri dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswi di



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.

kota Makassar, yang menggambarkan bahwa tingginya tingkat harga diri akan mempengaruhi *body dissatisfaction* menjadi semakin rendah, sebaliknya jika harga diri pada individu rendah, akan mempengaruhi *body dissatisfaction* menjadi tinggi pada mahasiswi di kota Makassar.

Menurut Thompson (2007) Setiap orang memiliki kemauan untuk terlihat sempurna di depan orang lain, dan dikarenakan keinginan itulah yang memunculkan kekhawatiran pada seorang tersebut, hal itu akan mengubah seorang individu untuk melakukan berbagai hal dengan harapan penampilannya tampak menarik sesuai dengan yang dikehendaki, sebab individu menilai penampilan yang menarik akan mampu memberikan sebuah anggapan yang membangun diri individu tersebut dan mampu membuat akses hubungannya dengan orang lain. Menurut Grogan (dalam Hati 2022) menjelaskan bahwa *Body dissatisfaction* terjadi di saat pemikiran individu pada tubuhnya menjadi negatif dan ada ketimpangan antara penilaian individu pada tubuh yang dimiliki dengan citra tubuh idealnya.

Selain itu, Hall (2009) menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *body dissatisfaction* ialah interaksi individu dengan teman sebaya, lingkungan sosial dan media, *mindset* kurus dan kurangnya dukungan sosial. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Nindita (2018) yang menunjukkan bahwa tingginya dukungan sosial yang didapat individu mampu mempengaruhi kepuasan terhadap bentuk tubuh, dan begitupun sebaliknya rendahnya dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi *body dissatisfaction* pada individu.

Kartikasari dalam Darmayanti (2023) mengatakan bagi setiap individu dukungan sosial sangatlah penting, dengan adanya dukungan sosial seorang



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

individu mampu mendapatkan kepercayaan diri, dukungan sosial dapat membantu seseorang yang sedang mengalami tekanan merasa lebih positif tentang diri mereka sendiri. Dukungan sosial mampu membantu seseorang dalam tekanan merasa lebih positif tentang diri mereka sendiri.

Sarafino (2011), menyebutkan bahwa dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, atensi, penghargaan, atau bantuan yang diberikan oleh seseorang atau sekelompok kepada individu. Menurut Demaray, dkk (dalam Maharani 2021) Dukungan sosial merupakan respon individu untuk diperhatikan, dihormati dan dihargai oleh orang lain di jaringan sosial mereka yang mengembangkan aktivitas pribadi, membantu memecahkan sumber stres, dan dapat mencegah hasil negatif. Dukungan sosial berhubungan negatif dengan *body dissatisfaction*. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Nindita (2018) yang mengatakan semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka semakin rendah kecenderungan *body dissatisfaction*.

Selain dukungan sosial yang menjadi faktor yang mempengaruhi *Body dissatisfaction*, menurut Rodgers dkk (2017) adanya *self-compassion* pada diri individu mampu mengurangi terjadinya perilaku membandingkan penampilan mereka dengan orang lain. Andini dalam (Hati, 2022) mengungkapkan adanya *self compassion* pada individu dapat menjadi faktor protektif dalam menurunkan *body dissatisfaction*. Dalam sebuah penelitian ditemukan *self compassion* juga berpengaruh terhadap *body dissatisfaction*,. Rodgers dkk (2017) menjelaskan *Self compassion* memberikan bantuan kepada individu untuk membenahi pikiran dan perasaan mereka agar menerima dan tidak menghakimi terkait dengan citra tubuh.



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.

Selain itu, frekuensi individu dalam membandingkan penampilan mereka dengan orang lain dapat berkurang dengan adanya *self compassion*.

Dalam riset yang dilakukan oleh Hati dan Soetjningsih (2022) adanya korelasi negatif yang signifikan antara *self compassion* dengan *body dissatisfaction* pada dewasa awal pengguna Instagram, sehingga tingginya *self compassion* akan mempengaruhi *body dissatisfaction* menjadi lebih rendah pada dewasa awal pengguna Instagram. Sebaliknya, semakin rendah *self compassion* maka akan semakin tinggi *body dissatisfaction* pada dewasa awal pengguna Instagram. Neff (2003) mengatakan bahwa *Self compassion* merupakan perasaan memahami, menerima dan menyadari diri sendiri akan penderitaan, kegagalan, ataupun kesalahan dengan tidak menghakimi dan menghindar dari kekurangan, kegagalan dan ketidaksempurnaan. Rahmat dkk (2021) menyatakan dengan memiliki *Self compassion* juga menyiratkan individu akan mencegah perasaan menderita, sehingga munculnya perilaku produktif yang bertujuan mempertahankan kesejahteraan. Dapat disimpulkan bahwa *Self compassion* pada diri individu mampu mengurangi ketidakpuasan tubuh atau *body dissatisfaction*.

Body dissatisfaction pada mahasiswa mampu menimbulkan banyak dampak yang terjadi pada diri individu seperti diet ekstrim hingga depresi yang bisa menjadi hambatan bagi mahasiswa untuk mengembangkan potensinya. Dengan adanya dukungan sosial dan *self-compassion* dapat mempengaruhi berkurangnya *body dissatisfaction* pada mahasiswa.



1. Dilarang 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.

B. Rumusan Masalah

Beralaskan latar belakang, adapun rumusan masalah pada penelitian ini yaitu Apakah ada Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Self compassion* dengan *Body Dissatisfaction* pada mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Berlandaskan permasalahan yang diajukan, maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara Dukungan sosial dan *Self compassion* terhadap *Body Dissatisfaction* terhadap mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini penulis harapan dapat bermanfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis.

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memperluas konsep teori, wawasan dan ilmu pengetahuan bidang keilmuan psikologi terutama mengenai bidang psikologi kesehatan atau yang bersangkutan dengan dukungan sosial dan *self-compassion* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini mampu menjadi rujukan dalam memperkaya informasi terkait gambaran dukungan sosial dan *self-compassion* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswa. Penelitian ini mampu menghadirkan pemahaman terutama untuk ibu pasca melahirkan mengenai perilaku ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh.



E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini adalah perluasan dari riset-riset terdahulu. Namun, terdapat beberapa ketidaksamaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian terdahulu. Diantaranya yakni dalam kriteria subjek dan Variabel dependen yang digunakan.

Adapun penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hati dan Soetjiningsih (2022), yang berjudul “Hubungan *Self Compassion* Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Dewasa Awal Pengguna Instagram”. Temuan pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *Self compassion* terhadap *Body Dissatisfaction* pada dewasa awal pengguna Instagram. Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Hati dan Soetjiningsih (2022) dengan penelitian yang akan peneliti lakukan terdapat pada variabel (X) *self-compassion*, namun pada penelitian yang akan penulis teliti memiliki dua variabel (X) yaitu dukungan sosial pada variabel (X₁) dan *self-compassion* pada variabel (X₂). Sedangkan pada variabel (Y) penulis sama-sama menggunakan *body dissatisfaction* sebagai variabel yang dipengaruhi. Selanjutnya pada pemilihan subjek yang dilakukan terdapat perbedaan, dimana dalam penelitian yang dilakukan Hati dan Soetjiningsih (2022) adalah dewasa awal yang menggunakan Instagram, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu mahasiswa yang berada pada fase remaja akhir hingga dewasa awal.

Penelitian yang dilakukan oleh Darmayanti dan Romlah (2023) yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan *Body Dissatisfaction* Wanita Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram”. Temuan pada penelitian ini menyatakan bahwa tidak ditemukan korelasi antara dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal

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.

pengguna media sosial instagram. Adapun persamaan yang terdapat pada penelitian yang dilakukan Darmayanti dan Romlah (2023) dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu, terdapat pada variabel (X) Dukungan sosial dan variabel (Y) *Body dissatisfaction*. Dan pada pemilihan subjek yang dilakukan oleh Darmayanti dan Romlah (2023) dengan penelitian yang akan penulis teliti yaitu, pada penelitian yang dilakukan oleh Darmayanti dan Romlah (2023) menggunakan Pengguna Media Sosial Instagram yang berada pada fase dewasa awal sebagai subjek, dan penelitian yang akan penulis lakukan juga menggunakan Dewasa awal sebagai subjek penelitian, namun terdapat perbedaan pada kategori subjek, yaitu subjek yang penulis gunakan yaitu berfokus pada mahasiswa dan tidak harus pengguna media sosial Instagram.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Humaira dan Aviani (2023) yang berjudul “Pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* pada perempuan *emerging adulthood* pengguna media sosial di Sumatera Barat”. Pada penelitian ini ditemukan bahwa *social comparison* dapat berpengaruh pada ketidakpuasan tubuh perempuan *emerging adulthood* pengguna media sosial di Sumatera Barat. Dari 274 partisipan ditemukan subjek dengan *body dissatisfaction* dengan kategori ‘sedang’, yaitu sebanyak 206 subjek (75.2%) kemudian, sebagian lainnya berada pada kategori ‘tinggi’ (15%) dan ‘rendah’ (9.9%). Adapun kesamaan penelitian yang dilakukan oleh Humaira dan Aviani (2023) dengan penelitian yang akan penulis lakukan yaitu terdapat pada variabel (Y) *Body dissatisfaction*. Selanjutnya terdapat perbedaan pada variabel (X) dimana peneliti menggunakan dukungan sosial dan *self-compassion* sebagai variabel (X). Lalu pada subjek



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.

penelitian, Humaira dan Aviani (2023) menggunakan 274 perempuan muda yang berdomisili Sumatera Barat antara usia 18 hingga 25 tahun. Sedangkan penulis akan berfokus pada mahasiswa sebagai subjek penelitian.

Berikutnya riset yang dilakukan Nindita (2018) yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Awal Putri”. Hasil penelitian menyatakan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *Body dissatisfaction* pada remaja awal putri. Responden pada penelitian yang dilakukan Nindita 2018 ini menggunakan 28 partisipan yang menduduki bangku kelas 2 dan 3 SMP, ditemukan sebanyak 22 orang berada pada kategori *body dissatisfaction* rendah, 10 orang pada kategori *body dissatisfaction* sedang, dan sebanyak 26 orang yang berada pada kategori *body dissatisfaction* tinggi. Berdasarkan paparan tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek yang berpartisipasi memiliki tingkat *body dissatisfaction* yang tinggi. Adapun persamaan yang terdapat pada penelitian yang dilakukan oleh Nindita (2018) dengan penelitian yang akan penulis lakukan, yaitu terdapat pada variabel (X) yaitu Dukungan sosial. Namun pada penelitian yang akan penulis lakukan, menggunakan dua Variabel (X) yaitu dukungan sosial dan *Self Compassion*. Dan persamaan berikutnya terdapat pada variabel (Y) yaitu *Body Dissatisfaction*. Selain itu subjek pada penelitian yang dilakukan oleh Nindita (2018) dan yang akan penulis lakukan, sama-sama menggunakan remaja awal, sedangkan pada penelitian yang akan penulis lakukan menggunakan Mahasiswa sebagai subjek penelitian, yang mana Mahasiswa berada pada rentang usia remaja akhir hingga dewasa awal.



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 yang dilakukan Maimunah dan Satwika (2021) dengan judul “Hubungan Media Sosial Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa Perempuan Di Kota Surabaya”. Ditemukan korelasi yang positif dan cukup signifikan antara media sosial yang lebih ditegaskan pada tingkat keseringan penggunaan dengan *body dissatisfaction*, yang mana hasil positif yang diperlihatkan membuktikan tingginya intensitas penggunaan media sosial akan mempengaruhi tingginya *body dissatisfaction* pada individu. Adapun kesamaan pada penelitian yang dilakukan Maimunah dan Satwika (2021) yaitu terdapat pada variabel (Y) yang mana sama sama menggunakan *body dissatisfaction* sebagai variabel yang dipengaruhi. Selain itu penelitian yang dilakukan Maimunah dan Satwika (2021) memerlukan 228 mahasiswi di kota Surabaya yang dalam usia dewasa awal sebagai subjek. Penelitian yang akan penulis lakukan juga menggunakan Mahasiswa sebagai subjek penelitian. Selanjutnya terdapat perbedaan pada variabel (X) yang mana Maimunah dan Satwika (2021) menggunakan media sosial sebagai variabel (X) sedangkan Penulis menggunakan dukungan sosial dan *self compassion* sebagai variabel (X).

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. *Body Dissatisfaction*

1. Definisi *Body Dissatisfaction*

Menurut Rosen dan Reiter (1995), *body dissatisfaction* memiliki ciri antara lain mengevaluasi bentuk tubuh secara negatif; baik semua bagian maupun bagian-bagian tertentu dari tubuh individu tersebut, perasaan malu pada bentuk tubuh yang dimiliki, *body checking*, kamuflase tubuh dan meninggalkan kegiatan sosial dan berinteraksi dengan orang lain. Sedangkan *body dissatisfaction* didefinisikan Grogan (2007) ialah sebuah perasaan dan pikiran negatif seseorang pada tubuhnya. Cash dan Szymanski (1995) mengatakan bahwa *body dissatisfaction* ialah hasil evaluasi negatif individu pada ukuran tubuh, bentuk otot, dan berat badan yang melibatkan perbedaan pada tubuh saat ini dengan tubuh ideal.

Body dissatisfaction menurut Bearman ,et al., (2006) diartikan sebagai perasaan tidak suka pada berat dan bentuk tubuh. *Body dissatisfaction* terjadi dari hasil pengalaman individu dan juga hasil dari interaksi dengan lingkungan yang menimbulkan perasaan tidak puas pada bentuk tubuh. *Body dissatisfaction* menurut Sajcova (2008) yaitu sebuah anggapan negatif pada bentuk tubuh yang timbul di saat gambaran mengenai bentuk tubuh seseorang tidak selaras dengan apa yang dimilikinya. Rahmawati (Candra & Anita, 2022) mengungkapkan bahwa salah satu alasan terjadinya ketidakpuasan bentuk tubuh yaitu dikarenakan individu mencoba untuk mengikuti standar ideal yang ada dan dimiliki oleh orang lain.

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.

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



Body dissatisfaction menurut Sumali dkk (2008) yaitu sebuah bentuk rasa tidak puas pada tubuh yang berasal dari hasil pengalaman individu dan juga merupakan hasil dari interaksi dengan lingkungan. *Body dissatisfaction* menurut Hall (2009), merupakan penilaian negatif seorang individu terhadap tubuhnya. individu memberi evaluasi dan memberikan tanggapan negatif pada tubuhnya, yaitu dengan merasa tidak memiliki tubuh yang bagus. *Body dissatisfaction* menurut Ogden (2010) yaitu perasaan tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki dikarenakan adanya tanggapan tentang bentuk tubuh ideal yang berbeda dengan bentuk tubuh yang dimiliki individu tersebut.

Dari paparan mengenai *body dissatisfaction* diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa, *Body dissatisfaction* adalah penilaian negatif seorang individu terhadap bentuk tubuhnya yang mengacu pada bentuk tubuh yang ideal.

2. Aspek Aspek *Body Dissatisfaction*

Rosen dan Reiter (1995) mengungkapkan terdapat beberapa aspek *body dissatisfaction*, antara lain yaitu:

a. Penilaian negatif pada bentuk tubuh

Penilaian negatif pada bentuk tubuh yang dilakukan oleh individu terhadap tubuhnya baik pada bagian tertentu maupun secara keseluruhan.

b. Perasaan malu pada bentuk tubuh saat berada di lingkungan sosial

Perasaan malu disini yaitu keadaan dimana seseorang merasa orang lain akan memperhatikan bentuk tubuhnya dan menimbulkan rasa malu pada individu tersebut.

1. Dilarang 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.

c. *Body Checking*

Body Checking yaitu keadaan dimana individu memeriksa bentuk tubuh dengan cara mengukur dan mengukur berat badan atau bahkan melihat penampilan di depan cermin.

d. Kamouflage tubuh

Kamouflage tubuh biasanya individu melakukan penyamaran bentuk tubuh dengan cara menutupi bagian tubuh yang dianggap tidak sesuai, demi menyenangkan hati individu tersebut.

e. Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain.

Menghindari aktivitas dan kontak fisik merupakan penghindaran yang dilakukan individu untuk tidak bertemu dengan orang lain dilingkungan.

3. Faktor yang mempengaruhi *Body Dissatisfaction*

Faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* menurut Hall (2009) yaitu:

a. Interaksi dengan teman sebaya (*Peer Relationships*)

Hubungan teman sebaya menjadi *predictor* tingkat *body dissatisfaction* terhadap remaja putri. Hubungan teman sebaya mempengaruhi harga diri remaja putri, memberikan dukungan emosional, dan berkontribusi dalam pembentukan identitas. Dukungan positif dari hubungan dengan teman sebaya penting untuk citra tubuh yang sehat. Hubungan dengan teman sebaya dapat memberi validasi tentang kecukupan penelitian individu dan berkorelasi dengan kepuasan tubuh yang pasif.



b. Lingkungan sosial dan media (*Pressure to Be Thin from Social Environment and Media*)

Tekanan untuk menjadi kurus bisa berasal dari berbagai sumber, seperti orang tua, teman sebaya, pasangan dan media. Sumber-sumber tersebut secara langsung maupun tidak langsung dapat menekan individu untuk menjadi kurus. Misalnya orang tua yang mendorong putrinya untuk berdiet atau teman yang secara tidak langsung memberikan tekanan dengan menyuarakan kekaguman terhadap model kurus yang tampil di televisi.

c. *Mindset* kurus (*Internalization of Thinness*)

Mindset dari kurus ideal yang ada saat ini untuk perempuan dan keyakinan akan hal ini mencapai kekurusan akan menghasilkan banyak manfaat sosial yang berbeda seperti penerimaan dan keberhasilan akademis, juga dianggap ketidakpuasan terhadap tubuh. Pencapaian tanpa henti dari tubuh yang sangat kurus yang tidak realistis dan tidak dapat dicapai mampu meningkatkan *body dissatisfaction* pada individu.

Pada faktor *Mindset* kurus menunjukkan bahwa individu tidak memiliki pemahaman diri atau *self-compassion* yang baik, dimana individu berpikir bahwa dengan memiliki tubuh yang kurus individu tersebut akan merasa diterima dan merasa lebih puas terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya.

d. Kurangnya dukungan sosial (*Social Support Deficits*)

Kurangnya dukungan sosial mampu meningkatkan *body dissatisfaction* pada individu. Karena kurangnya dukungan sosial tanpa syarat sari keluarga dan teman dianggap menimbulkan perasaan negatif terhadap penampilan fisik seorang

1. Dilarang 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.



individu. Dukungan sosial yang dirasakan juga dapat mencegah individu untuk terjerumus tekanan *body dissatisfaction*.

Faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya *body-dissatisfaction* menurut Brehm (dalam Iswari Hartini, 2005) antara lain:

- a. Standar kecantikan yang tidak mungkin dicapai

Setiap wilayah memiliki standar kecantikan yang berbeda, Sebagian besar kebudayaan, walaupun berbeda, biasanya menganggap penampilan yang baik dan menyenangkan sebagai status yang lebih tinggi, kesempatan yang lebih baik untuk menarik lawan jenis, dan hal positif yang lain. *Body dissatisfaction* merupakan kesenjangan antara bentuk tubuh yang ideal dengan bentuk tubuh individu yang sesungguhnya.

- b. Kepercayaan atau keyakinan bahwa kontrol terhadap diri akan menghasilkan tubuh yang sempurna

Pada kenyataannya kontrol terhadap tampilan tubuh sangat terbatas. Kepercayaan bahwa berat badan merupakan fungsi kontrol diri sering kali menjerumuskan. Kepercayaan tersebut akan menyebabkan seseorang merasa frustrasi dan bersalah apabila usaha untuk mengontrol berat badannya tidak memberikan hasil yang diinginkan atau mencapai berat badan ideal.

- c. Ketidakpuasan yang mendalam terhadap diri sendiri dan kehidupan

Tingkat kepuasan terhadap bentuk tubuh yang tinggi diasosiasikan dengan tingkat harga diri sosial yang tinggi pula. Beberapa ahli citra tubuh percaya bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh terutama apabila diikuti dengan adanya perasaan



benci terhadap tubuhnya merupakan suatu ekspresi dari harga diri yang rendah. Hal ini bisa terjadi karena tubuh merupakan bagian diri yang dapat dilihat, sehingga bila individu memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, maka individu tersebut juga akan memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya.

- d. Kebutuhan akan kontrol karena banyak hal yang tidak dapat dikontrol

Manusia pasti memiliki masalah-masalah dalam hidupnya, dan sebagian masalah tersebut tidak memiliki jawaban kendati orang yang bersangkutan sangat membutuhkan jawaban atas suatu masalah. Keadaan ini dapat menyebabkan sebagian orang berusaha mengontrol hal-hal yang dapat mereka kontrol, misalnya mengontrol apa yang mereka makan dan mengontrol berat badan. Dengan mengontrol tubuh seperti itu, individu dapat merasa tertolong sebab setidaknya individu tersebut memiliki pengaruh terhadap hidupnya.

- e. Hidup dalam budaya “*first impressions*”

Penampilan seseorang merupakan hal yang sangat penting. Lingkungan sering kali menilai seseorang berdasarkan pakaian, cara bicara, cara berjalan dan tampilan fisik. Tampilan yang baik sering diasosiasikan dengan status yang lebih tinggi, kesempatan yang lebih luas untuk dapat menarik pasangan dan kualitas positif lainnya.

4. Dampak *Body Dissatisfaction*

Menurut Grogan (1999) dampak dari *body dissatisfaction* antara lain adalah depresi, dimana individu yang mengalami *body dissatisfaction* lebih rentan mengalami depresi dan kecemasan. *Anoreksia* yaitu kondisi gangguan makan 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.

dialami oleh individu secara sukarela. *Bumila* yaitu kehilangan control makan yang begitu besar dalam waktu singkat. Selain itu Ogden (2010) mengemukakan bahwa dampak dari *body dissatisfaction* antara lain Kecemasan depresi, gangguan makan hingga kematian. Sejcova (2008) mengemukakan dampak dari *Body dissatisfaction* mempengaruhi kepercayaan diri, dimana individu yang mengalaminya akan memiliki kepercayaan rendah. Selanjutnya yang dipengaruhi adalah harga diri, dimana individu akan mengalami harga diri yang menurun, dan yang terakhir adalah penilaian diri yang negatif yang dimiliki individu terhadap dirinya

B. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Sarafino (2011) mendefinisikan dukungan sosial yaitu sebuah pemberian rasa damai, atensi, apresiasi, atau pemberian bantuan kepada individu yang diberikan oleh personal maupun kelompok. Menurut Kumalasari & Ahyani (2012) Dukungan sosial adalah suatu hubungan yang didalamnya terjadi sebuah pertolongan yang diberikan kepada seorang individu yang menyertakan interaksi dengan lingkungannya, yang mana dukungan sosial ini bisa dalam bentuk memberikan informasi, memberikan apresiasi, memberikan atensi secara emosional, serta pemberian bantuan instrumental. Dukungan sosial artikan sebagai suatu kesan yang diterima oleh seseorang dalam bentuk rasa nyaman, diberikan perhatian, merasa dihargai, dihormati, serta dicintai dan disayangi oleh orang-orang disekitar yang dekat dengannya (Mufidah, 2017). Sedangkan dukungan sosial menurut Ogden (2007), ialah kuantitas dari teman yang dimiliki oleh seorang individu (dalam Isnaini dan Abdul, 2021). Menurut Taylor (Shaina, 2016) mengartikan dukungan



sosial adalah sebuah informasi yang diberikan oleh orang yang dicintai dan dikedulikan, dihormati dan dihargai, serta bagian dari hubungan dan kewajiban bersama.

Berdasarkan paparan mengenai Dukungan sosial diatas ditarik kesimpulan bahwa, dukungan sosial merupakan sikap yang diterima individu berupa atensi dan penghargaan yang diberikan secara emosional yang menimbulkan rasa nyaman pada individu yang menerimanya.

2. Aspek Aspek Dukungan Sosial

Terdapat beberapa dimensi dalam dukungan sosial menurut Sarafino (2011) antara lain:

a. Dukungan emosional (*emotional support*),

Dukungan emosional disini terdiri dari perasaan empati, rasa peduli, dan pemberian atensi kepada individu. Dukungan emosional ini bisa berupa pemberian perhatian dan mau mendengar curhatan dan keluh kesah orang lain. Dukungan penghargaan bisa melalui ungkapan hormat atau apresiasi positif kepada individu, serta membandingkan individu tersebut dengan orang lain dalam konteks yang positif.

b. Dukungan instrumental (*instrumental support*)

Dukungan ini terdiri dari pertolongan secara langsung kepada orang lain, dimana dukungan instrumental ini seperti memberikan pinjaman uang kepada mereka yang sedang membutuhkannya atau membantu untuk mengerjakan suatu pekerjaan.



c. Dukungan informatif (*informational support*)

Dukungan informatif terdiri dari memberikan nasehat, memberikan saran, kritikan yang membangun, memberi arahan, maupun *feedback* kepada orang lain, sehingga individu akan mencoba mencari jalan keluar dari setiap permasalahan yang dilalui.

d. Dukungan Persahabatan (*companioship support*)

Dukungan ini mengarah pada kesediaan kelompok untuk menikmati waktu bersama, sehingga memberikan rasa kebersamaan dalam sebuah kelompok untuk beraktivitas sosial bersama.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (1994) dukungan sosial dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut:

a. Penerimaan dukungan

Dukungan tidak bisa diperoleh oleh seseorang apabila mereka tidak menunjukkan kebaikan, enggan memberikan bantuan kepada orang lain dan tidak memberikan akses kepada orang lain untuk memahami dirinya memerlukan bantuan.

b. Penyediaan dukungan

Individu tidak akan mendapatkan dukungan apabila pemberi dukungan tidak mempunyai sumber daya yang diperlukan oleh individu, pemberi dukungan sedang mengalami stress dan juga memerlukan dukungan atau kemungkinan mereka tidak cukup peka dengan keperluan orang lain.

1. Dilarang 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.



c. Susunan dan struktur jaringan sosial

Bentuk hubungan bermacam macam dari segi ukuran, ialah banyaknya orang yang biasa dihubungi; kekerapan hubungan, ialah hubungan seorang tersebut apakah keluarga dari individu, teman, partner kerja, dan sebagainya; dan keakraban, yaitu relasi individu dan adanya kemauan untuk saling mempercayai.

C. Self-Compassion

1. Definisi Self Compassion

Neff (2003) mengartikan *self-compassion* sebagai bentuk penafsiran diri mengenai penderitaan, kegagalan, maupun kesalahan dengan tidak mengadili dan menghindari dari kekurangan, kegagalan dan rasa tidak sempurna. Rodgers dkk, (2017) memaparkan bahwa dengan adanya *self-compassion* akan menjauhkan individu dari keinginan mengubah bentuk tubuh. Adanya *self-compassion* bisa membantu individu untuk menyusun ulang tanggapannya tentang citra tubuh mengakibatkan individu mampu diperoleh dengan mutlak tanpa menghakimi tubuhnya.

Neff, Rude dan Kirkpatrick (2007) menyatakan bahwa *self compassion* merupakan wujud dari akseptasi diri yang positif juga sebuah perilaku terbuka terhadap dimensi diri sendiri dan kehidupan yang tidak selaras. Untuk melatih *self compassion*, dibutuhkan tiga bagian dasar yang memiliki keterkaitan yaitu *self kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*. Barnard dan Curry (2011) mengatakan *self compassion* mengacu pada reaksi melihat sebuah kejadian yang tidak menyenangkan dengan pikiran rasional dan menerima dengan optimis.



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.

Menurut Hidayati dan Maharani (dalam Andine, 2018) *self compassion* ialah perpaduan antara motivasi, perhatian, interpretasi dan perilaku yang menunjukkan kasih sayang dengan tujuan menimbulkan kemauan untuk menghilangkan kesulitan dan pengidapan, yang mana kasih sayang tersebut disampaikan kepada dirinya sendiri. Gilbert dkk mengartikan *Self compassion* sebagai sikap meyakini diri menunjukkan kemampuan seseorang dalam bermurah hati, tetapi tidak melihat proses dinamis murah hati sesuai konseptual dari Neff (Sugianto, 2020).

Adine (2018) mendefinisikan *Self-compassion* sebagai suatu emosi mengenai kompetensi terhadap kebaikan diri sendiri, kesabaran dan kognisi terhadap diri sendiri dan tidak menghakimi diri secara berlebihan untuk mengurangi dampak negatif saat mendapatkan berbagai kesulitan atau permasalahan yang terjadi pada individu serta adanya pengertian bahwa penderitaan dan kegagalan adalah bagian dari kehidupan setiap manusia

Dari beberapa definisi diatas ditarik kesimpulan bahwa *self compassion* adalah sikap penerimaan diri yang sehat seseorang terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, tanpa menyalahkan atau menghakimi ketidaksempurnaan yang dimiliki individu tersebut.

2. Aspek Aspek *Self Compassion*

Adapun aspek *self compassion* yang dikemukakan oleh Neff (2003). Pertama (*self kindness*) vs *self judgment*. Kedua (*common humanity*) vs *isolation*, dan yang terakhir adalah (*mindfulness*) vs *over-identifying*.



a. *Self kindness*

Self kindness adalah hal yang menjelaskan diri memiliki hak untuk menerima kebaikan dan afeksi tidak berasal dari orang lain, tetapi dari diri sendiri. Memahami diri sendiri tanpa memberikan penghakiman, sehingga bisa menyayangi diri dan menerima diri dengan apa adanya. Lawan dari *Self kindness* adalah *self judgment* yaitu sikap permusuhan, rendah diri dan kritik terhadap diri sendiri dimana individu akan menyerang, menghukum dan memarahi diri sendiri Ketika menghadapi masalah dan kegagalan. *Self judgment* terjadi secara alami, sehingga terkadang seseorang tidak menyadari bahwa rasa sakit atas kegagalan yang diderita menimbulkan sikap *self judgment* pada dirinya.

b. *common humanity*

Common humanity menghubungkan kesenjangan yang dimiliki dengan kondisi kebanyakan manusia, sehingga kekurangan itu dilihat secara keseluruhan bukan hanya pandangan subjektif yang memandang bahwa hanya dia yang memiliki kekurangan tersebut. *Common Humanity* juga mengingatkan individu bahwa tidak ada manusia yang sempurna, kegagalan dan kesalahan yang dilakukan merupakan bagian dari kehidupan yang juga dialami oleh semua orang. Lawan dari *Common Humanity* adalah *Isolation* yaitu kondisi dimana seseorang merasa bahwa dia adalah orang yang paling tidak beruntung di dunia. *Isolation* pada diri seseorang akan membuat individu itu merasa terasing dari orang lain disebabkan rasa sakit atau frustrasi yang dialaminya. *Isolation* adalah perasaan bahwa kegagalan pada individu akan membawa masalah dan kesalahan itu hanya dirinya saja yang mengalaminya dan tidak dialami oleh semua orang.

1. Dilarang 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.



c. *mindfulness*

Mindfulness adalah pemahaman untuk melihat secara jelas dan objektif mengenai masalah yang dimiliki, sehingga mampu menangani masalah yang dialami dengan baik yang mengarah pada aktivitas untuk melihat pengalaman yang dialami dengan sudut pandang yang objektif. *Mindfulness* dibutuhkan agar individu tidak terlalu teridentifikasi dengan pikiran atau perasaan negatif. Lawan dari *Mindfulness* yaitu *over-identifying*, yaitu perasaan berlebihan yang dimiliki individu dalam menanggapi masalah, sehingga individu tersebut akan merasa masalah yang diterimanya lebih banyak dan lebih berat. *Over identification* yaitu individu memiliki kecenderungan untuk tetap pada semua kesalahan dirinya, serta secara berlebihan memikirkan kekurangan yang dia miliki dikarenakan kesalahan yang pernah dilakukan.

Self-compassion membantu seseorang memperluas potensi untuk mencintai diri sendiri. Hal ini membantu seseorang untuk tetap menghadirkan afeksi kepada diri di saat individu sedang terpuruk menghadapi aspek *self-kindness*, memperkuat rasa simpati dan empati melalui aspek *common humanity*, dan memperkuat kesadaran untuk menerima diri sempurna apa adanya melalui aspek *mindfulness*. Terpenuhinya ketiga aspek diatas mampu menumbuhkan kasih sayang individu pada dirinya, termasuk kelebihan dan terutama kekurangannya.

3. Faktor Yang Mempengaruhi *Self Compassion*

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Compassion* menurut Neff (2003) antara lain yaitu:

1. Dilarang 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.

a. Kepribadian

Salah satu yang memiliki pengaruh terhadap adanya *self-compassion* pada individu yaitu dari dimensi *The Big Five Personality* salah satu kepribadiannya digunakan untuk menggambarkan. Berdasarkan hasil pengukuran yang dilakukan oleh NEO-FFI, didapatkan hasil yang menunjukkan adanya keterkaitan antara *self-compassion* dengan dimensi *neuroticism*, *agreeableness*, *extroversion*, dan *conscientiousness* dari *the big five personality*. Pada kepribadian *extraversion* dengan adanya tantangan dan sesuatu yang baru individu akan mudah termotivasi, sehingga akan terbuka dengan dunia luar dan lebih meningkatkan penerimaan pada diri sendiri. *Agreeableness* berpusat pada sifat sosial dengan demikian hal itu individu mampu untuk bersikap baik kepada diri sendiri dan memahami bahwa kejadian atau pengalaman negatif tidak hanya dialami oleh individu tersebut, menurut Missilliana (dalam Karinda 2020). *Conscientiousness* menggambarkan kendali terhadap lingkungan sosial, berpikir sebelum bertindak, sehingga individu dapat mengendalikan diri dalam menghadapi masalah.

b. Jenis kelamin

Neff, (2003) memaparkan bahwa wanita cenderung mengalami depresi dan *anxiety* dari pada laki-laki. Walaupun perbedaan jenis kelamin dipengaruhi oleh peran tempat dan budaya akan tetapi sebuah penelitian menunjukan bahwa perempuan lebih cenderung memiliki *self compassion* sedikit rendah dari pada laki-laki. Hal ini terjadi karena Wanita lebih memikirkan peristiwa kejadian negatif yang terjadi dimasa lalu. Maka dari itu, perempuan lebih besar kemungkinan mengalami depresi dan *enxiety* lebih tinggi dari pada laki-laki.



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.

c. Usia

Menurut hasil dari beberapa penelitian yang dilakukan Neff & Vonk, (2009) diketahui bahwa *self-compassion* terhubung secara relevan dengan tingkat usia. Hal ini keterkaitan dengan analisis oleh Neff dengan teori Erikson tentang tahap perkembangan, yang mengatakan bahwa individu akan mencapai tingkat welas asih diri yang tinggi jika mampu mencapai tingkat integritas karena telah mampu menerima dirinya dengan lebih positif.

d. Peran orang tua

Menurut Neff & McGeehee, (2010) Individu yang mempunyai *self-compassion* kecil, diperkirakan tumbuh dengan orang tua yang tegas, berasal dari keluarga disfungsional atau lebih dikenal *broken home*, dan cenderung memperlihatkan *anxiety* dibandingkan individu dengan *self-compassion* tinggi. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang tumbuh dengan orang tua yang selalu mengkritik ketika masa kecilnya akan menjadi lebih mengkritik dirinya sendiri ketika dewasa. Perilaku orang tua yang sering mengkritik diri sendiri ketika mengalami kegagalan atau kesulitan akan menjadi contoh bagi individu untuk melakukan hal yang sama disaat individu mengalami kegagalan dan menunjukkan *self-compassion* yang rendah.

e. Budaya

Markus dan Kitayama (dalam Karinda, 2020), memaparkan bahawa masyarakat di Asia yang memiliki budaya *collectivistic* cenderung memiliki *self concept interdependent* sehingga lebih menegaskan pada hubungan orang lain, kesesuaian dalam berperilaku, dan peduli terhadap orang lain. Sedangkan



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.

masyarakat dengan budaya barat lebih mengarah ke *individualistic* memiliki *self independent* yang mengarah pada kemandirian, kebutuhan pribadi, keunikan individu dalam berperilaku. Karena pada *self-compassion* menekankan pada *awareness* akan *common hummanity* dan hubungan pada individu lain, diduga bahwa *self-compassion* lebih sesuai dalam budaya yang menekankan pada *interdependent* dari pada budaya yang menekankan independent.

D. Kerangka Berpikir

Teori yang digunakan untuk menelaah dan membahas masalah dalam penelitian ini yaitu menggunakan teori dari Rosen dan Reiter (1995) mengenai *body dissatisfaction*, adapun alasan dari penggunaan teori ini yaitu, aspek yang dikembangkan oleh Rosen dan Reiter (1995) dianggap lebih sesuai untuk diuji pada subjek penelitian yang akan penulis teliti. Penggunaan teori dukungan sosial oleh Safarino (2011) dikarenakan aspek yang dikembangkan Sarafino dianggap sesuai dengan kebutuhan peneliti, dan selanjutnya teori dari Neff (2003) mengenai *self compassion*, penggunaan teori Neff pada penelitian ini disebabkan aspek yang dikembangkan dianggap sesuai untuk meneliti *body dissatisfaction* pada mahasiswa.

Mahasiswa berada pada kelompok usia remaja akhir hingga dewasa awal yang sedang berada dalam fase perkembangan identitas, termasuk identitas tubuh. Pada fase ini, mahasiswa sering kali lebih rentan mengalami *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, terutama karena pengaruh media, lingkungan sosial, dan tekanan terhadap standar fisik tertentu. Penampilan fisik yang berubah memunculkan respon dan pemikiran tersendiri bagi mahasiswa, berupa sebuah perilaku yang memberi perhatian ketika adanya perubahan pada



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.

bentuk tubuh dan memberikan gambaran tubuh ideal, seperti melakukan diet ekstrim, menggunakan *tone up cream*, suplemen pelangsing atau suplemen penambah nafsu makan, dan upaya lainnya. Untuk mempunyai bentuk tubuh yang dianggap ideal, Individu bahkan melakukan diet ekstrim demi merubah bentuk tubuhnya, tanpa memperhitungkan dampak atau konsekuensi yang dapat terjadi.

Grogan (2007) mendefinisikan *Body dissatisfaction* sebagai penilaian negatif seorang individu terhadap bentuk tubuhnya dengan mengacu pada bentuk tubuh yang ideal. Pemikiran ini ditimbulkan karena beberapa faktor, salah satunya adalah dukungan sosial yang kurang diterima individu. Sarafino mengatakan dengan adanya dukungan sosial akan mampu membantu individu untuk mendapatkan pengalaman yang lebih baik, harga diri yang tinggi, dan memiliki pemikiran yang lebih positif mengenai kehidupannya, dari pada dengan individu yang memiliki dukungan sosial yang rendah. Dengan kata lain adanya dukungan sosial yang diterima, mahasiswa akan memperoleh kepercayaan diri dan kepuasan terhadap bentuk tubuhnya dan juga membantu mengurangi *Body dissatisfaction* pada mahasiswa tersebut.

Kurangnya dukungan emosional seperti perasaan empati dan rasa peduli, yang diterima individu mampu menimbulkan perasaan negatif terhadap diri individu tersebut, hal ini akan meningkatkan adanya ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang dimiliki oleh individu tersebut. Menerima perhatian dari orang terdekat seperti keluarga dan teman, dapat memberikan rasa dicintai dan dihargai oleh individu yang menerimanya. Selain dukungan emosional, dukungan instrumental yang diterima individu berupa pertolongan secara langsung juga membantu



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.

individu untuk bisa keluar dari permasalahan, seperti memberikan uang untuk melakukan perawatan di klinik kecantikan atau untuk melakukan upaya lainnya, penerimaan dukungan seperti ini dapat menimbulkan perasaan bahwa individu yang menerima bantuan merasa tidak sendirian, bersyukur dan terbantu. Lalu selanjutnya dukungan informatif, berupa memberikan saran dan kritik yang membangun dengan harapan individu mampu mencari jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi, seperti mendapatkan informasi mengenai makanan rendah lemak, produk *skin care*, dan tempat fitnes yang dianggap dapat membantu individu dengan *body dissatisfaction* mendapatkan solusi mengatasi ketidakpuasan. Dan yang terakhir yaitu dukungan persahabatan yang berupa waktu luang yang diterima individu dari lingkup pertemanan yang mampu memberikan rasa kebersamaan dan membantu membangkitkan kepercayaan diri pada individu. Hall (2009) mengatakan adanya dukungan sosial mampu mencegah individu untuk memiliki *body dissatisfaction*.

Penelitian yang dilakukan Nindita (2018) menemukan terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri. Hasil yang menunjukkan bahwa tingginya dukungan sosial dapat mempengaruhi kepuasan tubuh, dan begitupun sebaliknya rendahnya dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi *body dissatisfaction* pada individu. Hal ini membuktikan dukungan sosial yang tinggi diterima akan mempengaruhi *body dissatisfaction* semakin rendah pada remaja awal putri, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi *body dissatisfaction* pada remaja awal putri.



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.

Selain dukungan sosial, adanya *Self compassion* pada diri individu mampu menjadi perisai untuk mengurangi *body dissatisfaction* pada mahasiswa Neff (2003) mengatakan bahwa *self compassion* merupakan perasaan pemahaman, penerimaan dan kesadaran diri sendiri akan penderitaan, kegagalan, ataupun kesalahan dengan tidak menghakimi, menghindar dari kekurangan, kegagalan, ketidaksempurnaan. Dengan adanya penerimaan diri yang sehat, mahasiswa akan menilai diri dengan positif, dengan begitu mahasiswa tersebut tidak akan merasakan ketidakpuasan terhadap tubuhnya.

Aspek *Self kindness* pada *self-compassion* merupakan bentuk kepedulian individu terhadap diri sendiri dan kepedulian ini membantu individu untuk memahami kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, dengan menganggap kekurangan yang dimiliki suatu hal yang wajar terjadi pada manusia dan tidak harus mencela kekurangan tersebut. *Self-kindness* pada individu dengan *body dissatisfaction* akan membantu individu menjadi lebih mengerti dan tidak menghakimi ketidakpuasan yang dimiliki. Selain itu, adanya *common humanity* pada diri individu sehingga individu mampu memahami bahwa kekurangan yang dimilikinya merupakan bagian dari kehidupan, sehingga individu yang memiliki ketidakpuasan terhadap tubuh menjadi lebih bersyukur dengan apa yang dimiliki, dan tidak membandingkan kekurangan yang dimiliki dengan orang lain. Menyadari bahwa kekurangan yang dimiliki juga dimiliki oleh orang lain dapat mengurangi *body dissatisfaction*. Kemudian yang terakhir yaitu adanya *mindfulness* pada diri individu mampu membantu individu untuk tidak terlalu terpaku pada kekurangan yang dimiliki, sehingga individu dengan *body dissatisfaction* tidak berfokus pada



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 yang dimiliki, seperti memahami kekurangan sebagai pikiran bukan sebagai fakta. dengan kata lain adanya ketiga aspek *self-compassion* tersebut pada diri individu mampu mengurangi perasaan tidak puas terhadap diri sendiri

Sejalan dengan penelitian Hati (2022) menemukan adanya hubungan signifikan negatif antara *self compassion* dengan *body dissatisfaction* pada dewasa awal pengguna Instagram. Sehingga tingginya *self compassion* bisa mempengaruhi *body dissatisfaction* menjadi rendah pada dewasa awal pengguna Instagram. Sebaliknya, semakin rendah *self compassion* maka akan semakin tinggi *body dissatisfaction* pada dewasa awal pengguna Instagram.

Dari paparan diatas diketahui kurangnya dukungan sosial yang diterima mahasiswa yang memiliki ketidakpuasan mampu menimbulkan perilaku yang kurang sehat, seperti membandingkan dirinya dengan orang lain, dan hal ini akan membuat individu lebih rentan mengalami depresi dan kecemasan. Dampak yang ditimbulkan akan menghambat mahasiswa untuk mengembangkan potensi diri. Selain itu *self-compassion* penting dimiliki oleh mahasiswa untuk tetap mampu memahami kekurangan yang dimiliki tanpa membandingkan kekurangan yang ada pada dirinya dengan orang lain, sehingga mempengaruhi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Dapat disimpulkan dukungan sosial dan *self-compassion* memiliki hubungan dengan *body dissatisfaction*.

E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir yang telah dipaparkan, maka hipotesis penelitian ini yaitu ada hubungan dukungan sosial dan *self-compassion* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif ini menekankan pencarian pada data-data angka yang diolah menggunakan langkah-langkah statistik. Adapun jenis penelitian yang digunakan yaitu studi korelasional, dengan maksud untuk mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain berdasarkan hubungan antar variabel (Sugiyono, 2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *self-compassion* dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Variabel independen adalah variabel yang menjadi pengaruh dan menjadi sebab munculnya variabel dependen. Lalu variabel dependen yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel independen (Seniati dkk, 2009). Adapun variabel pada penelitian ini yaitu:

- | | |
|----------------------------|------------------------------------|
| 1. Variabel independen (X) | : Dukungan Sosial (X_1) |
| | : <i>Self Compassion</i> (X_2) |
| 2. Variabel dependen (X) | : <i>Body Dissatisfaction</i> |

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. *Body Dissatisfaction*

Body dissatisfaction merupakan ketidakpuasan yang dialami mahasiswa dengan mengevaluasi bentuk tubuh secara negatif oleh mahasiswa baik semua bagian maupun pada bagian-bagian tertentu dari tubuh mahasiswa tersebut.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

mengarah pada bentuk tubuh yang ideal yaitu bentuk tubuh kurus dan tinggi. Adapun aspek-aspek yang digunakan adalah aspek yang dikembangkan oleh Rosen dan Reiter ialah penilaian negatif pada bentuk tubuh, perasaan malu pada bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial, *Body checking*, kamuflase tubuh, dan menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain.

2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial yaitu sebuah pemberian rasa damai, atensi, apresiasi, atau pemberian bantuan kepada mahasiswa yang berikan oleh personal maupun kelompok, yang diperoleh mahasiswa bersumber dari perhatian dan penghargaan yang diberikan secara emosional, instrumental, informatif dan persahabatan yang menimbulkan rasa nyaman pada individu yang menerimanya. Adapun dimensi yang digunakan adalah aspek yang dikembangkan oleh Safarino, (2011) antara lain Dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan informatif dan dukungan persahabatan.

3. *Self-Compassion*

Self compassion ialah perilaku penerimaan diri yang sehat yang ditunjukkan oleh mahasiswa terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, tanpa menyalahkan atau menghakimi ketidaksempurnaan yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut. Penerimaan diri yang sehat itu dilakukan dengan cara menerima dan tidak menghakimi keadaan yang dia alami. Adapun aspek-aspek yang digunakan berdasarkan dari teori Neff, (2003) diantaranya adalah *Self kindness*, *Common Humanity* dan *Mindfulness*.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi penelitian adalah keseluruhan yang akan dijadikan wilayah generalisasi yang mana objek dan subjek penelitian yang memiliki kuantitas dan karakteristik yang telah ditetapkan yang akan dipelajari lebih lanjut dan diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2020). Adapun populasi pada penelitian ini, yaitu Mahasiswa yang berada di UIN SUSKA RIAU. Bersumber dari Siasy UIN SUSKA, diketahui bahwa populasi dalam penelitian ini berjumlah 30.665 mahasiswa.

2. Sampel Penelitian

Sampel penelitian merupakan bagian dari jumlah populasi yang mewakili dan memiliki karakteristik yang telah ditetapkan. Sampel yang akan diambil dari populasi harus benar-benar mewakili populasi yang ada. Adapun penentuan jumlah sampel pada penelitian ini diambil menggunakan tabel Isaac dan Michael yang mana penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1,5 dan 10%. Berdasarkan dari tabel Isaac dan Michael tersebut, maka peneliti menemukan sampel penelitian sebanyak 269 orang (Machali, 2021).

3. Teknik *Sampling*

Teknik *sampling* yaitu metode pengambilan sampel penelitian (Sugiyono, 2020). Adapun metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* khususnya *simple random sampling*. Menurut Arikunto dalam (Machali, 2021) teknik *simple random sampling* atau sampel acak secara sederhana adalah bahwa setiap anggota dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data adalah langkah yang digunakan oleh peneliti untuk melakukan pengumpulan data penelitian secara objektif. Metode pengumpulan data yang akan penulis gunakan yaitu skala Skala menurut Azwar (2013) adalah seperangkat pernyataan yang dibuat peneliti untuk mengungkap perilaku tertentu dengan melihat respon atau jawaban pernyataan tersebut.

Adapun skala yang akan diterapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Body Dissatisfaction*

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur variable *body dissatisfaction* merupakan modifikasi dari skala *body dissatisfaction* yang disusun oleh Sari (2010) untuk mengukur *body dissatisfaction* pada seseorang dengan nilai reliabilitas 0,860. Skala tersebut terdiri dari aspek-aspek *body dissatisfaction* dari teori Rosen dan Reiter (1995) yaitu penilaian negatif pada bentuk tubuh, perasaan malu pada bentuk tubuh saat berada di lingkungan sosial, *body checking*, kamuflase tubuh dan menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain.

Adapun aitem dalam skala ini berjumlah sebanyak 24 butir, terdiri dari 12 butir aitem *favorable* dan 12 butir aitem *unfavorable*. Tersedia 4 pilihan jawaban pada skala ini, pilihan jawaban antara lain: (SS) sangat sesuai, (S) sesuai, (TS) tidak sesuai, (STS) sangat tidak sesuai. Skor aitem *favorable* dimulai dari 4 untuk pilihan jawaban (SS), 3 untuk pilihan jawaban (S), 2 untuk pilihan jawaban (TS), dan 1 untuk pilihan jawaban (STS), lalu penilaian aitem *unfavorable* dimulai dari skor 1



untuk pilihan jawaban (SS), 2 untuk pilihan jawaban (S), 3 untuk pilihan jawaban (TS), dan 4 untuk pilihan jawaban (STS). Adapun tinggi rendahnya *body dissatisfaction* ditentukan oleh skor yang diperoleh dan kemudian dikategorikan menjadi 5 kategori antara lain: sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi.

Tabel 3. 1

Blue Print Skala Body Dissatisfaction

No	Aspek	Fav	Unfav	Jumlah
1	Penilaian negatif terhadap tubuh	1,23	14	3
2	Perasaan malu terhadap tubuh saat berada di lingkungan sosial	4	9,17,24	4
3	<i>Body chaking</i>	2,11,13,21	5,6,10,12, 18	9
4	Kamuflase tubuh	8,16,22	7	4
5	Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain	3,15,20	19	4
TOTAL				24

2. Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang akan digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang disusun sendiri oleh peneliti yang berdasarkan 4 indikator dari Sarafino (2011) antara lain dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan persahabatan. Terdapat 20 butir diantaranya 11 aitem *favorable* dan 9 aitem *Unfavorable*. Adapun pilihan jawaban pada skala ini terdiri dari 4 pilihan jawaban antara lain: (SS) sangat sesuai, (S) sesuai, (TS) tidak sesuai, sangat tidak sesuai (STS). Skor aitem *favorable* dimulai dari 4 untuk pilihan jawaban (SS), 3 untuk pilihan jawaban (S), 2 untuk pilihan jawaban (TS), dan 1 untuk pilihan jawaban (STS), lalu penilaian aitem *unfavorable* dimulai dari skor 1 untuk pilihan jawaban (SS), 2 untuk pilihan jawaban (S), 3 untuk pilihan jawaban



(TS), dan 4 untuk pilihan jawaban (STS). Adapun tinggi rendahnya dukungan sosial ditentukan oleh skor yang diperoleh dan kemudian dikategorikan menjadi 5 kategori antara lain: sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi.

Tabel 3. 2

Blue Print Skala Dukungan Sosial

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1	Dukungan emosional	Dukungan yang berasal dari rasa empati atau kepedulian	1,2,3	8, 19	4
2	Dukungan Instrumental	Dukungan langsung yang diberikan berupa materi	6,15	10, 13, 17	4
3	Dukungan informasi	Dukungan langsung yang diberikan berupa tindakan Petunju-petunjuk, Informasi dan nasehat yang diberikan	9,14,20	5,12	4
4	Dukungan persahabatan	Dukungan dari aktivitas yang dikerjakan bersama	4,11,16	7, 18	4
Jumlah			11	9	20

3. *Self-Compassion*

Alat ukur yang akan diterapkan untuk mengukur *self-compassion* pada mahasiswa pada penelitian ini ialah menggunakan alat ukur *Self-Compassion Scale* versi bahasa indonesia oleh Sugianto, 2020 yang terdiri dari 26 butir pernyataan, diantaranya 13 aitem *Favorable* dan 13 aitem *Unfavorable* untuk mengukur aspek *self-compassion* dan menggunakan skala *Likert* dengan rentang angka dengan reliabilitas 0,93. Yang terdiri dari 5 pilihan jawaban antara lain yaitu 1 untuk Hampir Tidak Pernah dan 5 untuk jawaban hampir selalu. Kemudian untuk bobot penilaian aitem *favorable* dihitung berdasarkan pilihan angka, sedangkan untuk aitem *Unfavorable* dihitung terbalik yaitu pilihan 5 bernilai 1 dan pilihan 1 bernilai

Tabel 3. 3

Blue Print Skala Self Compassion

NO	Komponen	Nomer Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Self-Kindness</i> (Mengasihi diri sendiri)	5, 12, 19, 23, 26		5
2	<i>Self-Judgment</i> (Menghakimi diri sendiri)		1, 8, 11, 16, 21	5
3	<i>Common Humanity</i> (Kemanusiaan Universal)	3, 7, 10, 15		4
4	<i>Isolation</i> (Isolasi)		4, 13, 18, 25	4
5	<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22		4
6	<i>Over-Identification</i> (identifikasi berlebihan)		2, 6, 20, 24	4
Jumlah				16

F. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum melakukan penelitian peneliti melakukan uji coba (*try out*) dengan tujuan memastikan bahwa instrumen yang digunakan reliabel dan dapat mengukur apa yang akan diukur (*valid*) pada populasi yang akan dijadikan subjek penelitian. Uji coba (*try out*) dalam penelitian ini dilakukan pada tanggal 9 Desember 2024 hingga 5 Januari 2025 pada mahasiswa fakultas Psikologi Uin Suska Riau yang tidak menjadi sampel pada penelitian yang berjumlah 61 orang. Setelah melakukan uji coba (*try out*) maka selanjutnya akan diskor dan dilakukan pengujian validasi dan reliabilitas alat ukur dengan menggunakan bantuan aplikasi *IMB SPSS Statistic 26 for windows*.

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Menurut Syahrur & Salim (2012), validitas adalah suatu istilah yang digunakan untuk menunjukkan kemampuan sebuah alat ukur dalam mengukur



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.

dengan tepat apa yang dimaksud untuk diukur. Dalam konteks penelitian ini, metode validitas yang akan digunakan adalah validitas isi. Validitas isi melibatkan penyesuaian aitem dengan indikator perilaku dan tujuan pengukuran sebenarnya, serta memerlukan penilaian kompeten dari para ahli. Ahli yang terlibat dalam menguji validitas isi pada penelitian ini mencakup dosen pembimbing dan narasumber.

2. Daya Diskriminasi Aitem

Daya beda aitem bertujuan untuk mengukur seberapa konsisten suatu aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu memiliki atau tidaknya atribut yang diukur (Azwar, 2012). Pada kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total, menggunakan batasan yakni $p \geq 0,300$. Sehingga seluruh aitem yang mencapai korelasi minimal 0,300 maka aitem tersebut sudah dianggap valid memuaskan. Selain itu, apabila ternyata hanya ada sedikit aitem yang mencapai batas penerimaan, maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria hingga menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem dapat tercukupi.

Berdasarkan hasil analisis yang telah diperoleh dengan menggunakan bantuan *IMB SPSS Statistic 26 for windows* ditemukan bahwa terdapat koefisien $\leq 0,300$ sehingga peneliti menurunkan sedikit batas kriteria menjadi 0,25 agar jumlah aitem dapat mencukupi. Skala diuji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu dengan cara melakukan uji coba (*try out*) pada skala sebelum melakukan penelitian. Uji coba (*try out*) dilakukan pada mahasiswa psikologi. Dipastikan bahwa subjek yang telah mengisi kuisioner uji coba tidak akan diikutsertakan pada saat penelitian.

Uji coba dilakukan dengan cara memberikan skala melalui *google form*

pada 61 mahasiswa Psikologi. Setelah melakukan uji coba, selanjutnya peneliti melakukan analisis dengan bantuan *IMB SPSS Statistic 26 for windows*. Pada skala *body dissatisfaction* ditemukan 4 aitem yang tidak mencapai koefisien 0,25 dan dianggap gugur. Adapun aitem yang gugur adalah 6,8,10,24. Sehingga pada penelitian ini hanya menggunakan 20 aitem yang valid. Adapun hasil uji coba yaitu berkisar antara 0,264 - 0,561. Berikut *blue print* skala *body dissatisfaction* setelah dilakukan uji coba:

Tabel 3. 4

Blue Print Skala Body Dissatisfaction (Setelah Try Out)

No	Aspek	aitem			Jumlah
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	Gugur	
1	Penilaian negatif terhadap tubuh	1,23	14	-	3
2	Perasaan malu terhadap tubuh saat berada di lingkungan sosial	4	9,17,24	24	4
3	<i>Body chaking</i>	2,11,13,21	5,6,10,12,18	6,10	9
4	Kamuflase tubuh	8,16,22	7	8	4
5	Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain	3,15,20	19	-	4
TOTAL		13	11	4	24

Selanjutnya untuk skala dukungan sosial yang telah diuji coba, ditemukan hasil yaitu 20 aitem tidak satupun aitem yang gugur. Hal ini berarti seluruh aitem dikatakan valid. Adapun hasil uji coba yaitu berkisar antara 0,278-0,638. Berikut *blue print* skala dukungan sosial setelah dilakukan uji coba:

Tabel 3. 5

Blue Print Skala Dukungan Sosial (Setelah *Try Out*)

No	Aspek	Item			Jumlah
		F	UF	Gugur	
1	Dukungan emosional	1,2,3	8, 19	-	4
2	Dukungan Instrumental	6,15	10, 13, 17	-	4
3	Dukungan informasi	9,14,20	5,12	-	4
4	Dukungan persahabatan	4,11,16	7, 18	-	4
	Jumlah	11	9		20

Selanjutnya skala *self-compassion* yang telah diuji coba, ditemukan hasil dari 26 aitem diperoleh 1 aitem gugur yaitu pada aitem 20. Sehingga pada penelitian ini hanya menggunakan 20 aitem yang valid. Adapun hasil uji coba yaitu berkisar antara 0,262- 0,661. Berikut *blue print* skala dukungan sosial setelah dilakukan uji coba:

Tabel 3. 6

Blue Print Skala *Self Compassion* (Setelah *Try Out*)

NO	Komponen	Nomer Butir			Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Gugur	
1	<i>Self-Kindness</i> (Mengasihi diri sendiri)	5, 12, 19, 23, 26		-	5
2	<i>Self-Judgment</i> (Menghakimi diri sendiri)		1, 8, 11, 16, 21	-	5
3	<i>Common Humanity</i> (Kemanusiaan Universal)	3, 7, 10, 15		-	4
4	<i>Isolation</i> (Isolasi)		4, 13, 18, 25	-	4
5	<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22		-	4
6	<i>Over-Identification</i> (identifikasi berlebihan)		2, 6, 20, 24	20	4
	Jumlah				16

Berdasarkan hasil uji coba pada skala-skala tersebut ditemukanlah beberapa aitem-aitem yang gugur, oleh karena itu peneliti selanjutnya menyusun

kembali *Blue Print* dari skala-skala tersebut. Berikut ini adalah *Blue Print* skala *Body Dissatisfaction* yang akan digunakan pada penelitian.

Tabel 3. 7

Blue Print skala *Body Dissatisfaction* (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Fav	Unfav	Jumlah
1	Penilaian negatif terhadap tubuh	1,20	11	3
2	Perasaan malu terhadap tubuh saat berada di lingkungan sosial	4	7,14	3
3	<i>Body chaking</i>	2,8,10,18	5,9,15	7
4	Kamuflase tubuh	13,19	6	3
5	Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain	3,12,17	16	4
TOTAL		12	8	20

Berikut ini adalah *Blue Print* skala Dukungan Sosial yang akan digunakan pada penelitian

Tabel 3. 8

Blue Print skala Dukungan Sosial (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1	Dukungan emosional	Dukungan yang berasal dari rasa empati atau kepedulian	1,2,3	8, 19	4
2	Dukungan Instrumental	Dukungan langsung yang diberikan berupa materi Dukungan langsung yang diberikan berupa tindakan	6,15	10, 13, 17	4
3	Dukungan informasi	Petunjuk-petunjuk, Informasi dan nasehat yang diberikan	9,14,20	5,12	4
4	Dukungan persahabatan	Dukungan dari aktivitas yang dikerjakan bersama	4,11,16	7, 18	4
Jumlah			11	9	20

Berikut ini adalah *Blue Print* skala *Self Compassion* yang akan digunakan pada penelitian:

Tabel 3. 9

Blue Print skala Self Compassion (Untuk Penelitian)

NO	Komponen	Nomer Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Self-Kindness</i> (Mengasihi diri sendiri)	5, 12, 19, 22, 25		5
2	<i>Self-Judgment</i> (Menghakimi diri sendiri)		1, 8, 11, 16, 20	5
3	<i>Common Humanity</i> (Kemanusiaan Universal)	3, 7, 10, 15		4
4	<i>Isolation</i> (Isolasi)		4, 13, 18, 24	4
5	<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 21		4
6	<i>Over-Identification</i> (identifikasi berlebihan)		2, 6, 23	3
	Jumlah			25

3. Reliabilitas

Menurut Syahrums & Salim (2012), reliabilitas merujuk pada kesanggupan suatu alat ukur untuk tetap sama meskipun mengalami perubahan seiring berjalannya waktu. Reliabilitas dapat diartikan sebagai tingkat keakuratan hasil pengukuran, mencerminkan sejauh mana konsistensi yang dipertahankan dalam pengukuran tersebut. Azwar (2013) menyatakan bahwa suatu pengukuran tidak dapat dianggap reliabel jika terdapat kesalahan yang terjadi secara acak dan tidak konsisten. Reliabilitas berkaitan dengan tingkat konsistensi dan kestabilan suatu data atau temuan. Meskipun data yang dianggap reliabel cenderung valid, namun perlu dicatat bahwa keberadaan reliabilitas belum tentu menjamin validitasnya juga, seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono (2020).

Tabel 3. 10

Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Skala Penelitian

Alat Ukur	<i>Chronbach's Alpha</i>	Jumlah
<i>Body Dissatisfaction</i>	0,815	20
<i>Dukungan Sosial</i>	0,881	20
<i>Self-Compassion</i>	0,878	25
Jumlah Aitem		65

H. Teknik Analisis Data

Kegiatan analisis data dilaksanakan setelah seluruh data yang dikumpulkan dari responden atau sumber lain telah terhimpun. Pada penelitian ini, metode analisis data yang diterapkan adalah regresi linear berganda, menurut Ghozali (2016) regresi linear berganda adalah suatu model regresi yang melibatkan variabel independen lebih dari satu. Dalam analisis regresi linear berganda akan diketahui arah serta berapa besar pengaruh variabel independen yaitu *self compassion* dan dukungan sosial terhadap variabel dependen yaitu *body dissatisfaction*. Pada penelitian ini, analisis data menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics 25.0 for windows*.

I. Prosedur Penelitian

Tabel 3. 11

Jadwal Penelitian

Jadwal Penelitian	Masa Pelaksanaan
Pengajuan Sinopsis	4 April 2024
Seminar Proposal	25 September 2024
Persiapan Administrasi	3-6 Desember 2024
<i>Try Out</i> Instrumen Penelitian	19 Desember 2024 - 6 Januari 2025
Pelaksanaan Penelitian	20 Januari- 15 Februari 2025

1. Dilarang 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.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa Dukungan sosial dan *self compassion* memberikan pengaruh terhadap *body dissatisfaction*, hipotesis pada penelitian ini adalah ada hubungan dukungan sosial dan *self-compassion* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswa, dengan demikian hipotesis pada penelitian ini dapat diterima. Kedua variabel tersebut secara simultan berkontribusi sebesar 8,5% dalam memengaruhi tingkat ketidakpuasan terhadap tubuh, di mana semakin tinggi dukungan sosial dan *self-compassion*, maka *body dissatisfaction* cenderung semakin rendah. Secara parsial, dukungan sosial dan *self-compassion* masing-masing menunjukkan pengaruh negatif terhadap *body dissatisfaction*, yang berarti keduanya berperan sebagai faktor protektif. Mayoritas subjek memiliki tingkat dukungan sosial, *self-compassion*, dan *body dissatisfaction* dalam kategori sedang, yang dipengaruhi oleh faktor demografis seperti jenis kelamin, usia, serta tempat tinggal. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada cakupan sampel dan tidak mempertimbangkan variabel eksternal lainnya yang mungkin turut memengaruhi hasil, sehingga disarankan untuk penelitian selanjutnya agar melibatkan populasi yang lebih luas dan mempertimbangkan variabel tambahan seperti *self-esteem* dan pengaruh media sosial.



B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat lebih meningkatkan kualitas dukungan sosial yang diterima maupun diberikan, baik melalui hubungan dengan keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar, sebagai salah satu bentuk dukungan emosional yang dapat menurunkan risiko *body dissatisfaction*. Selain itu, penting bagi mahasiswa untuk mengembangkan *self-compassion*, yaitu sikap menerima diri sendiri secara utuh, termasuk kekurangan yang dimiliki, agar dapat membentuk citra tubuh yang positif dan mengurangi tekanan terhadap standar kecantikan yang tidak realistis.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti tentang *body dissatisfaction*, disarankan untuk memperluas cakupan sampel, tidak hanya terbatas pada mahasiswa dari satu universitas, tetapi juga melibatkan mahasiswa dari berbagai institusi pendidikan untuk memperoleh hasil yang lebih generalisabel. Selain itu, penting untuk mempertimbangkan variabel lain yang mungkin berperan dalam *body dissatisfaction*, seperti *self-esteem*, pengaruh media sosial, tekanan budaya, dan status kesehatan fisik. Penelitian dengan metode campuran (*mixed methods*) juga bisa menjadi alternatif untuk menggali pemahaman yang lebih mendalam terkait pengalaman subjek mengenai ketidakpuasan terhadap tubuh.

1. Dilarang 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 PUSTAKA

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- Adine, Putri Ayu., Rina Rahmatika., Ratih Arruum Listiyandini.(2018). Peran Self-Compassion Terhadap Kualitas Hidup Terkait Kesehatan Pada Remaja Miskin Di Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional*.hal.20-40
- Admin. (Tahun). Body Dissatisfaction (Pengertian, Aspek, Indikator, Pengukuran dan Dampak Negatif). *KajianPustaka.com*. [Body Dissatisfaction \(Pengertian, Aspek, Indikator, Pengukuran dan Dampak Negatif\)](#)
- Andiany, Hafidzha Dwi., Rochani., Deasy Yunika Khairun.(2024). Self Compassion Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Fkip Untirta. *Jurnal Fokus Konseling*, Vol.10 No.1 (2024) hal.7-16
- Azwar, Saifuddin. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barnard, Laura K., and John F. Curry(2011). *Self-Compassion: Conceptualizations, Correlates, & Interventions*.
- Bearman, S. K., Martinez, E., & Stice, E. (2006). The Skinny on Body Dissatisfaction: A Longitudinal Study of Adolescent Girls and Boys. *Journal of Youth Adolescent*. 2, (35), 217-229
- Darmayanti, Desy., Rita Dwi Pratiwi., Dwina Salsadilla., Siti Novy Romlah.(2023). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Body Dissatisfaction Wanita Dewasa Awal Pengguna Media Sosial Instagram. *Prosiding SENANTIAS*.Vol. 4 No. 1
- Cash, Thomas F., Marchela L Szymanski. (1995) The Defelopment and Validation of The Body-Image Ideals Questionnaire.*Journal of Personality Assessment*. 64(3) 466-477.
- Candra, Irene Aprilia., Anita Novianty.(2022). Hubungan Antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Dengan Objektifikasi Diri pada Remaja Pengguna Instagram.*Jurnal Sains Psikologi*. Vol.11 No.1 hlm 34-49
- Dewi, Ratna Kusuma dan Ktut Dianovinina.(2022). Perempuan Dan Depresi: Pengaruh Ketidakpuasan Tubuh . *Proyeksi*. Vol. 17 (1), Hal 89-99
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariat dengan program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro

1. Dilarang 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.

- Grogan, S. (2008). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women, and children (2nd ed.)*. NY: Psychology Press
- Grogan, S. (1999). *Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. New York: Routledge
- Hall, Melissa. (2009). *Predictors of Body Dissatisfaction among Adolescent Females. paper based on a program presented at the america counseling Association Annual Conference And Expositon, Charlotte: North Carolina*
- Hati, Caesar Intan Permata & Christina Hari Soetjningsih. (2022). Hubungan Self Compassion Dengan Body Dissatisfaction Pada Dewasa Awal Pengguna Instagram. *Jurnal RAP UNP*. Vol.13, No.2. hal. 99-114
- Humaira, Mellya ., & Aviani, Yolivia .(2023).Pengaruh social comparison terhadap body dissatisfaction pada perempuan emerging adulthood pengguna media sosial di Sumatera Barat. *Jurnal Riset Psikologi*, 6 (2), 105-112.
- Irawan, S. D., & Safitri. Hubungan Antara Body Image dan Perilaku Diet Mahasiswi Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*, 12 (1). 18-25
- Isnaini, Asuhan Febry & Abdul Muhid. (2021). Peran Dukungan Sosial dalam Meningkatkan Resiliensi pada Remaja Panti. *Jurnal penelitian Ilmu Ilmu Sosial*. Vol.22 No.2
- Iswari, Dita & Hartini, Nurul.(2005).Pengaruh Pelatihan Dan Evaluasi Self-Talk Terhadap Penurunan Tingkat Body-Dissatisfaction. *Psikologi Unair*: Hal.1-22
- Istiarini ,Risma & Sukanti.(2012).Pengaruh Sertifikasi Guru Dan Motivasi Kerja Guru Terhadap Kinerja Guru Sma Negeri 1 Sentolo Kabupaten Kulon Progo Tahun 2012. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia* . Vol. X, No. 1. Hal. 98 - 113
- Karinda, Fahada Bagas.(2020).Belas Kasih Diri (*Self Compassion*) pada Mahasiswa.*Cognicia* .Vol. 8, No. 2, 234-252 234
- Kelly, Allison C & Stephen Elizabeth. (2016). A daily diary study of self-compassion, body image, and eating behavior in female college students. *Body Image*. Vol.17, 152-160
- Khoiriyah, Ani Latifatul & Aprilia Mega Rosdiana.(2019). Hubungan Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18 – 25 Tahun) Di Kota Malang.*Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender*. Volume 14, No 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.

- Kumalasari, Fani & Latifah Nur Ahyani.(2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan. *Jurnal Psikologi pitutur*. Vol.1 No.1 Hal 21-31.
- Liu, J.P., Chow, S.C., & Hsieh, T.C. (2009). Deviations from linearity in statistical evaluation of linearity in assay validation. *Journal of Chemometrics*, 23(1), 1–10
- Machali, Imam. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Panduan praktis merancang, melaksanakan dan analisis dalam penelitian kuantitatif*. Yogyakarta: Fakultas ilmu tarbiah dan keguruan
- Maharani, Devira & Muhammad Ali Adriansyah.(2021). Hubungan Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Adaptasi Sosial Pada Anak yang Menjadi Korban Perceraian Orang Tua. *Psikoborneo Jurnal Imiah Psikologi* .Volume 9 No 4.
- Maimunah, Salma & Yohana Wuri Satwika. (2021). Hubungan Media Sosial Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa Perempuan Di Kota Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*.Vol 8 No 2
- Marizka, D. S., Maslihah, S., & Wulandari, A. (2019). Bagaimana self compassion memoderasi pengaruh media sosial terhadap ketidakpuasan tubuh? *Jurnal Psikologi Insight*, 3(2), 56-69. doi: 10.17509/insight.v3i2.22346
- Mukhlis, Akhmad. (2013). Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif Pada Ketidakpuasan Terhadap Citratubuh (Body Image Dissatisfaction). *Jurnal Psikoislamika*. Vol.10 No.1
- Neff, K. D. (2003). Self compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(1), 85-101.
- Neff, K. D. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2: 223–250.
- Neff, K & Vonk, R. (2009). Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways of Relating to Oneself. *Journal of Personality*. 77:1
- Neff, K. D & McGehee, P. (2010). Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults. *Self and Identity*.9: 225–240.
- Nindita M. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dengan Body Dissatisfaction pada Remaja awal putri. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia Yogyakarta
- Ogden, J. (2007). *Health Psychology: A Textbook (4th Editio)*. McGraw-Hill



1. Dilarang 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.

Ogden, J. (2010). *The psychology Of Eating From Healthy To Disorder Behavior 2nd Edition*. United Kingdom: Blackwell Publishing

Pramestari, Nadyah .2020. Pengaruh Adversity Quotient, Dukungan Sosial, Dan Religiusitas Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Perantau Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. Skripsi

Prima, Ellen & Endah Puspita Sari. (2013). Hubungan Antara Body Dissactisfaction Dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Integratif*. Vol. 1, No. 1, Halaman 17 – 30

Rahmat, Abdul., Asmulyani Sari., Ririn Mamiek Wulandari. (2021). Pengaruh Self Compassion Dan Dukungan Sosial Terhadap Work Family Conflict Pada Wanita Di Kota Makassar. *Jurnal Sosialisasi*.Vol.4 No.2

Resky B,. Harlina Hamid,. Andi Nasrawaty Hamid. (2021). Hubungan Harga Diri Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi Di Kota Makassar.*Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* .Volume 1, No 1

Rodgers, R F,. Debra L. Frankoa,. Elizabeth D,. Tara C,. Kayla Yates,. Kayla McGowanb,. Elizabeth C,. Alice S. L. (2017). Body image in emerging adults: The protective role of self-compassion. *Body Image*. 148–155

Rosen, James C,. Jeff Reiter,. Pam Orosan. (1995) Cognitive-BehavioralTherapy For Negative Body Image in Obese women. *Behavioral Therapy*. 25-42

Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa-Hidup*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.

Sarafino, Edward,.Timothy W. Smith.(2011). *Health Psychology Biopsychologicsl Interactions*. New York: John Wiley Sons

Sari, Gannis Eka pramita. (2010). Perbedaan Ketidakpuasan Terhadap Bentuk Tubuh Ditinjau Dari Strategi Koping Pada Remaja Wanita Di Sma Negeri 2 Ngawi . Skripsi

Sejcova, Luboslava. 2008. Body Dissatisfaction. *Human Affairs*. 171-182

Shaina, Dinda Karin & Harlina Nurtjahjanti.(2016).Hubungan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Perilaku Konsumtif Memodifikasi Mobil Pada Remaja Anggota Klub Mobil Di Semarang. *Jurnal Empati*. 5(2), 272-275

Sitohang, Hotmaulina. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Universitas Kristen Indonesia

1. Dilarang 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.

- Sugianto, Dicky., Christiany Suwartono., Sandra Handayani Sutanto. (2020). Reliabilitas dan Validitas *Self Compassion Scale* Versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*. Vol.7 No.2. Hal. 177-191
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumali, Elly., Monique Elizabeth Sukanto, Teguh Wijaya Mulya. (2008). Efektivitas Hipnoterapi Terhadap Penurunan *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Akhir. *Humanitas*. Vol.5 no.1 hal 47-57.
- Suprpto, M. H. & Aditomo, A. (2007). Perbandingan Sosial, Body Dissatisfaction dan Objektifikasi Diri. *Anima: Indonesian Psychological Journal*. Vol. 22, No. (2).
- Syahrum & Salim. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media
- Thompson, B. L. & Waltz. J.A.(2007). Mindfulness, Self-Esteem, And Unconditional Self-Acceptance. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. Vol. 26, No.2
- Walker, B. L., & Raval, V. V. (2017). College students from rural hometowns report experiences of psychological sense of community and isolation. *Journal of Rural Mental Health*, 41(1), 66–79. <https://doi.org/10.1037/rmh0000059>
- Widhiarso, Wahyu. 2010. Catatan Pada Uji Linearitas Hubungan. Fakultas Psikologi. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada
- Wulandari, Novyanti Eka. (2020). Pengaruh Perbandingan Sosial Dan Rasa Syukur Terhadap Ketidakpuasan Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Obesitas Di Kota Bandung. Skripsi
<https://www.kompasiana.com/devita88110/6560211712d50f4162549952>

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 A

Lembar Validasi Alat Ukur



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA *BODY DISSATISFACTION*

A. Definisi Operasional

Body dissatisfaction diartikan sebagai penilaian negatif seorang individu terhadap bentuk tubuhnya dengan mengarah pada bentuk tubuh yang ideal yaitu bentuk tubuh kurus dan tinggi. Adapun aspek-aspek yang digunakan adalah aspek yang dikembangkan oleh Rosen dan Reiter ialah penilaian negatif pada bentuk tubuh, perasaan malu pada bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial, *Body checking*, kamufase tubuh, dan menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain

B. Skala Yang Digunakan

- a. Buat sendiri (-)
- b. Adaptasi (✓)
- c. Modifikasi (-)

C. Jumlah Aitem

Jumlah aitem pada skala *body dissatisfaction* berjumlah 24 aitem

D. Format Respon

Format respon yang digunakan untuk mengisi skala *body dissatisfaction* terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu:

1. SS (Sangat Sesuai)
2. S (Sesuai)
3. TS (Tidak Sesuai)
4. STS (Sangat Tidak Sesuai)

E. Penilaian Setiap Butir Aitem

Petunjuk:

Peneliti meminta kesediaan kepada saudara/l untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu : (R) Relevan,



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.

(KR) Kurang Relevan, (TR) Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih, mohon saudara/i memberi tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh Jawaban :

Aitem : Saya merasa puas dengan bentuk tubuh saya

R KR TR
 () () ()

Jika saudara/i menilai aitem tersebut relevan dengan aspek atau indikator, maka saudara/i diharapkan mencentang pada kolom R. Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia

No	Aspek-aspek	Aitem	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
1	Penilaian negative pada bentuk tubuh	1. Saya merasa tubuh saya kurang ideal (F)	✓			
		14. Saya puas dengan berat badan saya saat ini (UF)	✓			
		23. Saya merasa benci dengan timbunan lemak yang ada di beberapa bagian tubuh saya (F)	✓			
2	Perasaan malu pada bentuk tubuh saat berada di lingkungan sosial	4. Saya merasa minder bila bertemu dengan teman-teman yang bertubuh langsing (F)	✓			
		9. Saya cuek saja jika orang lain memperhatikan bentuk tubuh saya (UF)	✓			
		17. Tubuh saya tidak ideal, tetapi saya bangga memilikinya (UF)	✓			
		24. Saya cuek dengan kondisi fisik saya ketika saya berdiskusi dengan teman-teman perempuan saya (UF)	✓			
3	Body Checking	2. Menurut saya luluran di akhir pekan dirasa perlu untuk mengembalikan keremajaan kulit	✓			

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

		saya (F)				
		5. Tidak terlalu penting bagi saya untuk menimbang berat badan saya setelah makan (UF)	✓			
		6. Saya cuek apakah bentuk badan saya se ideal dengan model yang ada di majalah dan televisi, atau tidak (UF)	✓			
		10. Saya malas untuk memperhatikan timbunan lemak yang ada di beberapa bagian tubuh saya (UF)	✓			
		11. Saya merasa minder bila saya belum bercermin beberapa kali sebelum berangkat ke sekolah (F)	✓			
		12. Perut yang membuncit dan banyak lipatan, bukan masalah bagi saya (UF)	✓			
		13. Saat di sekolah, saya sering bertanya pada teman saya apakah penampilan saya sudah baik (F)	✓			
		18. Tanpa cermin, sisir, bedak, atau parfum di tas, saya akan tetap merasa percaya diri di tempat umum (UF)	✓			
		21. Penting bagi saya untuk membersihkan komedo setiap dua hari sekali (F)	✓			
4	Kamuflase tubuh	7. Saya dapat memakai semua model pakaian yang saya inginkan tanpa mengalami kesulitan untuk menutupi kekurangan yang ada pada tubuh saya (UF)	✓			
		8. Saya belum merasa nyaman jika belum menggunakan aksesoris tambahan yang menunjang penampilan saya saat saya pergi (F)	✓			
		16. Saat memilih pakaian, saya memperhatikan di bagian	✓			

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.

		pinggang, agar terlihat ideal (F)				
		22. Saya merasa kurang percaya diri apabila harus memakai baju tanpa lengan (F)	✓			
5	Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain	3. Ketika mendapat undangan ulang tahun dari teman saya, saya akan memikirkan alasan agar saya tidak datang, karena saya malas menghadirinya (F)	✓			
		15. Saya malas melakukan aktivitas sosial di lingkungan rumah saya, karena saya merasa kurang nyaman dengan keadaan tubuh saya (F)	✓			
		19. Saya akan tetap menghadiri undangan pertemuan-pertemuan di lingkungan saya, meski tubuh saya tidak dapat dikatakan ideal (UF)	✓			
		20. Saya merasa kurang nyaman bila berada dan bepergian bersama teman-teman perempuan yang memiliki tubuh dan wajah yang lebih baik (F)	✓			



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.

Catatan

1. Isi (Kesesuaian dengan aspek) :

Sesuai

2. Bahasa :

Sesuai

3. Jumlah aitem

Sesuai

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator

Salmiyati, M.Psi.

Nip. 1988081720 19032013

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR SKALA DUKUNGAN SOSIAL

1. Definisi Operasional

Dukungan sosial adalah sikap yang diperoleh individu terdiri dari perhatian dan penghargaan yang diberikan secara emosional, instrumental, informatif dan persahabatan yang menimbulkan rasa nyaman pada individu yang menerimanya. Adapun dimensi yang digunakan adalah aspek yang dikembangkan oleh Safarino, (2011) antara lain Dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan informatif dan dukungan persahabatan.

2. Skala Yang Digunakan

1. Buat sendiri (√)
2. Adaptasi (-)
3. Modifikasi (-)

3. Jumlah Aitem

Jumlah aitem pada skala Dukungan sosial berjumlah 20 aitem

4. Format Respon

Format respon yang digunakan untuk mengisi skala Dukungan sosial terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu:

- a. SS (Sangat Sesuai)
- b. S (Sesuai)
- c. TS (Tidak Sesuai)
- d. STS (Sangat Tidak Sesuai)

5. Penilaian Setiap Butir Aitem

Petunjuk:

Peneliti meminta kesediaan kepada saudara/I untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan

memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu : (R) Relevan, (KR) Kurang Relevan, (TR) Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih, mohon saudara/i memberi tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh Jawaban :

Aitem : Saya merasa puas dengan bentuk tubuh saya

R KR TR
 () () ()

Jika saudara/i menilai aitem tersebut relevan dengan aspek atau indikator, maka saudara/i diharapkan mencentang pada kolom R. Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia

No	Aspek-aspek	Aitem	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
1	Dukungan Emosional	1. Teman dan orang tua saya peduli dengan masalah ketidakpuasan tubuh yang sedang saya hadapi (F)	✓			
		2. Teman dan orang tua mendengarkan keluhan saya tentang bentuk tubuh saya (F)	✓			
		3. Saya mendapat apresiasi positif dari teman dan orang tua saya tentang bentuk tubuh saya (F)	✓			
		8. Teman saya tidak mau bentuk tubuh saya membuat saya terlihat tidak bagus (UF)	✓			
		19. Orang tua saya tidak peduli dengan perasaan saya, ketika orang mengomentari bentuk tubuh saya (UF)	✓			
2	Dukungan Instrumental	6. Teman saya memberikan nasehat saat saya menghadapi masalah tentang ketidakpuasan tubuh (F)	✓			
		10. Disaat saya membutuhkan				

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

		sesuatu untuk mengatasi ketidakpuasan saya pada bentuk tubuh, teman saya tidak mau membantu (UF)	✓				
		13. Teman saya sering menghindar saat saya sedang menghadapi kesulitan tentang ketidakpuasan tubuh (UF)	✓				
		15. Teman dan keluarga dapat meminjamkan uang disaat saya membutuhkannya untuk mengatasi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (F)	✓				
		17. Orang tua dan temansaya tidak peduli saat saya meminta sesuatu yang saya butuhkan untuk menutupi atau mengurangi perut buncit saya (UF)	✓				
3	Dukungan Informasi	5. Saya tidak mendapatkan saran yang baik mengenai penampilan saya dari teman dan orang tua saya (UF)	✓				
		9. Saya menerima nesehat dari teman untuk menjaga bentuk tubuh (F)	✓				
		12. Teman saya sering memberi kritikan tentang penampilan saya (UF)	✓				
		14. Saya memperoleh arahan dari teman dalam menjaga pola makan (F)	✓				
		20. Keluarga dan teman saya memberikan informasi mengenai hal yang bisa dilakukan untuk mengatasi ketidakpuasan terhadap tubuh saya (F)	✓				
4	Dukungan Persahabata n	4. Teman saya meberikan bantuan saat saya membutuhkannya untuk mengurangi ketidakpuasan pada bentuk tubuh (F)	✓				
		7. Teman saya tidak mengikutsertakan saya pada					



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.

	kegiatan sosial dikarenakan saya memiliki bentuk tubuh yang tidak bagus (UF)	✓			
	11. Disaat menghadapi masalah penampilan, teman teman membantu saya menyelesaikannya bersama (F)	✓			
	16. Teman teman dan sahabat terdekat meluangkan waktu untuk mendengarkan kekhawatiran saya tentang bentuk tubuh (F)	✓			
	18. Teman teman selalu tidak ada waktu saat saya ingin curhat mengenai penampilan tubuh saya. (UF)	✓			



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.

Catatan

1. Isi (Kesesuaian dengan aspek) :

.....
 Sesuai

2. Bahasa :

.....
 Sesuai

3. Jumlah aitem

.....
 Sesuai

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator

Salmiyati, M.Psi.

Nip. 1988081720 19032013



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA *SELF COMPASSION*

1. Definisi Operasional

Self compassion ialah perilaku penerimaan diri yang sehat seseorang terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, tanpa menyalahkan atau menghakimi ketidaksempurnaan yang dimiliki individu tersebut. Penerimaan diri yang sehat itu dilakukan dengan cara menerima dan tidak menghakimi keadaan yang dia alami. Adapun aspek-aspek yang digunakan berdasarkan dari teori Neff, (2003) diantaranya adalah *Self kindness*, *Common Humanity* dan *Mindfulness*.

2. Skala Yang Digunakan

- a. Buat sendiri (-)
4. Adaptasi (✓)
5. Modifikasi (-)

3. Jumlah Aitem

Jumlah aitem pada skala *Self compassion* berjumlah 26 aitem

4. Format Respon

Format respon yang digunakan untuk mengisi skala *Self compassion* terdiri dari 5 alternatif jawaban, yaitu jawaban dengan angka 1 (Hampir Tidak Pernah) sampai 5 (Hampir Selalu)

5. Penilaian Setiap Butir Aitem

Petunjuk:

Peneliti meminta kesediaan kepada saudara/l untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: (R) Relevan,

(KR) Kurang Relevan, (TR) Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih, mohon saudara/i memberi tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh Jawaban :

Aitem : Saya merasa puas dengan bentuk tubuh saya

R KR TR
() () ()

Jika saudara/i menilai aitem tersebut relevan dengan aspek atau indikator, maka saudara/i diharapkan mencentang pada kolom R. Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia

No	Aspek- aspek	Aitem	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
1	Mengasihi Diri <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.	✓			
2	Menghakimi Diri <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				



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

Kemanusiaan Universal <i>Common Humanity</i>	kepribadian saya yang 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.	✓			
	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.	✓			
4 Isolasi (Isolation)	10. Ketika saya merasa 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.	✓			
	4. Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.	✓			
	13. Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya.	✓			
	18. Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup.	✓			
	25. Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya				

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

		cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.	✓			
5	<i>Mindfulness</i>	9. Ketika ada sesuatu yang membuat kecewa, saya mencoba untuk menjaga emosi saya agar tetap stabil	✓			
		14. Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.	✓			
		17. Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar.	✓			
		22. Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan.	✓			
6	<i>Overidentifikasi (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 kejadian tersebut.	✓			

Catatan

1. Isi (Kesesuaian dengan aspek) :

.....

.....



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. Bahasa :

Sesuai

3. Jumlah aitem

Sesuai

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator

Salmiyati, M.Psi.

Nip. 1988081720419032013



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

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR SKALA *BODY DISSATISFACTION*

A. Definisi Operasional

Body dissatisfaction diartikan sebagai penilaian negatif seorang individu terhadap bentuk tubuhnya dengan mengarah pada bentuk tubuh yang ideal yaitu bentuk tubuh kurus dan tinggi. Adapun aspek-aspek yang digunakan adalah aspek yang dikembangkan oleh Rosen dan Reiter ialah penilaian negatif pada bentuk tubuh, perasaan malu pada bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial, *Body checking*, kamuflase tubuh, dan menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain

B. Skala Yang Digunakan

- a. Buat sendiri (-)
- b. Adaptasi (✓)
- c. Modifikasi (-)

C. Jumlah Aitem

Jumlah aitem pada skala *body dissatisfaction* berjumlah 24 aitem

D. Format Respon

Format respon yang digunakan untuk mengisi skala *body dissatisfaction* terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu:

1. SS (Sangat Sesuai)
2. S (Sesuai)
3. TS (Tidak Sesuai)
4. STS (Sangat Tidak Sesuai)

E. Penilaian Setiap Butir Aitem

Petunjuk:

Peneliti meminta kesediaan kepada saudara/l untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu : (R) Relevan,

UIN SUSKA 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 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

(KR) Kurang Relevan, (TR) Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih, mohon saudara/i memberi tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh Jawaban :

Aitem : Saya merasa puas dengan bentuk tubuh saya

R KR TR
() () ()

Jika saudara/i menilai aitem tersebut relevan dengan aspek atau indikator, maka saudara/i diharapkan mencentang pada kolom R. Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia

No	Aspek-aspek	Aitem	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
1	Penilaian negative pada bentuk tubuh	1. Saya merasa tubuh saya kurang ideal (F)	✓			
		14. Saya puas dengan berat badan saya saat ini (UF)	✓			
		23. Saya merasa benci dengan timbunan lemak yang ada di beberapa bagian tubuh saya (F)	✓			
2	Perasaan malu pada bentuk tubuh saat berada di lingkungan sosial	4. Saya merasa minder bila bertemu dengan teman-teman yang bertubuh langsing (F)	✓			
		9. Saya cuek saja jika orang lain memperhatikan bentuk tubuh saya (UF)	✓			
		17. Tubuh saya tidak ideal, tetapi saya bangga memilikinya (UF)	✓			
		24. Saya cuek dengan kondisi fisik saya ketika saya berdiskusi dengan teman-teman perempuan saya (UF)	✓			
3	Body Checking	2. Menurut saya luluran di akhir pekan dirasa perlu untuk mengembalikan keremajaan kulit			✓	

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.

		saya (F)				
		5. Tidak terlalu penting bagi saya untuk menimbang berat badan saya setelah makan (UF)	✓			
		6. Saya cuek apakah bentuk badan saya se ideal dengan model yang ada di majalah dan televisi, atau tidak (UF)		✓		
		10. Saya malas untuk memperhatikan timbunan lemak yang ada di beberapa bagian tubuh saya (UF)	✓			
		11. Saya merasa minder bila saya belum bercermin beberapa kali sebelum berangkat ke sekolah (F)	✓			
		12. Perut yang membuncit dan banyak lipatan, bukan masalah bagi saya (UF)		✓		
		13. Saat di sekolah, saya sering bertanya pada teman saya apakah penampilan saya sudah baik (F)	✓			
		18. Tanpa cermin, sisir, bedak, atau parfum di tas, saya akan tetap merasa percaya diri di tempat umum (UF)	✓			
		21. Penting bagi saya untuk membersihkan komedo setiap dua hari sekali (F)	✓			
4	Kamuflase tubuh	7. Saya dapat memakai semua model pakaian yang saya inginkan tanpa mengalami kesukaran untuk menutupi kekurangan yang ada pada tubuh saya (UF)	✓			
		8. Saya belum merasa nyaman jika belum menggunakan aksesoris tambahan yang menunjang penampilan saya saat saya pergi (F)	✓			
		16. Saat memilih pakaian, saya memperhatikan di bagian	✓			

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.

5	Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain	pinggang, agar terlihat ideal (F)				
		22. Saya merasa kurang percaya diri apabila harus memakai baju tanpa lengan (F)	✓			
		3. Ketika mendapat undangan ulang tahun dari teman saya, saya akan memikirkan alasan agar saya tidak datang, karena saya malas menghadirinya (F)	✓			
		15. Saya malas melakukan aktivitas sosial di lingkungan rumah saya, karena saya merasa kurang nyaman dengan keadaan tubuh saya (F)	✓			
		19. Saya akan tetap menghadiri undangan pertemuan-pertemuan di lingkungan saya, meski tubuh saya tidak dapat dikatakan ideal (UF)	✓			
		20. Saya merasa kurang nyaman bila berada dan bepergian bersama teman-teman perempuan yang memiliki tubuh dan wajah yang lebih baik (F)	✓			



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.

Catatan

1. Isi (Kesesuaian dengan aspek) :

Sesuai bnyk aitem dengan def. ms.
aspek

2. Bahasa :

Redaksi kalimat

3. Jumlah aitem

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator

Dr. Lisya Chairani, M.A, Psikolog

NIP. 197912072006042001



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA DUKUNGAN SOSIAL

1. Definisi Operasional

Dukungan sosial adalah sikap yang diperoleh individu terdiri dari perhatian dan penghargaan yang diberikan secara emosional, instrumental, informatif dan persahabatan yang menimbulkan rasa nyaman pada individu yang menerimanya. Adapun dimensi yang digunakan adalah aspek yang dikembangkan oleh Safarino, (2011) antara lain Dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan informatif dan dukungan persahabatan.

2. Skala Yang Digunakan

1. Buat sendiri (✓)
2. Adaptasi (-)
3. Modifikasi (-)

Mengapa buat sendiri ?

3. Jumlah Aitem

Jumlah aitem pada skala Dukungan sosial berjumlah 20 aitem

4. Format Respon

Format respon yang digunakan untuk mengisi skala Dukungan sosial terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu:

- a. SS (Sangat Sesuai)
- b. S (Sesuai)
- c. TS (Tidak Sesuai)
- d. STS (Sangat Tidak Sesuai)

5. Penilaian Setiap Butir Aitem

Petunjuk:

Peneliti meminta kesediaan kepada saudara/I untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan 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.

memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu : (R) Relevan, (KR) Kurang Relevan, (TR) Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih, mohon saudara/i memberi tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh Jawaban :

Aitem : Saya merasa puas dengan bentuk tubuh saya

R KR TR
 () () ()

Jika saudara/i menilai aitem tersebut relevan dengan aspek atau indikator, maka saudara/i diharapkan mencentang pada kolom R. Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia

No	Aspek-aspek	Aitem	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
1	Dukungan Emosional	1. Teman dan orang tua saya peduli dengan masalah ketidakpuasan tubuh yang sedang saya hadapi (F)	✓			
		2. Teman dan orang tua mendengarkan keluhan saya tentang bentuk tubuh saya (F)	✓			
		3. Saya mendapat apresiasi positif dari teman dan orang tua saya tentang bentuk tubuh saya (F)	✓			
		8. Teman saya tidak mau bentuk tubuh saya membuat saya terlihat tidak bagus (UF)	✓			
		19. Orang tua saya tidak peduli dengan perasaan saya, ketika orang mengomentari bentuk tubuh saya (UF)	✓			
2	Dukungan Instrumental	6. Teman saya memberikan nasihat saat saya menghadapi masalah tentang ketidakpuasan tubuh (F)	✓	✓		
		10. Disaat saya membutuhkan				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

		sesuatu untuk mengatasi ketidakpuasan saya pada bentuk tubuh, teman saya tidak mau membantu (UF)	✓			
		13. Teman saya sering menghindar saat saya sedang menghadapi kesulitan tentang ketidakpuasan tubuh (UF)	✓			
		15. Teman dan keluarga dapat meminjamkan uang disaat saya membutuhkannya untuk mengatasi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (F)		✓		
		17. Orang tua dan temansaya tidak peduli saat saya meminta sesuatu yang saya butuhkan untuk menutupi atau mengurangi perut buncit saya (UF)	✓			
3	Dukungan Informasi	5. Saya tidak mendapatkan saran yang baik mengenai penampilan saya dari teman dan orang tua saya (UF)	✓			
		9. Saya menerima nesehat dari teman untuk menjaga bentuk tubuh (F)	✓			
		12. Teman saya sering memberi kritikan tentang penampilan saya (UF)	✓			
		14. Saya memperoleh arahan dari teman dalam menjaga pola makan (F)	✓			
		20. Keluarga dan teman saya memberikan informasi mengenai hal yang bisa dilakukan untuk mengatasi ketidakpuasan terhadap tubuh saya (F)	✓			
4	Dukungan Persahabatan	4. Teman saya memberikan bantuan saat saya membutuhkannya untuk mengurangi ketidakpuasan pada bentuk tubuh (F)	✓			
		7. Teman saya tidak mengikutsertakan saya pada	✓			



© Hak cipta milik UIN Suska Riau	kegiatan sosial dikarenakan saya memiliki bentuk tubuh yang tidak bagus (UF)				
	11. Disaat menghadapi masalah penampilan, teman teman membantu saya menyelesaikannya bersama (F)	✓			
	16. Teman teman dan sahabat terdekat meluangkan waktu untuk mendengarkan kekhawatiran saya tentang bentuk tubuh (F)	✓			
	18. Teman teman selalu tidak ada waktu saat saya ingin curhat mengenai penampilan tubuh saya. (UF)	✓			

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.



Catatan

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

1. Isi (Kesesuaian dengan aspek) :

2. Bahasa :

Pedagogi, antropologi, sosiologi, sejarah

3. Jumlah aitem

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator

Dr. Lisya Chairani, M.A, Psikolog

NIP. 197912072006042001

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR SKALA *SELF COMPASSION*

1. Definisi Operasional

Self compassion ialah perilaku penerimaan diri yang sehat seseorang terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, tanpa menyalahkan atau menghakimi ketidaksempurnaan yang dimiliki individu tersebut. Penerimaan diri yang sehat itu dilakukan dengan cara menerima dan tidak menghakimi keadaan yang dia alami. Adapun aspek-aspek yang digunakan berdasarkan dari teori Neff, (2003) diantaranya adalah *Self kindness*, *Common Humanity* dan *Mindfulness*.

2. Skala Yang Digunakan

- a. Buat sendiri (-)
4. Adaptasi (✓)
5. Modifikasi (-)

3. Jumlah Aitem

Jumlah aitem pada skala *Self compassion* berjumlah 26 aitem

4. Format Respon

Format respon yang digunakan untuk mengisi skala *Self compassion* terdiri dari 5 alternatif jawaban, yaitu jawaban dengan angka 1 (Hampir Tidak Pernah) sampai 5 (Hampir Selalu)

5. Penilaian Setiap Butir Aitem

Petunjuk:

Peneliti meminta kesediaan kepada saudara/I untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: (R) Relevan,

1. Dilarang 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.

(KR) Kurang Relevan, (TR) Tidak Relevan. Untuk jawaban yang dipilih, mohon saudara/i memberi tanda centang (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh Jawaban :

Aitem : Saya merasa puas dengan bentuk tubuh saya

R KR TR
 () () ()

Jika saudara/i menilai aitem tersebut relevan dengan aspek atau indikator, maka saudara/i diharapkan mencentang pada kolom R. Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia

No	Aspek- aspek	Aitem	Alternatif Jawaban			Ket.
			R	KR	TR	
1	Mengasihi Diri <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.				
2	Menghakimi Diri <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				



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

		kepribadian saya yang 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.				
3	Kemanusiaan Universal <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 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.				
4	Isolasi <i>(Isolation)</i>	4. Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.				
		13. Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya.				
		18. Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup.				
		25. Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

		cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.				
5	Mindfulness	9. Ketika ada sesuatu yang membuat kecewa, saya mencoba untuk menjaga emosi saya agar tetap stabil				
		14. Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.				
		17. Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar.				
		22. Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan.				
6	Overidentifikasi (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 kejadian tersebut.				

Catatan

1. Isi (Kesesuaian dengan aspek) :

.....

.....



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

2. Bahasa :

.....

.....

3. Jumlah aitem

.....

.....

Pekanbaru, Agustus 2024

Validator

Dr. Lisya Chairani, M.A, Psikolog

NIP. 197912072006042001

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

Alat Ukur Try Out



Alat Ukur Skala *Body Dissatisfaction*

A. IDENTITAS DIRI

Nama / Inisial :
Usia :
Jenis Kelamin : L / P
Semester :

Assalamualaikum Warohmatullah Wabarokatuh...

Perkenalkan nama saya Murti Amelia mahasiswi Psikologi (S1) UIN SUSKA RIAU. Saat ini saya sedang melakukan penelitian guna mendapatkan gelar Sarjana di bidang Psikologi. Saya mohon kepada teman-teman mengisi kuesioner ini dengan jujur dan sesuai dengan keadaan diri teman-teman saat ini. Setiap jawaban akan diterima selama itu benar-benar merupakan jawaban pribadi teman-teman. Jawaban yang teman-teman berikan akan dijamin kerahasiannya. Hasil kuisisioner ini tidak berpengaruh secara personal, melainkan akan memberikan manfaat untuk pengembangan bidang keilmuan psikologi di Indonesia.

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang berhubungan dengan apa yang teman-teman rasakan, pikirkan, dan lakukan dalam kegiatan sehari-hari. Atas kesediaan dan partisipasi teman-teman dalam penelitian ini saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Warohmatullah Wabarokatuh

B. PETUNJUK PENGISIAN

Petunjuk untuk pengisian instrumen penelitian ini adalah dengan memberikan tanda checklist (✓) pada salah satu kolom pilihan jawaban yang tersedia sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran saudara/i yang sebenarnya. Adapun pilihan jawaban yang telah disediakan sebagai berikut:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

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.

NO	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tubuh saya kurang ideal				
2	Penting bagi saya memeriksa penampilan sebelum beraktivitas				
3	Saat mendapatkan undangan untuk menghadiri suatu acara, saya memikirkan alasan untuk tidak menghadiri acara tersebut, dikarenakan saya malu dengan bentuk tubuh saya				
4	Saya merasa minder bila bertemu dengan teman-teman yang bertubuh langsing				
5	Tidak terlalu penting bagi saya untuk menimbang berat badan saya setelah makan				
6	Saya tidak peduli apabila bentuk tubuh saya tergolong tidak ideal				
7	Saya dapat memakai semua model pakaian yang saya inginkan tanpa mengalami kesulitan untuk menutupi kekurangan yang ada pada tubuh saya				
8	Saya belum merasa nyaman jika belum menggunakan aksesoris tambahan yang menunjang penampilan saya saat saya pergi				
9	Saya cuek saja jika orang lain memperhatikan bentuk tubuh saya				
10	Saya malas untuk memperhatikan timbunan lemak yang ada di beberapa bagian tubuh saya				
11	Saya merasa minder bila saya belum bercermin beberapa kali sebelum berangkat ke sekolah				
12	Kekurangan pada bentuk tubuh yang saya miliki tidak masalah bagi saya				
13	Saat di sekolah, saya sering bertanya pada teman saya apakah penampilan saya sudah baik				
14	Saya puas dengan berat badan saya saat ini				
15	Saya malas melakukan aktivitas sosial di lingkungan rumah saya, karena saya merasa kurang nyaman dengan keadaan tubuh saya				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

16	Saat memilih pakaian, saya memperhatikan di bagian pinggang, agar terlihat ideal				
17	Tubuh saya tidak ideal, tetapi saya bangga memilikinya				
18	Tanpa cermin, sisir, bedak, atau parfum di tas, saya akan tetap merasa percaya diri di tempat umum				
19	Bentuk tubuh yang saya miliki tidak mengganggu saya untuk melakukan kegiatan sosial .				
20	Saya lebih senang pergi sendirian dibandingkan pergi bersama teman teman yang memiliki bentuk tubuh yang lebih baik				
21	Penting bagi saya untuk membersihkan komedo setiap dua hari sekali				
22	Saya senang menggunakan pakaian berwarna hitam / gelap untuk memberikan kesan slim/ tone up pada tubuh saya				
23	Saya merasa benci dengan timbunan lemak yang ada di beberapa bagian tubuh saya				
24	Saya cuek dengan kondisi fisik saya ketika saya berdiskusi dengan teman-teman perempuan saya				

Skala Dukungan Sosial

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Teman dan orang tua saya peduli dengan masalah ketidakpuasan tubuh yang sedang saya hadapi				
2	Teman dan orang tua mendengarkan keluhan saya tentang bentuk tubuh saya				
3	Saya mendapat apresiasi positif dari teman dan orang tua saya tentang bentuk tubuh saya				
4	Teman saya memberikan bantuan saat saya membutuhkannya untuk mengurangi ketidakpuasan pada bentuk tubuh				
5	Saya tidak mendapatkan saran yang baik mengenai penampilan saya dari teman dan orang tua saya				
6	Teman dan keluarga memberikan saya produk (<i>Skincare</i> , <i>body care</i> , suplemen, alat olahraga, dsb) untuk mengurangi ketidakpuasan tubuh saya				
7	Teman saya tidak mengikutsertakan saya pada kegiatan sosial dikarenakan saya memiliki bentuk tubuh yang bagus				
8	Teman saya menganggap bentuk tubuh saya, membuat saya terlihat tidak bagus				
9	Saya menerima nasehat dari teman untuk menjaga bentuk tubuh				
10	Teman dan keluarga memberikan bantuan berupa memberikan makanan dan minuman rendah kalori kepada saya				
11	Disaat menghadapi masalah penampilan, teman teman membantu saya menyelesaikannya bersama				
12	Teman saya sering memberi kritikan tentang penampilan saya				
13	Keluarga dan teman saya menolak membantu saya dalam memperbaiki penampilan				
14	Saya memperoleh arahan dari teman dalam menjaga pola makan				
15	Teman teman mengantar saya ke pusat olahraga/ klinik kecantikan .				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta dimiliki 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:

- 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.

16	Teman-teman dan sahabat terdekat meluangkan waktu untuk mendengarkan kekhawatiran saya tentang bentuk tubuh				
17	Teman teman membantu saya memilih pakaian yang cocok untuk bentuk tubuh saya				
18	Teman-teman selalu tidak ada waktu saat saya ingin curhat mengenai penampilan tubuh saya.				
19	Orang tua saya tidak peduli dengan perasaan saya, ketika orang mengomentari bentuk tubuh saya				
20	Keluarga dan teman saya memberikan informasi mengenai hal yang bisa dilakukan untuk mengatasi ketidakpuasan terhadap tubuh saya				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

Skala *Self compassion*.

Petunjuk:

1= (Hampir Tidak Pernah) hingga 5= (Hampir Selalu)

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



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.

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

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

Lampiran C

Data Demografi Subjek *Try Out*

DATA DEMOGRAFI SUBJEK TRY OUT

NO	NAMA	USIA	JENIS KELAMIN	SMT	FAKULTAS	TINGGAL BERSAMA
1	MA	24	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
2	A	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
3	MDP	23	Perempuan	9	Psikologi	Kost
4	AR	22	Laki Laki	9	Psikologi	Kost
5	Sw	23	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
6	I	23	Perempuan	9	Psikologi	Kost
7	awaa	22	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
8	TA	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
9	TPP	22	Perempuan	9	Psikologi	Rumah sendiri
10	MR	22	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
11	Ps	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
12	R	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
13	vv	21	Perempuan	9	Psikologi	Kost
14	Vry	21	Perempuan	7	Psikologi	Rumah dan sendiri
15	PA	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
16	L	22	Perempuan	9	Psikologi	abang kandung
17	AP	20	Laki Laki	5	Psikologi	Kost
18	LR	22	Laki Laki	9	Psikologi	Kost
19	F	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
20	LM	21	Perempuan	7	Psikologi	Kost
21	AAD	20	Perempuan	9	Psikologi	Kost
22	Syifa Syesiori	22	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
23	EI	22	Perempuan	7	Psikologi	Kost
24	HNTF	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
25	DK	21	Perempuan	7	Psikologi	Orang tua
26	Ivi	18	Perempuan	1	Psikologi	Orang tua
27	VA	21	Perempuan	7	Psikologi	Orang tua
28	AYP	22	Perempuan	9	Psikologi	Kakak
29	YI	23	Perempuan	9	Psikologi	Kost
30	CS	21	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
31	TVA	23	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
32	IA	22	Perempuan	8	Psikologi	Suami
33	d	20	Perempuan	IX	Psikologi	Orang tua

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

34	Aji	21	Laki Laki	9	Psikologi	Kost
35	SM	19	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
36	NES	20	Perempuan	5	Psikologi	Kost
37	APP	23	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
38	KI	19	Perempuan	5	Psikologi	Kost
39	falahharlinaa	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
40	Ck	22	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
41	sm	20	Perempuan	5	Psikologi	saudara
42	mh	20	Laki Laki	5	Psikologi	Orang tua
43	SK	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
44	LIA	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
45	RDO	23	Perempuan	9	Psikologi	Orang tua
46	MS	18	Perempuan	1	Psikologi	Kost
47	M	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
48	H	24	Perempuan	11	Psikologi	Kost
49	Yf	23	Perempuan	9	Psikologi	Kost
50	SD	20	Perempuan	5	Psikologi	Kost
51	NZ	22	Perempuan	9	Psikologi	Kost
52	SA	20	Perempuan	5	Psikologi	Kost
53	Sayonara	19	Perempuan	1	Psikologi	Kost
54	NES	21	Perempuan	6	Psikologi	Kost
55	NUN	21	Perempuan	5	Psikologi	Kost
56	HW	22	Perempuan	7	Psikologi	Kost
57	S	20	Perempuan	5	Psikologi	Kost
58	DDA	22	Laki Laki	9	Psikologi	Kost
59	B	23	Perempuan	9	Psikologi	Kost
60	FI	23	Laki Laki	9	Psikologi	Orang tua
61	sum	23	Perempuan	9	Psikologi	Kost

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

Tabulasi Data *Try Out*

Tabulasi Data Try Out *Body Dissatisfaction*

Sbjk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
S1	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	4	3	1
S2	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2
S3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3
S4	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3
S5	4	4	1	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	1	4	3	3	2	2	4	3	3	4
S6	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2
S7	3	3	1	2	1	3	3	1	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2
S8	3	4	3	3	2	3	1	1	3	4	1	3	2	1	1	3	4	1	1	2	1	1	4	3
S9	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	4	2	2	3	4	3	2
S10	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
S11	3	4	3	3	2	2	3	2	4	4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3
S12	3	4	1	1	2	4	2	4	2	3	1	2	4	3	1	3	1	4	3	1	3	4	3	2
S13	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3
S14	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3
S15	3	4	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3
S16	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	4	4	2	2	1	3	3	3	3	2
S17	2	3	1	1	2	4	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	3	3
S18	3	3	1	1	1	3	3	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	1	2	2	3	1
S19	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3
S20	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3
S21	2	4	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	1	2	3	4	4	3	4
S22	3	4	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	3	1	3	1	3	1	1	4	3	3	4
S23	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	1	2	3	2
S24	4	4	2	3	3	3	4	2	2	2	3	4	3	1	1	3	2	3	2	1	4	3	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.

S25	2	4	1	2	1	2	1	2	3	3	2	1	2	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	2
S26	3	4	2	3	4	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	2
S27	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	3	4	3	3
S28	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2
S29	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	4	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3
S30	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2
S31	4	4	1	1	2	3	3	2	3	4	3	2	4	4	1	3	2	3	1	2	2	2	3	3
S32	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3
S33	4	3	3	1	3	3	1	2	1	3	2	2	4	4	3	2	3	2	3	1	2	4	4	4
S34	2	2	1	1	1	4	1	2	1	4	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1
S35	2	3	1	1	2	1	1	2	4	3	3	4	1	2	1	3	1	4	2	1	3	1	3	4
S36	2	4	2	2	1	3	1	4	1	3	4	1	4	1	2	4	1	3	1	2	4	2	4	1
S37	2	4	1	1	1	2	2	1	2	3	1	2	4	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2
S38	3	2	1	1	3	3	1	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2
S39	3	4	2	3	4	3	1	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2
S40	4	4	1	2	1	4	4	1	4	4	2	3	4	4	1	4	2	1	1	1	1	2	4	4
S41	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	4	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2
S42	3	3	1	1	1	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2
S43	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	4	2	3	3	1	2	2	4	2	3	2	3	3	1
S44	2	4	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2
S45	3	3	2	2	1	3	1	3	2	4	3	3	2	2	2	3	1	3	3	2	2	1	2	3
S46	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2
S47	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3
S48	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3
S49	3	3	2	1	1	1	1	3	2	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2
S50	4	3	2	1	2	4	4	1	3	4	1	3	2	4	3	3	3	1	3	1	2	2	3	3
S51	3	4	2	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	2	2	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

S52	1	3	1	1	2	2	2	1	3	2	2	1	3	1	1	2	1	1	1	3	1	1	2	3
S53	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3
S54	4	4	4	4	1	1	1	4	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2
S55	2	4	2	3	4	4	4	2	1	4	1	4	4	4	3	4	4	4	1	1	4	1	4	2
S56	3	4	4	4	1	2	2	3	2	1	4	2	4	2	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2
S57	4	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	4	4
S58	3	3	2	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3
S59	3	4	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	4	3
S60	2	4	1	1	1	1	1	2	2	3	3	1	2	1	1	3	1	3	1	1	3	4	2	3
S61	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	3	4	4	2	4	3	3	3	1	2	2	3	4	3

Tabulasi Data Try Out Dukunga Sosial

Sbjk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
S1	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2
S2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3
S3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2
S4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
S5	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	5	3	3	3
S6	2	3	3	2	4	3	4	4	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	5	3
S7	3	3	4	2	3	4	2	2	3	3	2	4	2	2	1	2	3	3	2	3
S8	3	2	4	1	2	3	2	2	4	2	3	2	3	2	4	3	5	3	2	2
S9	2	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3
S10	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3
S11	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3
S12	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3
S13	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3
S14	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3
S15	2	3	3	1	3	3	2	2	1	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3
S16	3	3	3	3	4	3	4	5	3	4	3	5	3	3	3	4	4	4	4	3
S17	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3
S18	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
S19	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2
S20	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	5	3	3	3
S21	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	2	4	4	3	3
S22	2	2	3	1	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	1	1	2	2	2	1
S23	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3
S24	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	1	3	4	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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

S25	2	2	3	3	3	4	4	5	4	4	3	5	3	2	2	3	4	5	5	4
S26	2	3	4	2	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	1	2	4	4	2	3
S27	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	4	4	2
S28	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
S29	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3
S30	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3
S31	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	2	4	2	3	4	3	3	3
S32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3
S33	3	3	2	3	4	2	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2
S34	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	2	1	2	3	2	3	2
S35	3	3	3	3	5	3	4	3	3	5	4	2	4	3	3	4	4	4	4	3
S36	4	4	4	4	3	4	3	3	4	5	4	5	3	3	3	3	4	5	3	3
S37	2	4	4	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3
S38	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3
S39	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3
S40	4	4	4	4	2	4	2	2	4	5	2	2	2	4	4	4	4	2	2	4
S41	3	3	3	2	4	2	2	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	4	4	2
S42	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3
S43	3	3	4	3	3	3	4	5	3	3	3	5	2	3	3	4	4	4	3	3
S44	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3
S45	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	2	2	2
S46	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3
S47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	2	2	3
S48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3
S49	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	1	1	3	2	2	1
S50	3	3	2	3	3	1	2	4	3	2	3	4	3	3	1	3	5	2	3	4
S51	2	3	3	2	4	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	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 mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

S52	2	3	4	4	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	4	2	5	2
S53	2	1	1	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	3	4	4	2
S54	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4
S55	4	4	4	1	2	4	2	2	4	5	4	5	2	3	2	4	5	2	2	3
S56	3	3	4	3	5	3	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4
S57	1	1	1	2	4	1	3	3	2	3	1	3	4	2	1	2	3	4	5	1
S58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3
S59	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
S60	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	4	5	2	4	4	4	4	2	2	3
S61	3	4	4	2	4	2	4	4	3	4	3	4	3	2	3	2	3	4	5	3

1. Dilarang 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

Tabulasi Data Try Out *Self Compassion*

Sbjk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
S1	4	2	3	1	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	1	2	4	1	3
S2	4	4	2	4	3	4	3	4	2	2	3	3	4	2	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3
S3	3	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3
S4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	2	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3
S5	3	5	4	4	1	3	3	1	3	3	2	4	5	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	5
S6	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3
S7	3	3	4	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	2	3	3	2	2	3
S8	3	2	5	3	4	3	5	1	5	4	1	4	1	3	1	2	4	1	4	3	3	3	2	2	3	4
S9	3	3	3	2	3	3	5	1	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	1	1	3	3	4	1	3
S10	4	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S11	1	1	5	1	5	3	5	3	3	5	2	4	1	3	5	1	3	1	3	1	3	4	4	3	1	3
S12	4	4	4	2	5	2	4	3	4	5	4	4	2	4	4	2	4	2	5	2	5	2	4	4	2	4
S13	3	4	4	3	3	4	4	3	5	5	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3
S14	3	4	4	3	4	2	3	2	4	2	2	4	2	3	2	2	2	2	3	2	2	4	4	3	2	4
S15	3	1	4	3	4	2	4	1	4	4	1	4	2	4	4	2	4	1	3	2	2	3	2	1	2	2
S16	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3
S17	5	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	3	2	4	4	4	4	3
S18	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	5	3	4	3	1	1	5	5	3
S19	3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	4	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4
S20	3	4	4	2	5	4	4	2	4	4	2	3	2	4	4	2	4	2	4	3	2	4	3	4	2	4
S21	1	2	3	2	3	2	2	1	4	4	4	4	1	4	4	1	2	1	4	1	1	1	1	3	3	4
S22	4	4	3	3	2	2	3	3	2	1	1	1	4	3	1	4	3	3	3	3	3	3	2	5	4	2
S23	3	2	3	2	4	3	5	2	3	4	4	3	2	3	3	4	4	2	4	2	3	3	4	3	3	4
S24	3	2	5	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	5	5	2	4	4	3	1	4	4	5	4	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.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun.

S25	4	2	2	1	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3
S26	5	5	3	5	5	3	5	1	4	4	3	5	5	4	3	4	3	4	1	3	3	4	5	5	2	5
S27	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	2	3	1	4	3	3	3	3	3
S28	2	4	4	4	3	3	3	2	4	3	2	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4
S29	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3
S30	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
S31	3	5	4	3	5	3	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4
S32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	2	4	4	2	3	3	3	4
S33	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	4	2	2	3	4	4	3
S34	1	5	5	4	5	5	5	3	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	1	5	4	1	5	5	4	5
S35	2	3	4	3	4	4	3	1	4	4	2	3	2	3	4	2	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3
S36	5	1	5	1	5	1	5	1	5	5	5	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5	5	5	5	1	5
S37	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	2	4	5	4	5	4	2	5	5	5	5	5	5
S38	4	3	4	2	3	3	5	2	4	4	2	4	2	3	4	2	4	2	3	2	3	3	3	3	2	4
S39	2	2	4	2	5	4	5	1	5	5	2	4	1	5	5	1	5	1	5	2	2	5	4	1	1	4
S40	4	5	3	4	5	4	3	2	4	2	3	3	5	1	5	2	5	3	4	4	2	5	5	5	1	5
S41	3	4	2	4	4	3	2	3	3	3	4	2	4	4	4	4	2	3	2	4	3	3	3	4	4	2
S42	4	4	4	3	4	3	4	2	5	4	4	4	3	4	5	3	4	2	4	2	2	4	4	4	2	4
S43	2	2	3	2	4	3	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3
S44	4	5	5	4	5	4	5	2	4	3	4	5	3	4	4	4	4	2	4	4	5	4	5	5	3	5
S45	3	4	4	5	4	2	4	4	3	2	5	2	3	4	3	3	2	4	3	3	2	2	3	5	4	3
S46	3	4	4	2	4	2	4	2	3	3	3	4	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3	4	2	2	4
S47	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	2	3	2	4	3	4	4	3	4	2	4
S48	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
S49	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3
S50	2	2	2	1	2	1	2	2	5	3	1	2	1	3	5	1	2	1	2	1	1	5	2	1	1	2
S51	2	4	4	3	4	1	5	2	4	4	2	4	2	4	4	1	4	1	2	1	2	3	4	4	1	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

S52	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	2	5	4	5	4	5	5
S53	4	2	4	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3
S54	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	4	2	2	4	4	2
S55	2	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
S56	4	5	3	4	2	5	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	5	1	2	4	4	2
S57	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	1	2
S58	4	5	4	4	3	2	4	2	5	5	3	4	3	3	4	2	4	2	4	2	2	4	4	4	2	4
S59	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3
S60	4	3	5	5	4	5	4	3	5	3	4	4	5	1	2	4	2	5	4	3	4	4	4	5	4	3
S61	3	4	2	3	4	3	4	1	3	3	3	4	2	4	5	1	3	3	3	3	3	2	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.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Lampiran E

Hasil Uji Reliabilitas dan Daya Beda Aitem

HASIL UJI RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM *BODY DISSATISFACTION*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.815	24

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BD01	56.0492	62.681	.456	.804
BD02	55.5574	64.584	.298	.810
BD03	56.9672	61.499	.478	.802
BD04	56.8361	60.139	.561	.798
BD05	56.8525	62.428	.396	.806
BD06	56.1639	64.873	.211	.814
BD07	56.5738	60.482	.497	.801
BD08	56.6393	64.501	.246	.813
BD09	56.3934	64.109	.264	.812
BD10	56.0820	66.110	.110	.819
BD11	56.3607	63.534	.300	.811
BD12	56.5574	63.151	.372	.807
BD13	56.1967	63.994	.288	.811
BD14	56.4590	60.752	.480	.802
BD15	56.8852	63.203	.355	.808
BD16	56.2131	61.970	.526	.801
BD17	56.7541	62.655	.399	.806

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.

BD18	56.4262	62.415	.355	.808
BD19	57.0492	63.781	.386	.807
BD20	56.8852	64.137	.313	.810
BD21	56.4426	63.584	.286	.811
BD22	56.2131	63.537	.292	.811
BD23	56.1803	61.350	.533	.800
BD24	56.3770	65.372	.158	.817

HASIL UJI RELIABILITAS DAN DAYA BEDA AITEM DUKUNGAN SOSIAL

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.881	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
DS01	56.3443	63.730	.518	.875
DS02	56.1475	64.361	.447	.877
DS03	55.9836	65.916	.278	.881
DS04	56.2787	64.338	.400	.878
DS05	55.9344	64.529	.422	.877
DS06	56.4590	62.686	.453	.877
DS07	56.1475	62.628	.496	.875
DS08	56.0656	61.629	.566	.872

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.

DS09	56.0492	64.014	.497	.875
DS10	55.8197	60.884	.613	.871
DS11	56.1803	63.850	.503	.875
DS12	55.7049	61.278	.528	.874
DS13	56.1475	64.761	.389	.878
DS14	56.2459	63.522	.505	.875
DS15	56.7377	60.330	.638	.870
DS16	56.2951	61.711	.593	.872
DS17	55.2951	63.245	.494	.875
DS18	55.9180	61.343	.528	.874
DS19	55.9180	63.943	.316	.882
DS20	56.2623	62.697	.603	.872

HASIL UJI RELIABILITAS DAN DAYA BEDA ITEM *SELF COMPASSION*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.878	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
sc01	79.2623	163.263	.353	.876
sc02	79.1148	158.137	.463	.873
sc03	78.8689	160.849	.471	.873

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.

sc04	79.4098	154.313	.627	.868
sc05	78.8525	163.061	.323	.877
sc06	79.3115	162.218	.389	.875
sc07	78.8852	158.237	.511	.872
sc08	80.0164	164.083	.300	.877
sc09	78.9672	160.299	.453	.873
sc10	79.0164	162.550	.377	.875
sc11	79.4262	157.315	.563	.871
sc12	79.1311	159.816	.525	.872
sc13	79.6230	155.472	.535	.871
sc14	79.2131	165.304	.262	.878
sc15	78.9508	163.081	.302	.878
sc16	79.7705	157.013	.540	.871
sc17	79.1967	160.961	.461	.873
sc18	79.7869	161.504	.348	.876
sc19	79.1803	164.217	.351	.876
sc20	79.8689	165.516	.243	.879
sc21	79.4590	160.719	.401	.875
sc22	79.2459	161.022	.411	.875
sc23	79.2131	154.737	.661	.868
sc24	78.9508	158.248	.518	.872
sc25	79.7213	160.571	.381	.876
sc26	79.0328	158.832	.601	.870

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

Alat Ukur Penelitian

UIN SUSKA RIAU

Alat Ukur Skala *Body Dissatisfaction*

C. IDENTITAS DIRI

Nama / Inisial :

Usia :

Jenis Kelamin : L / P

Semester :

Fakultas :

Tinggal bersama : a. Orang Tua b. Kost c. Lainnya.....

Assalamualaikum Warohmatullah Wabarokatuh...

Perkenalkan nama saya Murti Amelia mahasiswi Psikologi (S1) UIN SUSKA RIAU. Saat ini saya sedang melakukan penelitian guna mendapatkan gelar Sarjana di bidang Psikologi. Saya mohon kepada teman-teman mengisi kuesioner ini dengan jujur dan sesuai dengan keadaan diri teman-teman saat ini. Setiap jawaban akan diterima selama itu benar-benar merupakan jawaban pribadi teman-teman. Jawaban yang teman-teman berikan akan dijamin kerahasiannya. Hasil kuisisioner ini tidak berpengaruh secara personal, melainkan akan memberikan manfaat untuk pengembangan bidang keilmuan psikologi di Indonesia.

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang berhubungan dengan apa yang teman-teman rasakan, pikirkan, dan lakukan dalam kegiatan sehari-hari. Atas kesediaan dan partisipasi teman-teman dalam penelitian ini saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Warohmatullah Wabarokatuh

D. PETUNJUK PENGISIAN

Petunjuk untuk pengisian instrumen penelitian ini adalah dengan memberikan tanda checklist (✓) pada salah satu kolom pilihan jawaban yang

tersedia sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran saudara/i yang sebenarnya.

Adapun pilihan jawaban yang telah disediakan sebagai berikut:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

NO	PERNYATAAN	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tubuh saya kurang ideal				
2	Penting bagi saya memeriksa penampilan sebelum beraktivitas				
3	Saat mendapatkan undangan untuk menghadiri suatu acara, saya memikirkan alasan untuk tidak menghadiri acara tersebut, dikarenakan saya malu dengan bentuk tubuh saya				
4	Saya merasa minder bila bertemu dengan teman-teman yang bertubuh langsing				
5	Tidak terlalu penting bagi saya untuk menimbang berat badan saya setelah makan				
6	Saya dapat memakai semua model pakaian yang saya inginkan tanpa mengalami kesukaran untuk menutupi kekurangan yang ada pada tubuh saya				
7	Saya cuek saja jika orang lain memperhatikan bentuk tubuh saya				
8	Saya merasa minder bila saya belum bercermin beberapa kali sebelum berangkat ke sekolah				
9	Kekurangan pada bentuk tubuh yang saya miliki tidak masalah bagi saya				
10	Saat di sekolah, saya sering bertanya pada teman saya apakah penampilan saya sudah baik				
11	Saya puas dengan berat badan saya saat ini				
12	Saya malas melakukan aktivitas sosial di lingkungan rumah saya, karena saya merasa kurang nyaman dengan keadaan tubuh saya				
13	Saat memilih pakaian, saya memperhatikan di bagian pinggang, agar terlihat ideal				

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.

14	Tubuh saya tidak ideal, tetapi saya bangga memilikinya				
15	Tanpa cermin, sisir, bedak, atau parfum di tas, saya akan tetap merasa percaya diri di tempat umum				
16	Bentuk tubuh yang saya miliki tidak mengganggu saya untuk melakukan kegiatan sosial .				
17	Saya lebih senang pergi sendirian dibandingkan pergi bersama teman teman yang memiliki bentuk tubuh yang lebih baik				
18	Penting bagi saya untuk membersihkan komedo setiap dua hari sekali				
19	Saya senang menggunakan pakaian berwarna hitam / gelap untuk memberikan kesan slim/ tone up pada tubuh saya				
20	Saya merasa benci dengan timbunan lemak yang ada di beberapa bagian tubuh saya				

Skala Dukungan Sosial

Petunjuk Pengisian

Anda diminta untuk mengisi kuisioner ini dengan jujur dan sesuai dengan keadaan diri anda sendiri, setiap pernyataan terdiri dari empat jawaban alternatif yaitu:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Teman dan orang tua saya peduli dengan masalah ketidakpuasan tubuh yang sedang saya hadapi				
2	Teman dan orang tua mendengarkan keluhan saya tentang bentuk tubuh saya				
3	Saya mendapat apresiasi positif dari teman dan orang tua saya tentang bentuk tubuh saya				
4	Teman saya memberikan bantuan saat saya membutuhkannya untuk mengurangi ketidakpuasan pada bentuk tubuh				
5	Saya tidak mendapatkan saran yang baik mengenai penampilan saya dari teman dan orang tua saya				
6	Teman dan keluarga memberikan saya produk (<i>Skincare</i> , <i>body care</i> , suplemen, alat olahraga, dsb) untuk mengurangi ketidakpuasan tubuh saya				
7	Teman saya tidak mengikutsertakan saya pada kegiatan sosial dikarenakan saya memiliki bentuk tubuh yang bagus				
8	Teman saya menganggap bentuk tubuh saya, membuat saya terlihat tidak bagus				
9	Saya menerima nasehat dari teman untuk menjaga bentuk tubuh				
10	Teman dan keluarga memberikan bantuan berupa memberikan makanan dan minuman rendah kalori kepada saya				
11	Disaat menghadapi masalah penampilan, teman teman membantu saya menyelesaikannya bersama				

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.

12	Teman saya sering memberi kritikan tentang penampilan saya				
13	Keluarga dan teman saya menolak membantu saya dalam memperbaiki penampilan				
14	Saya memperoleh arahan dari teman dalam menjaga pola makan				
15	Teman teman mengantar saya ke pusat olahraga/ klinik kecantikan .				
16	Teman-teman dan sahabat terdekat meluangkan waktu untuk mendengarkan kekhawatiran saya tentang bentuk tubuh				
17	Teman teman membantu saya memilih pakaian yang cocok untuk bentuk tubuh saya				
18	Teman-teman selalu tidak ada waktu saat saya ingin curhat mengenai penampilan tubuh saya.				
19	Orang tua saya tidak peduli dengan perasaan saya, ketika orang mengomentari bentuk tubuh saya				
20	Keluarga dan teman saya memberikan informasi mengenai hal yang bisa dilakukan untuk mengatasi ketidakpuasan terhadap tubuh saya				

Skala *Self compassion*.

Petunjuk Pengisian:

Anda diminta untuk mengisi kuisioner ini dengan jujur dan sesuai dengan keadaan diri anda sendiri, setiap pernyataan terdiri dari empat jawaban alternatif yaitu:

1= (Hampir Tidak Pernah) hingga 5= (Hampir Selalu)

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

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© 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.



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.

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

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

Data Demografi Subjek Penelitian

Data Demografi Subjek Penelitian

No	Nama	Usia	Jenis Kelamin	Fakultas	smtr	Tinggal bersama
1	Claudya Florensi Lesmana	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	8	Orang Tua
2	c	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	8	Kost
3	Al yusnita	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Kost
4	Hafizatul Fitri	20	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	6	Kost
5	silvi	22	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	9	Kost
6	Ayu	23	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	9	Orang Tua
7	NAS	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	6	Kost
8	Miaw	20	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	6	Kost
9	Taufik	23	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	6	Orang Tua
10	T	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Orang Tua
11	Jihan	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Orang Tua
12	Naila	19	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	1	Orang Tua
13	YP	23	Laki Laki	Ushuluddin	7	Orang Tua
14	Y	20	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	2	Kost
15	Wilda	20	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	6	Orang Tua
16	Hera wati	22	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	8	Kost
17	M agil ramadhani	23	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	9	Orang Tua
18	D	23	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
19	zahrani wulandari	20	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	7	Kost
20	Annisa	20	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	6	Kost
21	Pebri	23	Laki Laki	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
22	Riski	23	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Kost
23	Mas A	22	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	9	Istri
24	Natasya Rara	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Orang Tua
25	Mass RR	23	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Kost
26	Ardo	24	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	9	Istri
27	BA	23	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	9	Kost
28	DAS	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
29	Dila	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
30	YDJ	25	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Asrama
31	LF	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Orang Tua
32	Elsa Adela Putri	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	11	Kost

1. Dilarang 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.

33	L	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
34	Dwi Amelia	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
35	Isnaini Hasanah Br Lubis	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
36	Wiwin	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
37	Suci Mulya septiani	24	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Orang Tua
38	alin	22	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	10	Kost
39	Evi	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
40	Desy Miranda	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Orang Tua
41	Resti	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Paman
42	Nurhafizah	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
43	Ria Octa Wahyuni	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
44	Windi aulia	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
45	R	24	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kakak
46	Caku	24	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	11	Kost
47	Suci	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Orang Tua
48	Putri Maya Sari	22	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
49	RIS	23	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
50	RA	23	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
51	RF	22	Perempuan	Sains Dan Teknologi	7	Orang Tua
52	Zikri fadlah	23	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	9	Kost
53	vicky	23	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	9	Kost
54	Uni	22	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
55	Tasia	22	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
56	reazhee	21	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
57	Intan	22	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Orang Tua
58	Mufik	23	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	9	Kost
59	Maul	23	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
60	Fradiyani	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
61	Insan	22	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	9	Kost
62	Anugrah Al-kevin	22	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	9	Kost
63	Putri	23	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	9	Orang Tua
64	Hafika	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
65	Nurul rahmadani	20	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Orang Tua
66	Santi	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
67	Ariska	21	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	7	Kost
68	R	21	Perempuan	Sains Dan Teknologi	7	Orang Tua
69	Siti Nurhaliza	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Orang Tua
70	Aida	20	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Orang Tua
71	Ega	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Kost
72	Fira	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Saudara
73	Herryzka	22	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
74	Surfan	23	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	9	Kost
75	Milka	23	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
76	Pathak	19	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	9	Kost
77	LRD	23	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost

1. Dilarang 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.

78	S	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Kost
79	inayah fadilah	20	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Kost
80	Amhas	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
81	mawar	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	kakak
82	Ferrari Fatimah Az-Zahra	20	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Orang Tua
83	Fadilla	22	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
84	Pramita Sari	22	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	8	Kost
85	nisa	21	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	7	Kost
86	A	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Orang Tua
87	mila	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
88	Farra	22	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Orang Tua
89	Amaliya	22	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	8	Kost
90	Sukma	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
91	Via	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
92	sukma	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Orang Tua
93	Elza Nabila	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
94	Anisa	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
95	F	19	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	6	Kost
96	Hanna	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Orang Tua
97	Melisa	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Kost
98	Ria	20	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Orang Tua
99	N	20	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	6	Kost
100	AD	21	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	rizki
101	p	20	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	6	Kost
102	Hany	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
103	Revie	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	8	Orang Tua
104	Kurnia Rizki	21	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Orang Tua
105	Algozali	24	Laki Laki	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Rumah sendiri
106	Izan Ardiansyah	21	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
107	Iqbal Syafwandi	21	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
108	imam	22	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	9	Orang Tua
109	Audina	22	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	9	Orang Tua
110	Lelly	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	8	Kost
111	D	21	Perempuan	Ushuluddin	7	Kost
112	YML	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
113	Isna	23	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Saudara
114	Tia	23	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Orang Tua
115	Ghifar Joe	23	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	9	Kost
116	Hasby irwansyag	23	Laki Laki	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
117	Pebri	23	Laki Laki	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
118	Ibnu fajar	22	Laki Laki	Pertanian Dan Peternakan	7	Kost

119	Khairuddin	23	Laki Laki	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
120	Pukur	22	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
121	Aisyah Devi Yanti	23	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
122	ndi	23	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
123	Gilang	22	Laki Laki	Pertanian Dan Peternakan	9	Kost
124	Rizal Muhami	23	Laki Laki	Pertanian Dan Peternakan	9	di musholla
125	Aml	23	Perempuan	Ushuluddin	7	Kost
126	IAI	23	Perempuan	Ushuluddin	7	Kost
127	Fani Nurmawati	24	Perempuan	Ushuluddin	7	Kost
128	Saparuddin Hasibuan	22	Laki Laki	Ushuluddin	7	Kost
129	Muhammad rivaldi	22	Laki Laki	Ushuluddin	7	Kost
130	Kaiser	21	Laki Laki	Ushuluddin	7	Orang Tua
131	Imam Az-zikri	21	Laki Laki	Ushuluddin	8	Kost
132	Arfan	21	Perempuan	Ushuluddin	7	Orang Tua
133	Muhamad Riko	22	Laki Laki	Ushuluddin	8	Kost
134	Teguh Agustian Winandi	21	Laki Laki	Ushuluddin	7	Orang Tua
135	Asyari Reza alfikri	21	Laki Laki	Ushuluddin	7	Kost
136	AGUS SALIM RAMBE	23	Laki Laki	Ushuluddin	7	Kontrakan
137	Aisyah Adillah	22	Perempuan	Ushuluddin	7	Orang Tua
138	Suryadi Amdhannur	24	Laki Laki	Tarbiyah Dan Keguruan	11	Orang Tua
139	Fajar Al Hakim	22	Laki Laki	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
140	M Sayyafal Azzam	24	Laki Laki	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
141	Yayang	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
142	Lili Aprilia	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	8	Kost
143	MGW	23	Laki Laki	Tarbiyah Dan Keguruan	11	Kost
144	Hans	24	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	13	Orang Tua
145	SKY	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
146	Nur annisa julia	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Orang Tua
147	GUNAWAN PUTRA	23	Laki Laki	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
148	RP	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
149	Tacaa	24	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
150	putri	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
151	Elika	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
152	Mira Anggraini	20	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	4	Kost
153	Novia adella	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	4	Kost
154	Alya	20	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	4	Kost
155	Tri	19	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	4	Kost
156	Deana Afiffah	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	8	Orang Tua
157	P	19	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	2	Kost
158	HR	19	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	2	Kost

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.

State of the University of Sultan Syarif Kasim Riau

159	Rina Yuniwati	22	Perempuan	Ushuluddin	9	Kost
160	Hanifah	23	Perempuan	Ushuluddin	8	Orang Tua
161	Nurgiani	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	10	Orang Tua
162	Ririn Fatmawati	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	10	Orang Tua
163	nidia	21	Perempuan	Sains Dan Teknologi	7	Kost
164	Jaroo	22	Perempuan	Sains Dan Teknologi	7	Kost
165	M. Ridho Marbun	20	Laki Laki	Dakwah Dan Komunikasi	7	Kost
166	Y	22	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	9	Kost
167	M. Subani Prastiono	22	Laki Laki	Dakwah Dan Komunikasi	7	Kost
168	Junet	22	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	9	Orang Tua
169	Yr	25	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	10	Kost
170	Risma Yanti	23	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	9	Kakak
171	Eja	22	Laki Laki	Dakwah Dan Komunikasi	7	Kost
172	Sifa	24	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	9	Orang Tua
173	Mayang	22	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
174	Hera Wati	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
175	Nadya	23	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	9	Orang Tua
176	Annisa	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	7	Kost
177	Mala	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	8	Kost
178	Ana	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	8	Kost
179	EA	23	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	10	Kost
180	Yelpiza	22	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	7	Kost
181	Nurul	21	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	7	Kost
182	Farhan Afif	23	Laki Laki	Ushuluddin	7	Kost
183	Zahra	20	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	4	Kost
184	F lailal Aqilah	19	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	4	Orang Tua
185	Tartila Kamilawati	22	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	8	Kost
186	Ade Zakiatul Ulwi	21	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	8	Kost
187	M. Alfian	22	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	8	Kost
188	Alya'a Fadilah Br. Siregar	22	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	9	Kost
189	Junanda	21	Laki Laki	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	8	Orang Tua
190	Agus sulaiman	23	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	10	Kost
191	dinolalus	20	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	8	Kost
192	ayu dwi salsabila	20	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	4	Kost
193	Lia	22	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	9	Kost
194	nina fadilah	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
195	mbak puyu	20	Perempuan	Sains Dan Teknologi	9	Kost
196	Fahadist Mustaqim	22	Laki Laki	Dakwah Dan Komunikasi	9	Kost
197	Sela gustiana	24	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	9	Kost
198	Nurul Huda Maulidiyya	24	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
199	Nurul Saudah	19	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	2	Kost
200	Rahma	23	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	9	Orang Tua
201	ilani	20	Perempuan	Pertanian Dan Peternakan	8	Kost

1. Dilarang 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.

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

202	izul fandi	24	Laki Laki	Pertanian Dan Pernakan	8	Kost
203	M. Iqbal	21	Laki Laki	Pertanian Dan Pernakan	8	Kost
204	Roni	21	Laki Laki	Pertanian Dan Pernakan	6	Kost
205	Hasby irwansyah	23	Laki Laki	Pertanian Dan Pernakan	10	Kost
206	dwipa prahara	23	Laki Laki	Pertanian Dan Pernakan	10	Orang Tua
207	Patria	18	Laki Laki	Pertanian Dan Pernakan	2	Orang Tua
208	Eric	23	Laki Laki	Pertanian Dan Pernakan	10	Kost
209	R	22	Perempuan	Pertanian Dan Pernakan	9	Kost
210	Mimi	22	Perempuan	Pertanian Dan Pernakan	9	Kost
211	Tri Wahyuni	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	6	Kost
212	Elfita	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	6	Kost
213	Hafis	19	Laki Laki	Pertanian Dan Pernakan	2	Kost
214	SC	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	8	Rumah sendiri
215	Nana	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	8	Kost
216	Mahdini Hutapea	20	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	5	Orang Tua
217	Muhammad Azmi	21	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	5	Orang Tua
218	indah zulysah putri	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
219	J	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Orang Tua
220	Al	20	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	5	rumah, dan tinggal sendiri
221	ehsan	20	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	6	Orang Tua
222	Nurhikmah	21	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	8	Kost
223	Dwi	20	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	6	Kost
224	R	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	6	Kost
225	Syaqira	24	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	2	Saudara
226	ayu	19	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	2	Kost
227	Sandra	24	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	2	Kost
228	Ningsih	19	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	2	Kost
229	Fani	20	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	2	Kost
230	Denia Rahmadani	19	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	2	Kost
231	Nadha rahmadani	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Orang Tua
232	Bela	24	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	12	Orang Tua
233	SG	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Orang Tua
234	Nurul Hidayah	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Orang Tua
235	Raini	24	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	8	Kost
236	Siti Masgolang hasibuan	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	4	Kost
237	Nur khoiriyah	20	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	6	Kost

1. Dilarang 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.

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

238	Al yusnita	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	7	Kost
239	Rizan alkali	21	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	8	Kakak
240	dermawan	24	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	6	Kost
241	Iky	21	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	8	Orang Tua
242	nata	21	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	4	Kost
243	ANA	22	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Kost
244	Zahraa	19	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	2	Kost
245	Enny	17	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	2	Kost
246	IK	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	6	Kost
247	Nazwa	18	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	2	Kost
248	Putri Regina	22	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	6	Kost
249	CICI	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	6	Kost
250	Riski latimah	22	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	4	Kost
251	ocha	19	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	2	Kost
252	Asiilah Tiara	18	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	2	Kost
253	Af	23	Laki Laki	Syariah Dan Ilmu Hukum	8	Kost
254	rasty	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	9	Kost
255	Ahmad Raihan	21	Laki Laki	Ushuluddin	10	Kost
256	A	22	Perempuan	Ekonomi Dan Ilmu Sosial	10	Kost
257	MD	23	Perempuan	Sains Dan Teknologi	10	Kost
258	N	22	Perempuan	Sains Dan Teknologi	8	Kost
259	Z	20	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	2	Orang Tua
260	A	20	Perempuan	Sains Dan Teknologi	2	Kost
261	Nh	20	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	2	Kontrakan
262	A	19	Laki Laki	Sains Dan Teknologi	2	Kost
263	Lea	22	Perempuan	Dakwah Dan Komunikasi	8	Orang Tua
264	L	21	Perempuan	Sains Dan Teknologi	6	Kost
265	Devi	25	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	13	Kost
266	Dannisa	23	Perempuan	Tarbiyah Dan Keguruan	7	Orang Tua
267	A	22	Perempuan	Ushuluddin	10	Kost
268	TATA	21	Perempuan	Syariah Dan Ilmu Hukum	6	Kost
269	VI	19	Perempuan	Pertanian Dan Pernakan	4	Kost

1. Dilarang 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 H

Tabulasi Data Penelitian

Tabulasi Data Penelitian *Body Dissatisfaction*

Sbjk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Total
S1	1	4	1	1	4	1	1	4	1	4	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	47
S2	3	3	3	4	2	1	3	4	1	3	1	4	4	2	2	2	3	4	4	4	57
S3	3	4	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	55
S4	4	4	4	4	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	54
S5	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	53
S6	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	53
S7	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S8	3	4	3	3	2	2	2	2	2	4	1	4	4	1	2	3	3	3	3	4	55
S9	3	4	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	37
S10	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	62
S11	3	3	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	36
S12	4	4	4	3	2	3	1	4	2	3	3	3	4	3	1	3	3	2	4	4	60
S13	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	46
S14	4	4	4	4	1	1	1	4	1	4	1	4	3	1	1	1	4	4	4	4	55
S15	1	4	1	1	1	1	2	2	1	3	2	1	4	2	2	1	1	1	2	1	34
S16	2	3	2	1	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	42
S17	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	44
S18	3	4	2	1	1	1	1	4	1	4	1	2	2	1	1	1	1	4	4	3	42
S19	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	53
S20	4	4	2	2	1	3	4	4	1	4	4	2	4	4	2	1	4	3	2	1	56
S21	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52



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.

S22	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	46
S23	3	4	3	2	3	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	43
S24	3	4	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S25	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	1	1	4	3	4	3	49
S26	3	4	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	3	2	1	3	4	3	3	3	51
S27	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	48
S28	3	3	1	1	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	4	1	45
S29	2	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	4	2	1	2	4	3	1	36
S30	3	4	1	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	2	1	1	2	2	1	2	49
S31	2	4	1	2	1	2	4	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	38
S32	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	48
S33	2	4	2	1	2	2	4	3	2	3	1	2	1	2	1	1	3	2	2	1	41
S34	2	4	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	45
S35	4	4	4	4	1	4	3	4	3	2	3	4	4	2	4	1	1	2	2	4	60
S36	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	43
S37	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	2	2	2	4	4	53
S38	3	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	48
S39	2	3	2	1	4	2	1	2	2	1	2	2	2	3	1	1	2	3	3	3	42
S40	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3	4	52
S41	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	1	2	1	3	3	51
S42	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	3	3	4	43
S43	3	1	1	1	2	3	2	1	1	4	2	1	3	1	2	1	1	3	1	1	35
S44	2	4	3	3	2	2	1	4	1	4	2	3	2	2	1	2	2	3	4	4	51
S45	4	4	4	4	1	1	1	4	1	4	1	4	4	1	1	3	3	4	4	2	55
S46	2	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	3	2	2	43
S47	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	43
S48	3	4	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	51



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

S49	2	4	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	42
S50	2	4	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	42
S51	2	4	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	42
S52	4	4	2	1	2	1	2	4	1	4	2	4	3	1	1	2	3	4	4	4	53
S53	3	4	2	1	2	2	1	4	2	3	2	2	4	1	1	2	4	3	3	4	50
S54	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	51
S55	3	4	2	2	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	4	3	2	3	54
S56	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	51
S57	4	3	2	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	54
S58	3	4	2	1	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2	2	44
S59	3	4	3	2	3	2	3	4	2	4	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	57
S60	4	4	3	2	1	1	1	4	1	4	3	2	4	1	2	1	3	3	4	2	50
S61	3	4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	49
S62	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	2	4	4	4	1	1	4	4	4	62
S63	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	44
S64	2	4	1	1	2	2	2	3	2	1	2	1	3	2	2	2	1	1	2	2	38
S65	3	4	1	1	1	4	2	3	2	3	3	2	2	1	4	2	2	2	2	3	47
S66	3	4	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	47
S67	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	41
S68	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	44
S69	3	3	1	1	2	2	1	2	1	3	2	2	3	1	2	1	2	2	3	2	39
S70	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	46
S71	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	3	38
S72	2	3	2	1	4	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	3	1	41
S73	1	4	1	1	3	3	4	4	1	2	1	1	1	2	3	4	1	1	1	2	41
S74	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	46
S75	3	4	1	2	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	2	4	4	37
S76	4	4	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	48



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

S77	3	4	1	2	1	2	1	1	1	3	2	1	1	2	1	1	3	3	4	38
S78	4	4	3	3	1	3	2	2	1	4	3	4	4	1	2	2	3	3	2	54
S79	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	53
S80	3	4	2	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	2	3	48
S81	1	3	1	1	1	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	34
S82	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	4	4	54
S83	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	2	56
S84	2	4	1	2	1	1	1	3	1	4	1	1	3	2	3	1	2	4	2	41
S85	4	4	2	2	2	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	3	3	4	63
S86	4	4	2	3	1	2	2	4	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	57
S87	4	4	2	1	1	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	61
S88	2	4	2	1	2	3	4	4	4	3	3	3	1	1	2	2	1	3	3	50
S89	3	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	45
S90	2	3	2	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	1	4	2	3	3	3	47
S91	2	3	3	2	2	2	1	2	3	2	1	2	2	1	3	2	3	4	2	45
S92	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	52
S93	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	3	47
S94	4	4	2	2	3	1	1	2	1	1	4	2	1	1	1	1	1	4	4	44
S95	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	52
S96	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	64
S97	4	4	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	54
S98	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	48
S99	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	50
S100	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	51
S101	4	4	2	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	4	3	55
S102	2	4	2	1	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	1	1	2	40
S103	3	4	1	1	2	2	2	2	2	3	3	1	2	1	3	1	1	1	2	38
S104	3	3	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	1	2	3	3	43



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

S105	4	4	4	2	4	3	3	4	4	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	60
S106	2	4	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	3	3	1	2	2	4	2	39
S107	3	4	2	2	1	1	2	3	2	3	3	2	2	1	3	1	2	2	3	2	44
S108	2	3	2	2	1	1	2	3	2	3	2	2	1	4	3	1	2	3	3	2	44
S109	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	48
S110	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	53
S111	3	4	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	46
S112	2	3	2	1	2	1	2	3	1	3	1	1	2	3	2	1	2	2	2	1	37
S113	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	44
S114	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	43
S115	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	2	1	3	1	31
S116	3	2	2	1	4	2	2	1	2	1	1	1	1	2	4	4	3	3	3	3	45
S117	2	3	1	2	4	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	48
S118	3	4	2	1	3	2	1	3	2	3	1	1	2	1	2	2	2	1	3	2	41
S119	2	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	2	51
S120	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	44
S121	3	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	51
S122	2	4	2	1	2	2	2	3	1	3	3	3	4	1	1	1	1	4	4	1	45
S123	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	46
S124	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	50
S125	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
S126	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	48
S127	3	4	3	2	3	4	2	2	3	1	1	4	2	2	2	1	4	4	4	4	55
S128	3	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	42
S129	4	4	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	2	1	1	3	4	4	2	48
S130	3	4	3	3	2	2	4	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	55
S131	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	4	2	2	2	2	3	4	4	55
S132	2	4	2	2	1	1	1	4	2	4	1	2	2	2	1	1	4	4	4	4	48

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.

S133	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	53
S134	3	4	3	2	1	2	1	2	3	4	1	2	4	2	1	2	4	4	4	4	53
S135	4	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	52
S136	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	44
S137	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43
S138	3	4	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	3	2	3	2	1	48
S139	3	3	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	47
S140	3	3	3	2	1	2	4	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	51
S141	3	3	2	3	2	3	4	3	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	4	1	47
S142	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	1	2	2	2	4	3	3	4	60
S143	3	3	1	1	1	1	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	4	1	4	4	44
S144	2	4	1	1	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	3	3	46
S145	3	3	1	3	1	3	2	3	2	3	2	1	3	2	1	1	2	3	3	1	43
S146	2	4	3	3	2	3	1	3	3	2	1	2	4	3	3	2	2	3	2	2	50
S147	4	3	3	3	3	3	2	3	1	2	1	3	3	2	2	1	3	2	3	4	51
S148	4	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	54
S149	4	4	4	4	1	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	1	2	4	4	2	60
S150	4	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	52
S151	4	4	2	2	3	2	3	4	2	2	4	3	3	2	4	3	1	4	2	3	57
S152	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	53
S153	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S154	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	53
S155	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	1	4	1	2	2	2	3	3	3	52
S156	4	4	3	3	3	2	4	4	2	4	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	59
S157	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	1	2	2	3	3	3	3	51
S158	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S159	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	48
S160	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	4	1	48

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

S161	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	41
S162	1	4	1	2	2	3	3	3	1	3	2	1	3	2	2	2	2	2	4	2	45
S163	3	4	1	1	1	2	2	3	1	2	1	1	3	1	1	1	2	2	3	2	37
S164	3	4	1	2	3	3	3	4	3	4	2	1	3	2	2	2	2	1	3	3	51
S165	2	4	2	2	3	2	2	3	1	3	2	4	3	2	2	2	3	2	3	4	51
S166	3	4	2	3	2	1	2	4	2	3	3	2	2	2	4	2	1	2	3	2	49
S167	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S168	4	4	2	2	1	2	1	4	2	3	2	2	3	1	2	1	2	4	4	2	48
S169	4	4	4	2	1	2	2	1	2	3	4	1	2	2	2	2	1	1	3	4	47
S170	3	4	4	2	2	3	1	2	1	4	1	3	3	1	1	2	4	4	3	3	51
S171	4	4	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	1	2	4	4	3	51
S172	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	53
S173	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	46
S174	3	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	50
S175	4	4	2	2	3	1	2	3	3	3	2	2	4	1	1	1	4	4	3	4	53
S176	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	53
S177	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	49
S178	2	4	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	3	2	2	48
S179	3	3	3	3	1	2	2	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	4	55
S180	2	4	1	2	2	3	3	4	4	4	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	52
S181	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	49
S182	3	4	2	2	2	1	2	3	2	3	3	2	3	1	2	1	2	3	3	3	47
S183	3	2	2	2	1	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	47
S184	1	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	47
S185	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	52
S186	2	3	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	31
S187	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	42
S188	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	53



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

S189	2	4	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	4	1	1	2	2	4	1	38
S190	3	4	1	1	3	2	3	2	2	2	2	2	3	4	2	1	2	3	2	2	46
S191	4	4	2	2	4	2	1	2	1	3	2	2	3	2	3	1	1	2	2	3	46
S192	2	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	48
S193	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	47
S194	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	50
S195	3	3	3	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	44
S196	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	4	4	4	3	55
S197	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S198	3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	1	2	1	1	3	3	4	45
S199	2	4	2	2	1	2	2	3	1	4	1	2	3	1	1	1	2	3	4	2	43
S200	3	4	2	4	3	2	3	4	3	2	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	54
S201	3	4	1	3	2	2	2	2	1	2	3	1	3	1	1	1	1	2	3	3	41
S202	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	2	2	2	4	4	4	4	61
S203	3	4	2	1	3	2	4	2	2	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	54
S204	4	4	4	4	1	1	1	4	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	4	56
S205	1	3	1	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	48
S206	3	1	1	1	4	2	1	3	2	1	2	1	2	1	2	3	1	4	2	2	39
S207	4	3	3	4	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	1	1	4	3	3	4	52
S208	4	4	1	1	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	4	1	1	3	4	4	49
S209	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	49
S210	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	1	1	2	1	2	2	4	49
S211	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	56
S212	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	51
S213	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	49
S214	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	54
S215	2	4	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	4	3	45
S216	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52



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

S217	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	51
S218	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	43
S219	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	55
S220	3	4	2	1	4	3	3	2	2	2	3	2	4	1	1	1	2	2	3	3	48
S221	2	4	2	1	4	1	1	1	1	1	2	1	2	3	1	1	2	3	3	2	38
S222	1	4	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	3	3	4	2	2	1	3	2	46
S223	3	4	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	51
S224	3	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	44
S225	3	4	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2	3	1	2	3	3	2	48
S226	1	4	2	1	1	2	2	3	3	4	1	1	3	2	3	1	2	3	3	3	45
S227	3	4	3	4	2	2	3	3	3	3	4	3	4	2	1	2	1	3	4	4	58
S228	4	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2	2	3	3	2	2	49
S229	3	4	4	2	3	3	3	4	2	3	1	2	3	1	2	2	3	2	4	3	54
S230	3	4	1	1	2	2	3	4	2	3	2	2	1	3	3	1	2	1	4	2	46
S231	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	50
S232	3	4	2	1	2	3	2	2	2	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	2	48
S233	3	4	1	2	3	4	4	2	4	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	4	53
S234	2	4	2	2	2	2	2	3	1	3	1	1	1	1	4	1	1	3	1	1	38
S235	4	4	2	3	1	2	1	4	1	2	3	2	3	1	2	3	4	4	4	2	52
S236	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S237	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S238	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	52
S239	4	2	3	4	2	2	2	4	2	4	2	4	4	1	2	2	4	4	4	3	59
S240	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	50
S241	3	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	46
S242	3	4	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	44
S243	3	4	1	1	1	2	3	3	1	3	3	1	2	1	4	2	2	3	4	1	45
S244	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	56



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

S245	4	4	2	4	3	1	1	3	1	3	1	4	3	1	1	1	4	2	3	3	49
S246	1	1	1	1	1	1	4	4	1	3	1	1	1	1	4	1	1	4	4	3	39
S247	3	4	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	47
S248	4	3	2	1	4	2	4	4	1	3	1	1	3	1	2	1	3	4	4	3	51
S249	4	3	2	1	4	2	4	4	1	3	1	1	2	1	2	1	1	4	4	3	48
S250	3	4	2	2	1	2	3	4	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	4	4	54
S251	3	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	52
S252	2	4	1	1	2	2	3	3	2	4	3	2	1	1	4	2	2	2	1	1	43
S253	3	4	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1	3	1	2	3	4	3	47
S254	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	51
S255	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	55
S256	3	4	3	4	3	1	3	4	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	4	61
S257	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	38
S258	2	3	3	4	1	3	3	2	1	2	2	3	1	3	3	3	4	4	4	4	55
S259	4	4	4	4	1	2	2	2	3	2	1	4	4	3	3	2	4	3	3	3	58
S260	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	50
S261	4	3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	4	60
S262	4	4	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	60
S263	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	3	56
S264	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	2	2	3	4	4	63
S265	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	4	4	61
S266	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	33
S267	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	44
S268	1	4	4	1	4	1	1	4	1	4	1	1	1	1	1	1	4	4	3	3	45
S269	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	3	2	3	4	3	59

Tabulasi Data Penelitian Dukungan Sosial

Sbjk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Total
S1	4	4	3	3	3	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	3	1	1	1	4	47
S2	4	4	4	3	1	4	1	1	4	2	4	2	2	3	3	3	1	1	2	3	57
S3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	55
S4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	54
S5	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	53
S6	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	53
S7	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
S8	4	4	4	3	3	4	2	1	4	1	3	3	2	3	3	4	1	2	2	2	55
S9	3	3	4	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	37
S10	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	1	4	1	1	1	4	62
S11	3	2	3	2	3	1	4	4	3	3	3	4	4	3	1	2	3	4	3	2	36
S12	4	4	4	3	3	2	2	1	4	1	4	4	4	3	2	3	1	4	4	4	60
S13	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	1	4	46
S14	4	4	4	4	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	1	4	55
S15	3	3	4	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	1	1	2	2	3	4	3	34
S16	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	1	2	2	3	3	3	2	42
S17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	44
S18	3	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	4	2	4	2	3	3	2	3	2	42
S19	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	53
S20	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	1	4	3	3	3	1	3	3	3	56
S21	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52



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.

S22	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	46
S23	4	4	4	4	3	4	2	3	3	1	4	1	3	4	4	3	3	2	2	4	43
S24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	52
S25	3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	49
S26	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	2	3	4	2	1	1	3	51
S27	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	48
S28	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	2	3	4	3	45
S29	2	1	3	2	4	2	4	4	1	4	1	4	4	2	1	2	4	3	4	2	36
S30	3	3	2	4	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	2	3	1	3	4	3	49
S31	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	1	3	2	4	4	3	38
S32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	48
S33	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	1	3	2	4	4	3	41
S34	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	45
S35	4	3	2	2	3	4	2	3	3	4	3	4	3	3	1	1	1	3	4	3	60
S36	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	43
S37	2	4	4	3	2	4	1	2	4	1	4	3	1	4	3	1	1	1	3	3	53
S38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	48
S39	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	2	3	3	3	42
S40	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	52
S41	1	3	3	3	4	2	4	4	1	4	2	4	3	2	1	3	3	4	4	3	51
S42	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	43
S43	1	1	3	3	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	3	4	1	4	4	3	35
S44	3	4	2	2	2	4	2	2	2	2	3	1	2	3	3	3	2	2	1	4	51
S45	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	55
S46	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	43
S47	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	43
S48	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	51



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

S49	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	4	3	42
S50	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	4	3	42
S51	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	4	3	42
S52	4	3	3	3	1	4	2	1	4	2	4	2	1	3	4	4	1	2	1	4	53
S53	3	3	4	4	2	4	2	2	4	1	4	2	1	4	3	1	3	2	3	2	50
S54	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	51
S55	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	54
S56	1	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	51
S57	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	54
S58	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	44
S59	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	57
S60	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	3	1	4	4	2	4	1	4	4	3	50
S61	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	49
S62	4	4	2	3	2	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	62
S63	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	44
S64	2	2	3	3	4	3	4	4	1	3	3	3	4	2	2	2	2	3	4	2	38
S65	3	3	2	3	3	1	4	3	3	4	3	3	4	3	3	1	2	4	4	3	47
S66	2	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	47
S67	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	41
S68	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	2	1	3	1	4	3	3	44
S69	3	3	4	3	2	2	4	4	4	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	39
S70	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	46
S71	1	1	4	1	3	1	4	4	3	4	1	4	3	1	1	1	3	1	1	1	38
S72	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	4	3	41
S73	4	3	3	4	3	2	4	3	1	3	2	4	3	1	1	3	4	3	4	4	41
S74	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	46
S75	1	2	3	1	4	1	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	37
S76	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	48



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

S77	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	38
S78	4	4	4	4	1	4	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	54
S79	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	53
S80	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	48
S81	3	4	4	3	4	2	4	4	1	4	2	4	3	1	1	2	2	3	4	3	34
S82	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	54
S83	3	4	2	3	2	4	4	2	4	3	3	2	4	3	2	3	1	4	3	3	56
S84	2	2	4	2	3	2	4	4	3	4	1	4	4	3	1	1	2	4	4	1	41
S85	2	3	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	63
S86	3	3	3	3	3	2	4	4	4	2	3	3	2	3	1	3	3	3	4	1	57
S87	2	3	2	3	3	3	3	1	3	4	2	1	3	2	1	2	2	3	3	3	61
S88	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	50
S89	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	45
S90	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	47
S91	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	45
S92	3	3	4	2	3	2	1	3	1	3	2	1	4	3	3	3	3	3	1	3	52
S93	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3	47
S94	1	4	1	1	2	1	4	4	4	1	4	1	1	4	1	1	4	1	4	2	44
S95	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	52
S96	2	2	2	2	2	1	4	2	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	1	2	64
S97	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	54
S98	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	2	3	2	3	4	3	48
S99	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	50
S100	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	51
S101	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	55
S102	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3	1	1	2	3	4	3	40
S103	2	3	3	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	3	1	1	4	2	4	2	38
S104	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	43



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

S105	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	60
S106	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	2	3	39
S107	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	44
S108	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	44
S109	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	48
S110	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	53
S111	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	46
S112	3	4	4	3	4	3	4	4	1	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	37
S113	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	44
S114	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	43
S115	1	2	2	2	1	1	4	2	3	3	3	1	3	4	2	1	4	4	2	3	31
S116	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	45
S117	2	3	3	3	3	2	4	4	1	4	1	4	4	1	1	2	4	3	4	1	48
S118	2	3	3	3	2	4	4	4	2	2	4	1	4	3	3	4	1	1	2	3	41
S119	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	51
S120	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	44
S121	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	51
S122	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	45
S123	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	46
S124	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	50
S125	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	44
S126	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	4	4	4	2	1	2	3	48
S127	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	2	2	1	4	4	4	1	4	1	3	55
S128	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	42
S129	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	48
S130	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	1	3	3	3	2	2	2	3	55
S131	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	55
S132	4	4	4	4	1	4	2	2	4	1	4	3	3	4	4	4	1	3	1	4	48



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

S133	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	53
S134	4	4	4	4	1	2	1	1	4	1	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3	53
S135	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	52
S136	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	44
S137	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	43
S138	4	3	3	3	2	3	2	2	3	1	3	1	3	4	4	3	2	2	1	4	48
S139	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	47
S140	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	51
S141	3	3	2	4	3	3	3	2	4	1	3	2	2	4	2	2	2	3	2	3	47
S142	3	3	2	3	1	2	2	2	4	3	3	2	3	4	2	4	1	3	2	4	60
S143	3	3	3	3	2	3	4	2	3	1	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	44
S144	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	46
S145	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	2	3	2	4	4	3	43
S146	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	50
S147	4	4	4	4	1	4	2	2	3	2	3	1	1	3	3	2	3	3	2	2	51
S148	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	54
S149	2	2	4	4	3	4	1	1	4	1	4	1	4	4	4	4	2	3	2	2	60
S150	4	3	3	3	3	1	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	1	3	3	4	52
S151	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	3	57
S152	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	53
S153	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
S154	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	53
S155	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	52
S156	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	59
S157	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	51
S158	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
S159	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	48
S160	2	3	3	2	2	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	48

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

S161	2	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	41
S162	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	45
S163	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	1	3	2	4	4	3	3	37
S164	2	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	1	4	4	3	4	1	4	4	4	4	51
S165	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	4	1	1	4	4	3	2	2	3	3	3	51
S166	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	49
S167	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	52
S168	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	4	3	3	48
S169	4	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	47
S170	4	3	3	4	2	4	1	1	3	1	4	2	1	4	3	4	2	2	2	4	4	51
S171	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	51
S172	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	53
S173	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	46
S174	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	50
S175	3	4	4	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	1	3	3	4	3	53
S176	3	3	4	3	1	3	1	2	4	1	3	1	1	3	3	4	1	1	2	4	3	53
S177	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	49
S178	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	48
S179	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	55
S180	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	52
S181	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	49
S182	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	2	4	4	4	3	1	3	3	4	3	47
S183	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	47
S184	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	47
S185	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	52
S186	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	31
S187	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	42
S188	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	53



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

S189	4	4	4	3	4	3	4	4	4	1	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	38
S190	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	46
S191	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	2	3	2	3	4	4	46
S192	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	48
S193	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	47
S194	2	3	3	3	1	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	50
S195	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	44
S196	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	55
S197	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
S198	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	45
S199	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	4	4	3	43
S200	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	4	3	1	3	3	1	2	2	1	3	54
S201	2	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	41
S202	4	4	3	3	1	3	1	2	3	2	3	1	2	3	4	3	1	2	1	3	61
S203	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	54
S204	4	4	4	4	1	4	1	1	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	1	4	56
S205	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	4	3	48
S206	1	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	39
S207	2	3	4	2	1	2	3	2	4	2	2	1	3	4	2	2	3	2	3	4	52
S208	3	3	3	3	2	3	3	1	4	1	4	1	1	4	4	4	1	1	1	4	49
S209	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	49
S210	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	2	4	2	1	3	2	3	2	2	49
S211	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	56
S212	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	51
S213	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	49
S214	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	54
S215	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	4	4	2	2	2	3	45
S216	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52



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

S217	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	1	1	3	3	3	2	2	2	3	51
S218	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	43
S219	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	55
S220	4	4	4	4	3	3	3	2	3	2	3	1	3	3	1	3	4	3	4	4	48
S221	2	2	3	2	3	3	4	4	3	2	2	4	4	2	3	2	3	3	3	3	38
S222	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	46
S223	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	51
S224	3	2	2	3	2	3	4	4	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	44
S225	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	48
S226	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	4	4	45
S227	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	58
S228	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	49
S229	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	54
S230	3	4	4	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	46
S231	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	50
S232	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	1	4	4	3	48
S233	2	2	2	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	53
S234	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	1	1	2	2	2	4	3	38
S235	4	2	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	2	2	52
S236	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
S237	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
S238	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
S239	4	3	4	4	2	3	2	1	4	2	4	1	2	3	3	3	1	2	1	4	59
S240	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	1	4	50
S241	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	46
S242	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	44
S243	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	1	1	3	1	4	3	45
S244	3	4	2	2	1	3	1	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	56



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.

S245	4	4	4	4	1	4	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	1	4	49
S246	2	4	4	2	3	1	4	4	3	4	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	39
S247	4	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	47
S248	3	3	3	2	3	2	4	4	1	4	3	4	3	2	2	3	2	3	4	3	51
S249	3	4	3	3	4	1	4	3	4	2	4	1	3	2	1	3	1	3	4	4	48
S250	3	3	3	3	2	3	2	2	3	1	4	2	2	3	3	3	3	2	2	3	54
S251	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
S252	2	3	3	3	3	4	3	4	3	1	4	3	4	4	3	2	1	4	3	4	43
S253	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	2	3	3	3	47
S254	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	51
S255	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	55
S256	3	3	4	3	2	4	2	3	1	2	4	1	2	2	4	2	2	4	2	4	61
S257	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	38
S258	4	3	4	4	1	2	3	2	2	3	2	1	1	2	4	3	1	2	3	2	55
S259	4	4	4	4	1	4	1	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	2	58
S260	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	50
S261	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	60
S262	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	4	2	60
S263	2	2	3	3	2	3	3	2	3	4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	56
S264	2	2	3	3	2	3	3	2	4	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	63
S265	2	2	2	1	2	3	4	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	3	61
S266	2	1	3	2	3	2	4	4	2	4	2	4	4	2	2	1	3	4	4	2	33
S267	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	44
S268	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	45
S269	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	59

Tabulasi Data Penelitian *Self Compassion*

Sbjk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	24	Total
S1	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S2	5	4	1	4	2	4	1	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	73
S3	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S5	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S6	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S7	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S8	3	4	1	4	1	2	4	4	2	1	1	5	2	3	2	4	2	3	3	4	1	5	1	2	1	65
S9	5	5	3	5	5	5	5	5	3	2	4	3	5	1	1	5	4	5	5	5	3	5	5	5	4	103
S10	3	2	2	3	5	2	4	2	5	3	2	3	2	3	3	2	5	2	4	2	5	3	1	2	4	74
S11	4	3	3	3	4	1	4	2	3	4	3	4	1	3	5	1	4	2	4	3	4	4	4	1	4	78
S12	5	1	3	1	5	1	5	1	5	5	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	5	5	5	5	5	79
S13	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S14	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S15	4	4	4	3	4	2	5	3	5	5	4	4	2	5	5	4	4	1	3	5	2	4	4	3	4	93
S16	5	4	2	3	2	4	2	3	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	3	4	2	72
S17	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	4	1	5	1	5	1	1	5	5	1	72
S18	5	5	5	5	3	4	5	3	5	5	4	4	3	5	2	4	3	3	1	5	2	5	5	4	3	98
S19	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
S20	5	1	5	1	5	1	5	1	5	5	5	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5	5	1	1	5	85
S21	5	5	2	4	2	5	1	4	2	1	4	5	3	3	4	4	3	5	1	4	3	2	4	4	3	83

©

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

S22	5	5	1	5	4	5	5	2	4	4	3	1	3	5	5	4	1	5	3	4	4	3	3	4	1	89
S23	5	4	3	1	1	4	1	3	1	3	4	1	2	4	2	4	2	5	1	1	2	5	4	5	1	69
S24	4	5	1	4	5	4	5	4	4	4	1	4	4	1	3	1	5	1	1	3	5	3	5	5	5	87
S25	4	4	2	4	2	4	1	5	2	2	5	2	5	2	1	5	3	4	2	4	2	2	4	4	2	77
S26	5	5	2	4	2	4	2	5	2	1	4	2	4	1	2	3	2	5	1	4	1	3	4	5	1	74
S27	5	4	4	4	1	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	91
S28	2	3	4	2	4	1	3	2	5	4	4	4	1	2	4	2	3	1	2	3	3	4	2	2	4	71
S29	4	5	1	4	3	4	3	4	4	3	5	2	5	3	2	5	4	4	4	5	3	4	5	5	4	95
S30	4	4	5	4	5	4	5	1	4	3	4	5	3	5	4	3	5	3	5	4	5	5	4	5	5	104
S31	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	3	4	4	2	75
S32	3	3	3	2	3	3	5	3	2	4	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	77
S33	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	2	4	3	3	80
S34	5	5	3	5	5	5	3	3	4	3	5	4	5	4	4	5	3	4	4	4	3	3	4	4	3	100
S35	1	1	5	1	5	5	5	1	5	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5	5	1	1	5	81
S36	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S38	5	3	2	3	4	3	4	3	5	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	90
S39	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	5	2	5	2	3	4	4	3	3	5	3	4	5	4	3	91
S40	5	5	3	1	5	2	3	3	5	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	78
S41	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	81
S42	3	3	4	3	5	3	3	3	4	3	4	4	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	79
S43	5	4	5	5	5	5	5	2	5	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	5	4	4	4	3	5	102
S44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	76
S45	4	4	2	3	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	2	4	79
S46	5	5	1	5	4	5	5	3	3	3	3	3	4	4	3	5	4	4	4	5	3	4	3	3	3	94
S47	5	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	97
S48	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74



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.

S49	5	5	1	5	5	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	77
S50	5	5	1	5	5	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	77
S51	5	5	1	5	5	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	77
S52	4	4	1	4	3	5	2	4	1	1	5	1	4	2	4	4	1	5	2	4	1	2	5	3	2	74
S53	2	4	5	2	3	3	4	2	3	2	2	4	3	3	4	3	2	5	4	2	3	2	3	4	2	76
S54	3	3	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	81
S55	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S56	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	74
S57	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	4	2	4	2	2	4	2	4	3	4	3	4	4	4	2	78
S58	3	3	4	4	3	5	5	2	5	4	3	3	4	4	5	4	5	3	4	3	4	3	4	3	3	93
S59	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	3	3	82
S60	5	3	5	1	5	1	5	1	3	5	1	5	1	5	5	1	5	1	4	1	4	5	1	1	5	79
S61	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S62	4	4	1	4	4	5	5	1	5	5	1	5	5	1	1	5	1	5	2	4	3	3	3	4	4	85
S63	3	4	3	4	3	4	2	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	76
S64	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	1	1	5	1	5	1	1	1	99
S65	5	4	3	2	3	3	4	3	4	2	2	4	1	3	3	3	3	1	4	4	4	3	4	1	4	77
S66	5	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	3	81
S67	5	5	5	5	5	1	5	1	3	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5	5	5	4	1	1	5	90
S68	5	3	4	5	5	3	5	2	5	5	3	4	4	5	4	1	5	3	5	1	5	5	3	3	4	97
S69	2	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	2	4	2	69
S70	5	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	75
S71	4	1	4	2	5	3	5	1	4	4	2	4	1	3	5	2	4	2	1	2	1	3	2	3	3	71
S72	5	5	3	5	5	3	5	2	5	3	4	4	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88
S73	5	1	3	2	4	4	5	1	5	5	4	5	4	4	5	1	4	4	4	4	4	4	2	2	5	91
S74	3	3	3	3	3	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	78
S75	2	5	3	3	4	2	4	3	3	4	4	4	5	2	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	2	82
S76	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75



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.

S77	5	5	2	5	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	5	4	3	4	89
S78	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S79	4	3	4	4	3	3	2	4	1	1	5	2	5	2	3	4	2	4	2	4	2	3	3	4	2	76
S80	5	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	4	5	3	3	3	82
S81	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S82	4	4	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	76
S83	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S84	4	5	5	5	5	4	5	2	4	4	3	4	4	3	4	4	5	4	2	4	3	3	4	4	4	98
S85	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S86	4	5	2	4	3	3	2	4	2	2	3	3	4	3	2	4	3	4	2	3	2	2	4	3	2	75
S87	5	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	79
S88	4	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S89	2	5	1	5	5	5	5	2	3	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	3	4	5	4	2	4	99
S90	5	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	4	1	3	3	4	3	2	3	3	3	76
S91	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	2	74
S92	2	5	2	3	4	1	1	5	3	3	5	3	4	1	1	3	2	2	4	2	1	2	5	5	3	72
S93	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S94	4	4	2	4	3	3	3	1	5	1	2	4	3	3	3	3	5	1	5	1	5	5	1	1	5	77
S95	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	76
S96	2	2	4	3	4	3	4	2	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	4	70
S97	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S98	5	4	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	72
S99	4	3	3	3	2	2	4	2	4	4	3	3	2	4	4	2	4	2	3	3	3	4	2	2	3	75
S100	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S101	4	2	3	2	5	2	3	2	3	3	2	3	2	4	4	1	3	2	4	3	3	3	4	1	4	72
S102	4	2	3	3	3	5	3	2	5	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78
S103	5	5	1	5	1	5	2	4	2	3	2	2	1	3	3	4	4	4	1	2	2	2	3	3	3	72
S104	3	4	4	3	4	3	2	3	3	3	5	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	76



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.

S105	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	4	2	4	3	2	4	2	3	4	3	2	2	3	4	2	74
S106	5	5	2	4	1	4	1	4	1	2	4	1	4	2	1	4	2	4	1	5	2	1	4	4	1	69
S107	4	3	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80
S108	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S109	5	5	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83
S110	4	3	2	2	4	2	1	4	4	4	4	4	1	4	4	2	5	1	2	4	5	5	5	3	3	82
S111	3	3	5	2	4	2	3	3	3	5	2	3	1	2	3	2	3	2	3	4	3	3	4	2	3	73
S112	4	4	3	3	5	3	5	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	90
S113	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S114	3	4	4	4	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	84
S115	2	4	5	3	5	4	5	1	5	5	3	4	2	5	5	2	5	2	4	2	5	5	5	2	5	95
S116	5	5	1	5	1	5	1	5	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	76
S117	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S118	5	5	1	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	3	2	74
S119	1	1	5	1	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5	5	1	1	5	77
S120	3	2	4	2	5	4	4	2	4	4	3	1	5	4	3	2	4	2	2	1	2	4	4	3	5	79
S121	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S122	3	4	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	2	2	4	3	2	2	2	2	3	4	4	2	2	67
S123	4	5	3	4	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	1	4	2	3	3	4	1	1	5	1	2	72
S124	5	5	1	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	2	4	3	4	5	5	2	2	5	4	3	104
S125	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	74
S126	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S127	5	5	2	4	2	5	1	4	2	1	5	1	5	1	2	1	1	5	1	5	1	1	5	4	2	71
S128	1	1	5	2	5	2	5	2	3	5	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	78
S129	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S130	5	4	3	2	1	2	3	2	2	2	4	1	5	1	1	5	3	3	3	5	2	1	5	4	3	72
S131	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S132	5	4	2	3	3	3	2	4	2	2	4	4	4	2	3	3	2	4	2	4	2	4	4	4	2	78



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.

S133	5	5	1	5	1	4	1	4	1	1	5	1	3	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	4	1	68
S134	5	5	1	2	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	70
S135	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S136	4	4	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
S137	5	5	3	5	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	3	4	3	4	90
S138	5	4	2	5	3	5	1	3	2	1	5	3	5	1	3	2	1	4	1	5	1	1	3	3	3	72
S139	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S140	5	4	2	5	2	4	2	4	2	2	4	2	5	2	1	5	2	3	5	2	3	4	2	1	4	77
S141	2	4	3	5	1	5	2	3	2	1	5	1	4	5	4	3	4	3	2	5	1	4	3	2	2	76
S142	3	2	4	1	4	3	3	2	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	4	2	5	2	4	1	2	74
S143	4	4	2	5	1	5	2	5	1	5	2	4	4	2	1	4	1	5	1	5	5	5	3	1	5	82
S144	4	4	1	5	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	4	4	3	80
S145	5	4	4	3	5	4	5	3	4	5	2	4	3	3	5	3	5	2	3	3	3	4	2	3	5	92
S146	5	3	3	5	3	4	3	3	2	3	5	3	3	3	3	4	2	4	2	3	2	2	4	4	4	82
S147	4	3	2	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	81
S148	2	3	3	3	3	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	5	2	3	4	3	3	77
S149	5	3	2	2	1	3	2	3	1	1	4	1	4	3	3	4	2	4	2	3	2	1	5	5	3	69
S150	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S151	3	4	3	3	2	3	4	2	3	2	4	4	5	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3		73
S152	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S153	5	5	1	5	1	5	1	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	80
S154	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S155	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	4	4	4	5	5	4	4	2	4	5	4	5	5	2	4	107
S156	4	4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S157	4	4	3	4	2	4	3	4	3	2	4	3	3	3	2	4	2	4	2	3	3	2	4	4	2	78
S158	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S159	5	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	99
S160	3	4	3	3	4	2	3	2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	5	81



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.

S161	4	3	2	5	4	2	2	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	5	4	3	5	5	3	4	5	92
S162	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
S163	4	4	5	5	4	3	5	1	5	5	3	5	3	5	5	3	4	2	5	3	5	5	5	5	4	103
S164	3	1	3	3	5	2	3	1	4	3	1	4	2	4	3	2	2	1	1	1	3	3	1	3	3	62
S165	1	1	5	2	4	2	4	2	4	4	2	2	4	2	4	2	3	3	3	2	4	4	2	3	3	72
S166	3	4	3	1	4	3	5	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	79
S167	4	3	2	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	75
S168	4	5	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
S169	4	4	2	4	2	4	2	5	1	2	3	2	4	2	2	3	3	3	2	5	2	2	4	4	1	72
S170	5	5	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	5	1	4	1	1	4	4	2	74
S171	3	3	3	5	5	5	5	1	5	3	1	1	3	3	1	5	3	1	5	5	1	5	5	5	5	87
S172	1	1	5	1	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5	5	4	4	2	80
S173	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S174	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	74
S175	4	4	2	4	2	3	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	73
S176	4	3	4	4	2	2	2	4	4	2	3	1	1	1	5	4	2	2	4	4	2	4	3	4	2	73
S177	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	3	3	77
S178	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	74
S179	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	74
S180	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S181	5	5	2	4	2	4	2	4	2	2	5	2	4	1	1	4	2	4	1	4	2	3	3	3	2	73
S182	3	2	5	3	4	4	5	3	5	4	3	4	2	5	4	3	4	3	3	3	5	3	3	3	5	91
S183	3	3	3	3	2	3	1	1	4	3	4	1	5	3	2	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	72
S184	3	3	3	3	5	3	5	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	80
S185	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	2	4	82
S186	4	1	3	4	2	2	2	1	3	2	4	1	4	3	3	3	2	4	2	2	2	4	3	2	3	66
S187	4	3	4	5	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	86
S188	4	4	1	3	4	5	2	3	2	4	4	2	1	1	2	5	3	5	4	4	1	4	5	4	4	81



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.

S189	5	5	4	2	3	3	5	3	3	4	1	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	5	5	1	3	84
S190	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	4	2	4	4	4	4	4	5	88
S191	5	4	1	5	3	5	5	4	4	3	4	3	4	3	2	4	5	4	5	4	2	5	4	4	2	94
S192	5	5	1	5	1	4	2	5	3	1	5	2	5	2	1	5	2	5	1	5	2	1	4	5	1	78
S193	1	5	1	5	1	3	2	4	2	3	2	2	4	4	2	1	2	2	2	4	1	5	1	5	4	68
S194	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	3	4	3	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	78
S195	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S196	5	5	2	4	3	4	2	4	1	2	5	2	5	1	2	5	2	5	1	5	2	1	4	5	1	78
S197	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S198	4	3	3	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	3	2	2	4	4	2	73
S199	3	3	4	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S200	3	4	2	3	2	3	4	3	3	3	4	4	2	2	3	2	3	4	2	3	4	3	4	4	3	77
S201	4	1	5	1	5	2	5	1	5	5	1	5	2	4	5	2	5	2	5	1	5	5	3	1	5	85
S202	4	4	2	4	2	4	2	4	2	3	5	3	3	1	2	4	2	4	2	4	1	2	4	3	1	72
S203	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	3	3	3	3	74
S204	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S205	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S206	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S207	1	3	5	4	5	4	5	3	3	5	2	3	3	2	4	3	4	2	5	3	5	5	3	3	4	89
S208	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S209	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S210	4	3	4	2	5	2	5	4	4	5	3	5	1	3	4	2	4	1	4	5	4	3	4	2	4	87
S211	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S212	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	2	2	4	3	3	4	3	3	2	2	2	4	2	2	2	70
S213	5	5	1	5	1	5	5	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	5	5	5	1	5	5	1	85
S214	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S215	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S216	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73



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.

S217	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S218	5	3	2	5	5	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
S219	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	1	5	3	3	3	4	2	4	4	2	2	2	2	3	3	73
S220	3	4	5	3	4	3	5	1	5	5	3	5	3	4	5	2	4	4	3	3	2	3	2	2	4	87
S221	5	4	3	4	4	4	4	3	5	5	3	5	3	3	3	4	3	3	5	3	3	3	5	3	3	93
S222	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
S223	3	5	4	4	4	3	5	3	4	4	4	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	5	3	3	87
S224	3	5	3	4	4	3	4	2	5	4	2	4	3	3	4	3	4	2	2	4	4	5	4	2	4	87
S225	4	4	3	5	4	5	2	3	4	2	3	4	5	1	3	2	3	5	4	1	1	1	5	5	1	80
S226	4	5	4	5	4	1	5	1	5	3	4	2	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
S227	3	2	4	3	5	3	5	2	3	3	2	4	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	78
S228	5	5	4	4	5	1	5	2	5	3	4	4	4	3	2	2	2	3	3	4	4	4	3	2	3	86
S229	4	4	2	4	4	5	3	4	4	2	4	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	4	4	4	86
S230	5	5	1	4	3	5	4	4	3	2	5	3	3	3	4	3	2	5	1	5	4	4	5	3	4	90
S231	5	5	1	5	5	2	5	1	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	4	80
S232	5	5	1	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	98
S233	4	4	3	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	75
S234	4	3	5	3	5	3	5	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
S235	5	5	1	5	1	5	1	2	5	3	5	1	5	3	3	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	80
S236	5	5	2	4	5	1	4	2	3	3	3	4	2	3	2	4	2	4	2	4	2	2	4	3	3	78
S237	4	5	1	4	5	4	5	2	3	2	4	2	4	2	2	3	2	3	3	4	2	2	4	4	5	81
S238	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
S239	5	5	2	5	2	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	76
S240	4	5	1	3	2	4	2	5	4	3	3	2	5	2	1	5	2	4	1	5	1	1	5	5	1	76
S241	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S242	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S243	4	5	4	3	5	5	5	3	5	4	5	5	2	4	5	3	5	4	3	5	3	5	5	3	2	102
S244	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	3	3	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74



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.

S245	3	3	3	5	1	4	1	4	2	2	3	3	5	1	2	4	4	3	1	4	3	3	3	3	73	
S246	5	3	5	5	5	2	5	1	4	5	3	5	3	4	5	3	3	3	3	4	4	4	5	3	5	97
S247	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	2	5	1	3	3	3	3	4	2	2	4	3	3	3	75
S248	4	1	5	3	4	2	5	1	4	5	3	3	1	5	5	1	5	1	2	1	4	2	1	1	5	74
S249	4	1	5	3	5	1	5	1	5	3	3	5	1	5	3	2	5	1	5	1	4	5	3	1	5	82
S250	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S251	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
S252	4	4	5	5	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
S253	5	3	5	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	5	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	91
S254	5	5	1	5	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1	1	5	5	1	73
S255	3	2	4	2	4	2	4	1	4	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	4	70
S256	3	4	1	1	2	1	5	3	4	4	4	4	1	3	2	5	5	2	4	2	4	4	3	4	5	80
S257	3	4	3	4	5	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	1	3	4	3	3	2	2	3	79
S258	2	4	1	3	5	4	2	2	3	1	5	5	1	2	3	3	4	3	2	5	1	1	3	5	1	71
S259	5	4	1	2	4	2	3	4	2	2	4	1	3	4	3	2	4	2	3	3	2	4	2	3	3	72
S260	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	81
S261	3	1	4	1	5	4	4	1	5	4	2	4	4	5	5	1	4	2	3	2	2	4	5	2	4	81
S262	2	2	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	3	75
S263	2	3	3	2	4	2	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	1	2	64
S264	2	2	3	2	2	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	2	66
S265	4	3	1	3	2	2	1	2	4	3	3	4	2	3	5	3	5	1	3	2	3	3	4	2	3	71
S266	5	3	4	4	5	3	5	2	3	4	5	4	3	3	4	3	4	2	4	4	4	4	5	4	4	95
S267	3	4	2	4	2	4	2	3	2	2	4	2	3	2	2	4	2	4	2	4	3	2	4	4	2	72
S268	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	74
S269	3	2	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	3	82

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 Uji Prasyarat Analisis

HASIL Uji PRASYARAT ANALISIS (HASIL Uji NORMALITAS)

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		269
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.73948077
Most Extreme Differences	Absolute	.048
	Positive	.048
	Negative	-.047
Test Statistic		.048
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

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

(HASIL Uji HETEROSKEDASTISITAS)

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Std. Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1 (Constant)	3.316	3.044		1.089	.277	
1 DS	.041	.054	.049	.754	.451	
1 SC	-.013	.028	-.030	-.464	.643	

a. Dependent Variable: Abs_RES

(HASIL Uji MULTIKOLINEARITAS)

Coefficients ^a			
		Collinearity Statistics	
Model		Tolerance	VIF
1 (Constant)			
1 self compassion		.897	1.114



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.

Dukungan sosial	.897	1.114
-----------------	------	-------

a. Dependent Variable: body dissatisfaction

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics		
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF	
1 (Constant)	84.614	4.883		17.328	.000			
DS	-.315	.086	-.213	-3.641	.000	.897	1.114	
SC	-.240	.045	-.312	-5.340	.000	.897	1.114	

a. Dependent Variable: BD



(HASIL UJI LINEARITAS)

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
body dissatisfaction * dukungan sosial	Between Groups	(Combined)	2090.235	21	99.535	2.812	.000
		Linearity	1059.084	1	1059.084	29.918	.000
		Deviation from Linearity	1031.150	20	51.558	1.456	.098
	Within Groups		8743.654	247	35.399		
	Total		10833.888	268			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
body dissatisfaction * self compassion	Between Groups	(Combined)	3474.217	40	86.855	2.691	.000
		Linearity	1565.660	1	1565.660	48.504	.000
		Deviation from Linearity	1908.556	39	48.937	1.516	.033
	Within Groups		7359.672	228	32.279		
	Total		10833.888	268			

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 Uji Hipotesis

UIN SUSKA 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.

HASIL UJI HIPOTESIS

Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.430 ^a	.185	.179	5.761

a. Predictors: (Constant), Dukungan sosial, self compassion

b. Dependent Variable: body dissatisfaction

Hasil Uji Simultan (F)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2005.529	2	1002.765	30.213	.000 ^b
	Residual	8828.359	266	33.189		
	Total	10833.888	268			

a. Dependent Variable: body dissatisfaction

b. Predictors: (Constant), Dukungan sosial, self compassion

Hasil Uji Parsial (t)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance VIF
1	(Constant)	84.614	4.883		17.328	.000	
	self compassion	-.240	.045	-.312	-5.340	.000	.897 1.114
	Dukungan sosial	-.315	.086	-.213	-3.641	.000	.897 1.114

a. Dependent Variable: body dissatisfaction

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 K

Hasil Analisis Tambahan

Kategorisasi Dukungan Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	235	87.4	87.4	87.4
	Tinggi	34	12.6	12.6	100.0
	Total	269	100.0	100.0	

Kategosisasi Self Compassion

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	242	90.0	90.0	90.0
	Tinggi	27	10.0	10.0	100.0
	Total	269	100.0	100.0	

Kategosisasi *Body Dissatisfaction*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	25	9.3	9.3	9.3
	Sedang	228	84.8	84.8	94.1
	Tinggi	16	5.9	5.9	100.0
	Total	269	100.0	100.0	

1. Dilarang 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 L

Surat Penelitian

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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY
Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT IZIN PRA RISET

Nomor: B-2148E/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 : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Jurusan : Psikologi S1
Semester : IX (Sembilan)

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

"Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Compassion Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Pekanbaru, 03 Desember 2024

Dekan,

Dr. Kusnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001



UIN SUSKA RIAU

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

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

SURAT IZIN TRY OUT

Nomor: B-2174E/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 : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Jurusan : Psikologi S1
Semester : IX (Sembilan)

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 Dukungan Sosial Dan Self Compassion Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 06 Desember 2024

Dekan,

Dr. Kusniati, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jln. H.R. Soebrandt KM. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telpn (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052
web: <https://fdk.uin.suska.ac.id>, E-mail: fdk@uin-suska.ac.id

Nomor : B-89/Un.04/F.IV/PP.00.9/01/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Pemberian Izin Riset

21 Rajab 1446 H
21 Januari 2025 M

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikumwarahmatullahiwarakatuh

Dengan hormat,

Menjawab Surat Saudara Nomor : B-97E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 Tanggal 17 Januari 2025 tentang mohon izin riset, maka kami memberikan izin kepada saudara:

Nama : Murti Amelia
NIM. : 12060123135
Semester : IX (Sembilan)
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

untuk melakukan riset terkait dengan judul skripsi : " *Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa*", dengan ketentuan tidak menyimpang dari peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat izin riset ini kami keluarkan, untuk dapat dijadikan pedoman dan terimakasih.



Prof. Dr. Masduki, M.Ag
NIP. 19310612 199803 1 003

Tembusan :

1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
2. Ketua Prodi di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau
3. Yang bersangkutan

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.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS SYARIAH & HUKUM

كلية الشريعة والقانون

FACULTY OF SHARIAH AND LAW

Jl. H.R. Soebrandt No. 155 KM.15 TuahMadani - Pekanbaru 28293 PO Box. 1004 Telp/Fax. 0761-562052
Web. www.fasih.uin-suska.ac.id Email : fasih@uin-suska.ac.id

Nomor : B-527E/Un.04/F.1/PP.00.9/01/2025
Sifat : Biasa
Lamp. : -
Perihal : *Izin Riset*

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau

Dengan Hormat

Menindaklanjuti surat Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau nomor: B-97E/Un.04 /F.VI/PP.00.9/12/2024 tanggal 17 Januari 2025, maka kami memberikan izin kepada :

Nama	: Murti Amelia
NIM	: 12060123135
Jurusan	: Psikologi S1
Semester	: IX (Sembilan)

untuk melakukan riset penelitian di Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul : "*Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa*".

Demikian disampaikan, terimakasih atas kerjasama.



Pekanbaru, 21 Januari 2025

Dekan,

Dr. Zulkfli, M. Ag
NIP. 19741006 200501 1 005

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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS EKONOMI DAN ILMU SOSIAL

كلية العلوم الاقتصادية و الاجتماعية

FACULTY OF ECONOMICS AND SOCIAL SCIENCES

Jl. H.R. Soebantas No.155 KM.15 Tuahmadani Tampar, Pekanbaru 28298 PO.Box.1004 Telp. 0761-562051
Fax. 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail: fekonos@uin-suska.ac.id

Nomor : B-778/Un.04/F.VII/PP.00.9/01/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Riset
a.n. Murti Amelia

22 Januari 2025

Yth. Dekan
Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat,

Merujuk surat Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau B-97E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 tanggal 17 Januari 2025 Perihal yang tersebut pada pokok surat di atas, maka bersama ini kami sampaikan bahwa dapat diberi izin untuk melaksanakan Try Out, Riset/ Penelitian dengan judul : "Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa" dan mengikuti segala aturan yang berlaku di lingkungan Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Dr. Mahyarni, S.E., M.M.
NIP 19700826 199903 2 001



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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

كلية التربية والتعليم

FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 Km. 15 Tuah madani - Pekanbaru - Riau 28293 PO.BOX. 1004 Telp. 0761-561647
Fax. 0761-561646, Web: www.uin-suska.info/tarbiyah E-mail: tarbiyah-uinsuska@yahoo.com

Nomor : B-1536/Un.04/F.II/PP.00.9/01/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Izin Riset

24 Januari 2025

Yth. Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, menjawab surat saudara nomor : B-97E/Un.04/F.VII/PP.00.9/01/2025 tanggal 17 Januari 2025 tentang Mohon Izin Riset, maka dapat kami berikan izin untuk melakukan riset kepada mahasiswa :

Nama : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Program Studi : Psikologi
Semester : IX (Sembilan)
Judul : Hubungan Dukungan Sosial dan *Self Compassion* Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa
Lama Riset : Maksimal 3 (tiga) bulan sejak surat ini dikeluarkan

Demikianlah yang dapat kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.



Dr. H. Kadar, M.Ag
NIP. 19650521 199402 1 001

D : Fahmi/Working/2025/Riset Mahasiswa/tan Riset (d)

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.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
كلية العلوم و التكنولوجيا
FACULTY OF SCIENCES AND TECHNOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 KM. 15 Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004 Telp (0761) 589026 - 589027
Fax. (0761) 589 025 Web: www.uin-suska.ac.id, Email: faste@uin-suska.ac.id

Nomor : B- 00757 /F.V/PP.00.9/01/2025
Sifat : Penting
Hal : Mohon Izin Riset

Pekanbaru, 22 Januari 2025

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Suska Riau
Pekanbaru

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, berdasarkan surat Saudara Nomor : B-97E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2025 tanggal 17 Januari 2025 perihal tersebut pada pokok surat, maka kami dapat memberikan izin kepada mahasiswa a.n:

Nama : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Semester : IX (Sembilan)
Jurusan : Psikologi

untuk melakukan Riset Penelitian dengan judul "Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Compassion Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa" guna kelengkapan data penyelesaian Penyusunan skripsi / tesisnya.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalam
Dekan,

Dr. Drs. Hartono, M.Pd
NIP. 196403011992031003



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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS USHULUDDIN

كلية أصول الدين

FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 KM. 15 Tuah Madani - Pekanbaru 28293 P.O.Box. 1004
Telp. 0761-562051 Fax. 0761-562052 Web. www.fush.uin-suska.ac.id, Email : ushuluddin@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 376 /Un.04/F.III.1/PP.00.9/01/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Syarif Kasim Riau, dengan ini memberikan izin kepada:

Nama	: Murti Amelia
NIM	: 12060123135
Semester	: IX (Sembilan)
Program Studi	: Psikologi S1
Fakultas	: Psikologi UIN Suska Riau

Untuk melakukan Riset Penelitian di lingkungan Fakultas Ushuluddin dengan judul
"Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion Dengan Body Dissatisfaction
Pada Mahasiswa " dari tanggal 20 Januari s/d 20 Februari 2025.

Demikian surat ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat digunakan
sebagaimana mestinya

Pekanbaru 21 Januari 2025

a.n. Dekan,

Wakil Dekan Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga



Or. Rina Rehayati, M.Ag
NIP. 19690429 200501 2 005

Tembusan:

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin 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:

- 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.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN

كلية علوم الزراعة والحيوان
FACULTY OF AGRICULTURE AND ANIMAL SCIENCE

Jl. H. H. Arsyad, Km. 10 No. 100 Kot. Tanah Melayu, Kot. Tanah Melayu Pekanbaru Riau 28115. PSMH 01400
Telp. (0776) 5920011 Fax. (0776) 2620011, 5620012 Website : <http://www.uin-suska.ac.id>

SURAT IZIN RISET

Nomor : B-579F.VIII/PP/00/001/2025

Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan Izin Riset kepada :

Nama : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Jurusan : Psikologi S1
Fakultas : Psikologi
Semester : IX (Sembilan)

Untuk melakukan Riset dengan judul "*Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa*" dengan ketentuan : tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang tidak ada hubungan pada kegiatan Riset.

Kepada pihak yang terkait, diharapkan untuk dapat memberi kemudahan dan membantu dalam kegiatan Riset ini. Demikian Surat ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 23 Januari 2025 M
23 Rajab 1446 H

Dekan,



Dr. Arsyadi Ali, S.Pd., M.Agr. Sc
NIP. 19710706 200701 1 031

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jln. H.R. Soebrantas KM. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004
Telpun (0761) 562051; Faksimili (0761) 562052
web: <https://fdk.uin.suska.ac.id>, E-mail: fdk@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN RISET

Nomor : B-989/Un. 04/F.IV/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau
menerangkan bahwa:

Nama : Murti Amelia
NIM. : 12060123135
Semester : X (Sepuluh)
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau

telah melakukan riset terkait dengan Judul skripsi : "*Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa*" pada tanggal 21 Januari s.d 17 Februari 2025 di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian surat keterangan ini kami berikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 19 Ramadhan 1446 H
19 Maret 2025 M



Prof. Dr. H. Rosidi, S.Pd., MA.
NIP. 1961082009011006

Tembusan :

1. Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau
2. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

UIN SUSKA RIAU

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 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.

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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

كلية التربية و التعليم

FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 Km. 15 Tush madani - Pekanbaru - Riau 28293 PO.BOX. 1004 Telp. 0761-561647
Fax. 0761-561646, Web www.uin-suska.info/tarbiyah E-mail : tarbiyah-uinsuska@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-6739/Un.04/F.II/PP.00.9/03/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Dr. H. Kadar, M.Ag
NIP	: 19650521 199402 1 001
Pangkat/Gol. Ruang	: Pembina Utama Muda (IV/c) Lektor Kepala
Jabatan	: Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

dengan ini menerangkan :

Nama	: Murti Amelia
NIM	: 12060123135
Program Studi	: Psikologi
Semester	: X (Sepuluh)

Benar telah melaksanakan penelitian di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau untuk penyusunan skripsi/tugas akhir dengan judul: "Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa."

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Pekanbaru, 12 Maret 2025

Dekan,

Dr. H. Kadar, M.Ag
NIP. 19650521 199402 1 001

D : Fakhri/Wikang/2025/Surat Keterangan Surat (pdf)

UIN SUSKA RIAU



UIN SUSKA RIAU

ciptanya milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS SYARIAH & HUKUM

كافة الشريعة و القانون

FACULTY OF SHARIAH AND LAW

Jl. H. R. Soebrantas No. 155 KM. 15 Tuahmadani - Pekanbaru 28293 PO. Box. 1004 Telp / Fax. 0761-562052
Web. www.fasih.uin-suska.ac.id Email : fasih@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: B-2797/Un.04/F.I/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sultan Syarif Kasim Riau menerangkan bahwa:

Nama : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Jurusan : Psikologi S1
Semester : X (Sepuluh)

benar telah selesai melakukan riset penelitian di Fakultas Syariah dan Hukum UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan judul skripsi: *"Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa "*.

Demikian Surat Keterangan ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Pekanbaru, 12 Maret 2025

Dekan

Dr. Zulkifli, M. Ag

197410062005011005

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.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU FAKULTAS
PERTANIAN DAN PETERNAKAN
كلية علوم الزراعة والحيوان
FACULTY OF AGRICULTURE AND ANIMAL SCIENCE

Jl. H. H. Sjahrir No. 13 No. 13, Pekanbaru, Riau 28125
Telp. (0761) 862081 Fax. (0761) 262081, 862082 Website : <http://ipk.uin-suska-riau.ac.id>

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
Nomor : 129/F.VIII/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Pertanian dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Murti Amelia
Nim : 12060123135
Semester : X (Sepuluh)
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Psikologi

Telah selesai melakukan penelitian di Fakultas Pertanian dan Peternakan terhitung mulai tanggal 22 Januari sampai dengan 17 Februari 2025 untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul *"Hubungan Disregard Sosial dan Self Compassion dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa"*.

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan seperlunya.

Pekanbaru, 13 Maret 2025 M
13 Ramadhan 1446 H

Dekan,



Dr. Arsyadi Ali, S.Pt., M.Agr. Sc
NIP. 19710706 200701 1 031

UIN SUSKA RIAU



Dokumen ini telah diindeks dengan sistem elektronik
Token : KHKKF



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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
كلية العلوم و التكنولوجيا

FACULTY OF SCIENCES AND TECHNOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas No. 155 KM. 15 Tuah Madani - Pekanbaru 28298 PO Box. 1004 Telp. (0761) 589026 - 589027
Fax. (0761) 589 025 Web. www.uin-suska.ac.id, Email : fasto@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : B- 2241 /F.V/PP.00.9/03/2025

Yang bertandatangan di bawah ini Dekan Fakultas Sains dan Teknologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Murti Amelia
NIM : 12060123135
Semester : X
Fakultas : Psikologi

Benar telah melaksanakan riset di Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sultan
Syarif Kasim Riau guna menyelesaikan Skripsi / Tugas Akhir.

Demikian surat keterangan ini diberikan, agar dapat dipergunakan
sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 13 Maret 2025

Dekan,

Dr. Drs. Hartono, M.Pd
9640301 199203 1 003



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.



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
 FAKULTAS EKONOMI DAN ILMU SOSIAL
 كلية العلوم الاقتصادية والاجتماعية
 FACULTY OF ECONOMICS AND SOCIAL SCIENCES
 Jl. H.R. Soebrandt No. 55 Km. 15 Tuahmadani Tumpen - Pekanbaru 28293 PO Box 1400 Telp. 0761-562051
 Fax 0761-562052 Web. www.uin-suska.ac.id, E-mail : fekonsos@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN TELAH RISET
 Nomor : B-2089/Un.04/F.VII/PP.00.9/03/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	: Dr. Mahyarni, S.E., M.M
NIP	: 19700826 199903 2 001
Pangkat / Golongan	: Pembina Utama Muda (IV/c) / Lektor Kepala
Jabatan	: Dekan
Unit Kerja	: Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

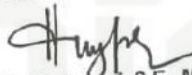
dengan ini menerangkan :

Nama	: Murti Amelia
NIM	: 12060123135
Semester	: X (Sepuluh)
Program Studi	: S1 Psikologi
Fakultas	: Psikologi.

benar telah melaksanakan riset di Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim dari tanggal 22 Januari s.d 17 Februari 2025 dengan judul "Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa".

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 13 Maret 2025
 Dekan,


 Dr. Mahyarni, S.E., M.M
 NIP. 19700826 199903 2001

UIN SUSKA RIAU



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS USHULUDDIN
كلية أصول الدين
FACULTY OF USHULUDDIN

Jl. H.R. Soebrandt No. 155 KM. 15 Tuah Madani - Pekanbaru 28293 PO.Box. 1004
Telp. 0761-562051 Fax. 0761-562052 Web. www.fush.uin-suska.ac.id, Email : ushuluddin@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 1365 /Un.04/F.III.1/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Syarif Kasim Riau, Dengan Ini Menyatakan
Bahwa:

Nama	: Murti Amelia
NIM	: 12060123135
Program Studi	: Psikologi S1
Jurusan/Semester	: X (Sepuluh)

Telah Selesai Melakukan Riset penelitian di lingkungan Fakultas Ushuluddin dengan
judul "*Hubungan Dukungan Sosial dan Self Compassion Dengan Body Dissatisfaction
Pada Mahasiswa*" 20 Januari s/d 20 Februari 2025.

Demikian surat ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat digunakan sebagaimana
mestinya

Pekanbaru, 20 Maret 2025
a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik
dan Pengembangan Lembaga



Dr. Rina Rehayati, M.Ag
NIP. 19690429 200501 2 005

Tembusan:
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau



Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.
Token : K4DEGk

UIN SUSKA RIAU