



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

SKRIPSI

Oleh :

NOERMA NAYLA ANNUR PUTRI

12260125373

PROGRAM S1

JURUSAN PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

2026



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 Antara Kebersyukuran dan *Self-Compassion* Terhadap Gejala *Body Dismorphic Disorder* Pada Perempuan Dewasa Awal

Disusun oleh:

NOERMA NAYLA ANNUR PUTRI
12260125373

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 31 Desember 2025

Pembimbing

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

NIP. 198103122008012013



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 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

PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Noerma Nayla Annur Putri
NIM : 12260125373
Judul Skripsi : Hubungan Antara Kebersyukuran dan *Self-Compassion* Terhadap Gejala *Body Dysmorphic Disorder* Pada Perempuan Dewasa Awal

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

Hari / Tanggal : Jumat / 09 Januari 2026
Bertepatan dengan : Jumat / 20 Rajab 1447 H

TIM PENGUJI

Ketua

Dina Haya Sufya, M.Si
NIDN 2019099005

Sekretaris

Anggia Kargenti E. M, M.Si
NIDN 2012038101

Penguji I

Ikhwanisifa, M.Psi, Psikolog
NIDN 1027048603

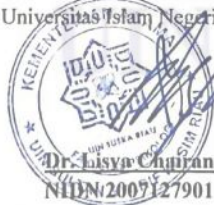
Penguji II

Dr. Khairul Anwar, M.A
NIDN 2013077402

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



Dr. Lisya Chairani, S.Psi., M.A., Psikolog
NIDN 2007127901



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Noerma Nayla Annur Putri
 NIM : 12260125373
 Tempat/Tgl. Lahir : Pekanbaru, 21 November 2004
 Fakultas/Pascasarjana : Psikologi
 Prodi : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya*:

Hubungan Antara Kebenar-benaran dan Self-Compassion terhadap
 Gejala Body Dysmorphic Disorder

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

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

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

Pekanbaru, 22 Januari 2026

Yang membuat pernyataan



NIM : 12260125373

Noerma Nayla Annur Putri

*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil ‘alamin segala puji bagi Allah Subhanahu wa Ta’ala, atas rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, peneliti akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini, yang peneliti persembahkan kepada:

Diri peneliti sendiri atas perjuangan yang telah dilalui, serta kepada kedua orang tua peneliti yang telah senantiasa memberikan dukungan, baik secara emosional maupun dalam bentuk lainnya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

“Maka ingatlah aku, niscaya aku akan mengingatmu”

QS. Al-Baqarah: 152

“Allah tidak akan membebani seorang hamba melainkan sesuai dengan kemampuannya”

QS. Al-Baqarah: 286

“Wahai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetaplah bersiap-siaga dan bertakwalah kepada Allah agar kamu beruntung”

QS. Ali-Imran: 200

“Karna itu tugas cinta memberikan keindahan, meskipun hidup tak selalu indah, meskipun hidup tak selalu indah”

Raim Laode



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah rabbil 'alamin, segala puji bagi Allah *subhanahu wa ta'ala* atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya, serta kemudahan bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Kebersyukuran dan Self-Compassion Terhadap Gejala Body Dismorphic Disorder Pada Perempuan Dewasa Awal”**. Salawat serta salam semoga tetap tercurahkan pada junjungan alam, pemimpin seluruh umat, Nabi besar Muhammad *shallallahu 'alaihi wassallam*.

Selama proses penyusunan skripsi, peneliti menyadari bahwa terdapat banyak kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik, saran ataupun masukan dari berbagai pihak untuk kesempurnaan skripsi ini. Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari motivasi, dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti ingin mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, MS, SE, M.Si, Ak., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau atas kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk berkuliah di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Ibu Dr. Lisy Chairani, M.A., Psikolog., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau beserta jajaran. Ibu Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog., selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Sri Wahyuni,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

MA., M.Psi., Psikolog., selaku Wakil Dekan II, dan Ibu Dr. Hijriyati Cucuani, M.Psi., Psikolog., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau atas kesempatan kepada peneliti untuk mencari ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

3. Ibu Fara Ulfa, M.Psi., Psikolog selaku pembimbing akademik yang selalu memberikan nasihat dan dukungan bagi peneliti selama di kampus.
4. Ibu Anggia Kargenti Evanurul Marettih, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi peneliti yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membimbing dengan penuh kesabaran, ketelitian, dan telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini. Setiap koreksi dan nasihat yang diberikan menjadi pedoman penting bagi peneliti dalam menyempurnakan penelitian ini.
5. Ibu Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog selaku Narasumber I, dan bapak Dr. Khairil Anwar, M.A selaku Narasumber II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan masukan serta arahan untuk peneliti.
6. Ibu Elyusra Ulfah, M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Laboratorium Diagnostik Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, atas kesempatan yang telah diberikan kepada peneliti untuk menjadi asisten laboratorium pada tahun 2024/2025 dan 2025/2026. Ucapan terima kasih juga peneliti sampaikan kepada Kak Faizah Hayati,



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

S.Psi., selaku laboran, serta seluruh teman-teman asisten laboratorium tahun 2024/2025 dan 2025/2026, terima kasih atas segala dukungan, kerja sama, dan kebersamaan yang telah terjalin selama periode tersebut.

7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak memberikan ilmu, dukungan, serta nasihat kepada peneliti selama diperkuliahan maupun diluar perkuliahan.
8. Seluruh staff bidang akademik dan staff umum Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah berkontribusi bagi peneliti dalam menyelesaikan segala urusan administrasi serta surat menyurat.
9. Seluruh pegawai kebersihan dan keamanan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau atas dedikasi hingga peneliti merasa nyaman dan aman selama di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
10. Seluruh partisipan penelitian yang telah bersedia untuk meluangkan waktu, pikiran, serta tenaga selama proses penelitian, kontribusi para partisipan sangat berarti dan menjadi bagian penting dalam terpenuhinya kebutuhan data penelitian ini.
11. Ayah Ahmad Nizar, S.Si dan Bunda dr. Nurzammi, M.Kes, yang senantiasa mendukung, memberikan semangat serta memberikan motivasi pada peneliti baik secara emosional dan logistik. Selesainya penelitian ini tidak lepas dari kasih sayang dan pengorbanan ayah dan bunda yang tiada henti. Semoga pencapaian ini dapat menjadi kebanggaan bagi ayah dan bunda.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. Adik kandungku tersayang Aysel Zuhkrufullah Annur Putra dan Khalfani Fawwaz Annur Putra yang selalu memberikan keceriaan, semangat, serta doa dalam proses penyusunan skripsi ini.
13. Seluruh keluarga besar peneliti yang tidak dapat disebutkan sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan dukungan, doa, dan nasihat kepada peneliti selama menjalani perkuliahan.
14. Untuk Aprilia temanku tersayang, yang merupakan teman pertama peneliti di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan cerita yang telah kita lewati sejak awal perkuliahan hingga saat ini. Semoga pertemanan kita dapat terus terjalin dan terjaga, serta semoga membawa kebaikan bagi kita di masa kedepan.
15. Teman – temanku tercinta, Fathiyyah Ayra Zahrina, Layla Takhfa Lubis, Rahmatul Dhuha, Nazwa Juhri Malika Hasibuan, Widia Febriani, dan Shinta Febrianti Bhayangkara yang telah mendukung, memberikan inspirasi, yang selalu membersamai peneliti, serta telah banyak kebahagiaan yang peneliti dapatkan, terima kasih atas segala suka maupun duka yang telah kita lewati bersama. Semoga pertemanan kita tetap terjaga dan semoga kita semua mendapatkan kesuksesan di jalan masing-masing.
16. Teman PPL Umaratul Husna sekaligus teman peneliti dari pondok pesantren yang telah menjadi teman diskusi dan telah banyak memberikan nasihat serta dukungan bagi peneliti.



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

- Seluruh teman angkatan 9 El-Harka, baik ahwat maupun ikhwan, yang telah memberikan bantuan dan *support* kepada peneliti dalam proses penyelesaian skripsi ini.
- Teman – teman KKN Desa Candi Rejo yang telah memberikan dukungan serta bantuan selama penyusunan skripsi.
- Seluruh teman kelas D psikologi 2022 yang telah memberikan semangat, kebersamaan, serta kenangan indah selama proses perkuliahan, semoga kita semua dapat meraih kesuksesan di jalan masing – masing.
- Terakhir, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih dan apresiasi yang mendalam kepada Noerma Nayla Annur Putri, diri peneliti sendiri. Terima kasih telah bertanggung jawab dalam menyelesaikan jalan yang tidak pernah diimpikan, serta atas segala usaha, semangat, suka maupun duka, dan kerja keras selama menjalani perkuliahan. Terima kasih karena tetap kuat disetiap prosesnya.

Kritik dan saran peneliti harapkan demi kelanjutan penelitian ini. Semoga kedepannya penelitian ini memberikan manfaat dan kontribusi bagi masyarakat umum dan terkhusus di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Pekanbaru, 15 Desember 2025

Peneliti



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

DAFTAR ISI

PERSEMBAHAN	i
MOTTO	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Keaslian Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	13
1. Manfaat Teoritis	13
2. Manfaat Praktis	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
A. Gejala <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	14
1. Definisi Gejala <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	14
2. Gejala <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	14
3. Faktor yang Memengaruhi Gejala <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	17
B. Kebersyukuran	20
1. Definisi Kebersyukuran	20
2. Aspek Kebersyukuran	21
C. <i>Self-Compassion</i>	24
1. Definisi <i>Self-Compassion</i>	24
2. Aspek <i>Self-Compassion</i>	25
D. Kerangka Berpikir	26
E. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Desain Penelitian	30
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	30
C. Definisi Operasional	30
1. Gejala <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	31
2. Kebersyukuran	31
3. <i>Self-Compassion</i>	32
D. Subjek Penelitian	32
1. Populasi	32
2. Sampel.....	33
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	34
E. Instrumen Penelitian	35
F. Pertimbangan Kelayakan Etik	38
G. Uji Coba Alat Ukur	39
1. Reliabilitas	39



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. Validitas	40
3. Indeks Daya Beda Aitem	40
H. Analisis Statistik	43
I. <i>Time Line</i> Penelitian.....	44
1. Waktu Penelitian	44
2. Tempat Penelitian.....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Pelaksanaan Penelitian	45
B. Hasil Penelitian	45
1. Gambaran Umum Responden Penelitian	45
2. Uji Asumsi	49
3. Uji Hipotesis	53
C. Analisis Tambahan	58
1. Deskripsi Kategorisasi Data	58
2. Analisis Hubungan antara Usia, BMI, Akun Media Sosial dengan Gejala <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	61
3. Analisis Perbedaan	62
D. Pembahasan	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	77

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala <i>Body Dysmorphic Disorder Symptom Scale</i>	34
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Kebersyukuran	35
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Compassion</i>	36
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Uji Indeks Daya Beda Skala BDD-SS	39
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Skala BDD-SS Untuk Penelitian	39
Tabel 3.6 <i>Blueprint</i> Uji Indeks Daya Beda Skala Keberyukuran	40
Tabel 3.7 <i>Blueprint</i> Skala Kebersyukuran Untuk Penelitian	41
Tabel 3.8 <i>Blueprint</i> Uji Indeks Daya Beda Skala <i>Self-Compassion</i>	41
Tabel 3.9 Waktu Penelitian	
Tabel 4.1 Data Demografi.....	44
Tabel 4.2 Uji Normalitas.....	48
Tabel 4.3 Uji Heterokedastisitas	49
Tabel 4.4 Uji Linieritas	50
Tabel 4.5 Uji Multikoloinieritas.....	51
Tabel 4.6 Uji Korelasi Pearson	52
Tabel 4.7 Koefisiensi Determinasi.....	53
Tabel 4.8 Uji F	54
Tabel 4.9 Uji t	54
Tabel 4.10 Analisis Regresi Linier Berganda	55
Tabel 4.11 Norma Kategorisasi.....	57
Tabel 4.12 Gambaran Data Variabel Keberyukuran.....	57
Tabel 4.13 Kategoriasi Variabel Kebersyukuran.....	57
Tabel 4.14 Gambaran Data Variabel <i>Self-Compassion</i>	58
Tabel 4.15 Kategorisasi Variabel <i>Self-Compassion</i>	59
Tabel 4.16 Kategorisasi Variabel Gejala <i>Body Dysmorphic Disorder</i>	60
Tabel 4.17 Korelasi Spearman	60
Tabel 4.18 Uji Beda GBDD ditinjau dari Akun Media Sosial.....	61
Tabel 4.19 Uji Beda GBDD ditinjau dari BMI	62

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 GAMBAR

Gambar 4.146

Gambar 4.246

Gambar 4.360



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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	84
Lampiran B Skala Uji Coba	128
Lampiran C Tabulasi Data Uji Coba.....	145
Lampiran D Uji Reliabilitas	161
Lampiran E Skala Penelitian.....	172
Lampiran F Tabulasi Data Penelitian	188
Lampiran G Uji Asumsi	241
Lampiran H Uji Hipotesis	244
Lampiran I Analisis Tambahan	246
Lampiran J Panduan Wawancara	249
Lampiran K Verbatim Wawancara	252
Lampiran L Surat Penelitian	268
Lampiran M Biografi Peneliti	275

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DAN *SELF-COMPASSION* TERHADAP GEJALA *BODY DISMORPHIC DISORDER* PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL

Noerma Nayla Annur Putri

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

naylanoerma@gmail.com

ABSTRAK

Body dysmorphic disorder merupakan kondisi individu yang sibuk memperhatikan satu atau lebih kekurangan yang dirasa cacat meskipun tidak terlihat oleh orang lain, yang menimbulkan kecemasan dan penghindaran. Kebersyukuran dan *self-compassion* merupakan faktor yang dapat melindungi individu dari gejala *body dysmorphic disorder*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan kebersyukuran dan *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal. Penelitian menggunakan metode kuantitatif desain korelasional dengan jumlah partisipan sebanyak 218 perempuan berusia 18–25 tahun di Pekanbaru dan aktif menggunakan media sosial untuk mengakses konten kecantikan. Instrumen yang digunakan yaitu *body dysmorphic disorder Symptom Scale* (BDD-SS), skala Kebersyukuran, dan skala welas diri. Ketiga hipotesisi penelitian ini diterima, yaitu kebersyukuran berhubungan negatif dengan gejala *body dysmorphic disorder* ($r = -0.707, p < 0.001$), *self-compassion* berhubungan negatif dengan gejala *body dysmorphic disorder* ($r = -0.477, p < 0.001$), dan secara bersama kebersyukuran dan *self-compassion* berhubungan dengan gejala *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal. Secara simultan, kebersyukuran dan *self-compassion* berkontribusi sebesar 50.6% terhadap variasi gejala *body dysmorphic disorder* ($R^2 = 0.506, F = 110.607, p < 0.001$), dengan kebersyukuran sebagai prediktor yang lebih dominan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang memiliki kebersyukuran cenderung mampu menghargai hal yang dimiliki, sedangkan *self-compassion* membantu individu menerima ketidaksempurnaan fisik tanpa kritik diri berlebihan. Oleh karena itu, perempuan dewasa awal perlu membiasakan diri untuk menghargai segala hal yang dimiliki, tidak terlalu fokus pada kekurangan, serta tidak menyalahkan diri atas kekurangannya, sehingga penerimaan diri dapat berkembang dan berkontribusi dalam menurunkan gejala *body dysmorphic disorder*.

Kata Kunci: Kebersyukuran, *Self-Compassion*, Gejala *Body dysmorphic disorder*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 GRATITUDE AND SELF-COMPASSION ON BODY DISMORPHIC DISORDER SYMPTOMS IN EARLY ADULT WOMEN

Noerma Nayla Annur Putri

Faculty of Psychology, Sultan Syarif Kasim State Islamic University of Riau

naylanoerma@gmail.com

ABSTRACT

Body dysmorphic disorder is a condition in which individuals are excessively preoccupied with one or more perceived physical flaws that are not noticeable to others, leading to anxiety and avoidance behaviors. Gratitude and self-compassion are internal factors that can protect individuals from symptoms of body dysmorphic disorder. This study aimed to examine the relationship between gratitude and self-compassion and symptoms of body dysmorphic disorder among young adult women. The study employed a quantitative correlational design with 218 women aged 18–25 years in Pekanbaru who actively use social media to access beauty-related content. The instruments used were the Body Dysmorphic Disorder Symptom Scale (BDD-SS), the Gratitude Scale, and the Self-Compassion Scale. All three hypotheses were supported: gratitude was negatively correlated with body dysmorphic disorder symptoms ($r = -0.707$, $p < 0.001$), self-compassion was negatively correlated with body dysmorphic disorder symptoms ($r = -0.477$, $p < 0.001$), and together gratitude and self-compassion were significantly associated with body dysmorphic disorder symptoms among young adult women. Simultaneously, gratitude and self-compassion accounted for 50.6% of the variance in body dysmorphic disorder symptoms ($R^2 = 0.506$, $F = 110.607$, $p < 0.001$), with gratitude emerging as the more dominant predictor. The findings indicate that young adult women with higher levels of gratitude tend to appreciate what they have, while self-compassion helps individuals accept physical imperfections without excessive self-criticism. Therefore, young adult women are encouraged to cultivate appreciation for their positive qualities, avoid excessive focus on perceived flaws, and refrain from self-blame, so that self-acceptance can develop and contribute to the reduction of body dysmorphic disorder symptoms.

Keywords: Gratitude, Self-Compassion, Body Dysmorphic Disorder Symptoms



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

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

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

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa dewasa awal merupakan masa yang terjadi pada usia 18 tahun hingga 25 tahun, dimana merupakan masa peralihan dari remaja ke dewasa (Santrock, 2011). Pada masa dewasa awal individu seharusnya bisa untuk mengenali dan menyesuaikan diri untuk menguasai tugas perkembangan pada masa dewasa awal (Hurlock, 2011). Hurlock (2011) menjelaskan bahwa tugas perkembangan dewasa awal meliputi mulai bekerja, memilih pasangan, membangun hubungan intim, membina keluarga, mengelola rumah tangga, serta membangun relasi sosial. Namun tidak semua individu dewasa awal mampu menerima dirinya dengan baik. Ketidakmampuan untuk menerima kondisi tubuh sering kali membuat seseorang semakin fokus pada kekurangan fisik yang dirasakan, cemas, malu, atau bahkan keinginan terus-menerus untuk menyembunyikan atau memperbaiki penampilannya (Fatmawati, dkk., 2019).

Kondisi tersebut dapat menghambat pencapaian tugas perkembangan, misalnya dalam memilih pasangan, karena individu merasa tidak cukup menarik atau takut mendapatkan penilaian negatif dari orang lain sehingga individu cenderung menghindari. Selain itu, ketidakmampuan untuk menerima kondisi fisik juga berpotensi menghambat interaksi sosial dan kesiapan individu untuk memasuki dunia kerja (Sungkar & Hakim, 2025). Apabila kondisi tersebut dibiarkan dan tidak ditangani atau dicegah dengan tepat maka dapat memicu gangguan-gangguan psikologis, seperti *anorexia nervosa* (Sauma, 2023), *bulimia*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

(Putri & Zulaikha, 2024), atau dapat memperberat terjadinya *body dysmorphic disorder* (Mulyarny & Prastuti, 2020).

Body dysmorphic disorder digambarkan dengan individu yang sibuk pada satu atau lebih kekurangan yang dirasa cacat dalam tampilan fisik yang tidak terlihat oleh orang lain, perilaku ini sering menyebabkan kecemasan sosial dan penghindaran (APA, 2013). Individu dengan *body dysmorphic disorder* memiliki obsesi yang berlebihan untuk memperbaiki bentuk tubuh seperti diet ketat atau olahraga berlebihan, menghindari aktivitas sosial dengan kontak fisik karena merasa cemas akan kondisi fisiknya. Gejala lain juga melakukan kamuflase untuk menyamarkan kekurangan fisik seperti memakai pakaian longgar atau menggunakan *make-up* berlebihan untuk menutupi bagian tubuh yang dirasa tidak sempurna, serta sering melakukan *body checking* seperti menimbang berat badan dan bercermin untuk memeriksa bagian tubuh yang dianggap tidak sempurna. (Awalya & Taftazani, 2024).

Terdapat beberapa bagian tubuh yang membuat individu merasa tidak puas terhadap dirinya. Warna kulit merupakan bagian tubuh yang paling banyak menjadi perhatian individu akan ketidakpuasan pada dirinya, hidung ditingkat kedua dan rambut ditingkat ketiga (Minty & Minty, 2020). Individu yang membandingkan atau memiliki keinginan mengubah bentuk tubuhnya, juga dapat dianggap mulai memiliki gejala *body dysmorphic disorder* (Leviani & Triatri, 2021).

Minty dan Minty (2020) menemukan bahwa tingkat kejadian *body dysmorphic disorder* bervariasi, tingkat kejadian *body dysmorphic disorder* dari populasi umum berkisar antara 0,5% hingga 3,2%. Namun, tingkat kejadian ini jauh lebih tinggi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

pada kelompok tertentu, seperti mahasiswa 1,3%-5,8%, pasien dermatologi 4,9%-21,1%, pasien bedah kosmetik 2,9%-57%, dan pasien psikiatri 0%-54,3%. Temuan tersebut menunjukkan bahwa *body dysmorphic disorder* lebih banyak ditemukan pada kelompok tertentu, sehingga kondisi dan karakteristik tertentu dapat berperan dalam meningkatkan risiko terjadinya *body dysmorphic disorder*.

Di Indonesia, terdapat beberapa penelitian yang menemukan terdapat gejala *body dysmorphic disorder*, namun hingga saat ini belum tersedia data statistik yang lebih rinci dan berskala luas dari pemerintah, baik di tingkat DKI Jakarta maupun nasional (Vivenda & Hadiwono, 2019). Penelitian Fazriyani dan Rahayu (2019) menemukan bahwa 120 dari 221 responden (55,6%) berada pada kategori tinggi mengalami gejala *body dysmorphic disorder*, sedangkan 96 responden berada pada kategori rendah. Selain itu, penelitian Adriani, dkk. (2021) responden menunjukkan bahwa dari 270 responden, sebanyak 49 responden berada pada kategori tinggi, 182 responden pada kategori sedang, dan 39 responden pada kategori rendah mengalami gejala *body dysmorphic disorder*. Berdasarkan temuan penelitian tersebut, menunjukkan bahwa gejala *body dysmorphic disorder* cukup banyak ditemukan, dengan sebagian besar berada pada kategori sedang hingga tinggi.

Selain temuan empiris dari penelitian terdahulu, peneliti juga melakukan wawancara dengan salah satu perempuan dewasa awal di Pekanbaru. Pedoman wawancara disusun berdasarkan tujuh gejala *body dysmorphic disorder* sebagaimana yang dijelaskan oleh Wilhelm, dkk (2016), yaitu *checking, grooming, weight and shape, picking/plucking, avoidance, surgical*, dan *cognitions*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 31 Desember 2025, subjek menyatakan adanya ketidakpuasan terhadap penampilan fisik, seperti pada bagian muka dan badan. Ketidakpuasan tersebut disertai perasaan tidak nyaman, rasa malu, dan kekhawatiran terhadap penilaian orang lain. Kondisi ini mencerminkan gejala *cognitions*, yaitu adanya pikiran negatif terhadap penampilan sebagaimana dijelaskan oleh Wilhelm, dkk. (2016), dimana seseorang dengan gejala ini akan memunculkan pemikiran yang tidak sehat terhadap penampilan dirinya, sehingga menimbulkan kekhawatiran yang berlebihan dan mengganggu keseharian. Selain itu, subjek menyampaikan bahwa terkadang muncul kekhawatiran terhadap penampilan memengaruhi cara subjek mengatur penampilan, serta subjek juga menghindari situasi sosial dan aktivitas tertentu, yang mencerminkan gejala *avoidance*. Menurut Wilhelm, dkk (2016), individu dengan gejala *avoidance* akan cenderung menghindari perkumpulan sosial karena merasa penampilannya tidak sempurna pada salah satu atau lebih bagian tubuh. Hal ini menunjukkan adanya gambaran gejala *body dysmorphic disorder* sebagaimana dikemukakan oleh Wilhelm, dkk. (2016).

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Yunalia, dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap *body dysmorphic disorder* dibandingkan laki-laki, yang diduga berkaitan dengan tekanan sosial dan standar kecantikan. Selain itu, hasil ini konsisten dengan penelitian Leviani dan Triatri (2020) yang menemukan bahwa prevalensi gejala *body dysmorphic disorder* lebih banyak dijumpai pada perempuan dibandingkan laki-laki. Berdasarkan paparan tersebut, gejala *body dysmorphic disorder* merupakan

masalah psikologis yang tidak hanya berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap penampilan, tetapi juga berpotensi menghambat individu dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan dewasa awal, seperti menjalin hubungan intim, membangun relasi sosial, serta mempersiapkan diri memasuki dunia kerja.

Banyak faktor yang dapat memengaruhi gejala *body dysmorphic disorder*, seperti kebersyukuran (Sari, 2020; Adriani, dkk., 2021; Padmi & Susilarini, 2023), *self-compassion* (Leviani & Triatri, 2021; Fatmala & Rinaldi, 2021; Allen, dkk 2020), *self-esteem* (Chyaningrum, dkk., 2024), *self-acceptance* (Maryatni, 2023). Penelitian ini berfokus pada dua faktor yang diyakini dapat memengaruhi gejala *body dysmorphic disorder*, yaitu kebersyukuran (Padmi & Susilarini, 2023) dan *self-compassion* (Fatmala & Rinaldi, 2021) yang merupakan faktor internal serta faktor pelindung dari terjadinya gejala *body dysmorphic disorder*. Faktor pelindung merupakan faktor yang berfungsi dalam membantu individu untuk mengatasi, mencegah atau mengurangi risiko terjadinya gangguan (Wilson, 2021).

Kebersyukuran dapat membantu individu untuk lebih menghargai apa yang mereka miliki atau mereka alami. Menurut *American Psychological Association* (2015), kebersyukuran merupakan rasa terima kasih dan kebahagiaan yang muncul sebagai respon atas pemberian dari orang lain atau peristiwa yang menguntungkan dan merupakan bagian dari pandangan hidup yang menyeluruh serta melibatkan perhatian dan apresiasi terhadap aspek-aspek positif dalam hidup. Kebersyukuran menurut Frizgerald (1998) merupakan emosi atau serangkaian perasaan positif pada individu. Kebersyukuran menurut Howard (dalam Tanjung, 2024) adalah kecenderungan atau kondisi emosional yang membuat seseorang mampu

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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



memberikan respon positif terhadap kebaikan yang diterima dari orang lain, alam, atau momen kebahagiaan yang damai. Ibnu Qayyim (dalam Rusdi, 2016) mendefinisikan kebersyukuran sebagai pengungkapan nikmat Allah dengan lisan seorang hamba serta hati seorang hamba dengan kesaksian dan cinta, dan dengan anggota tubuh dalam menerima dan taat.

Kebersyukuran dapat membantu individu agar lebih fokus terhadap hal positif pada hidupnya serta menerima tubuhnya sebagaimana adanya kebersyukuran dapat berfungsi sebagai pelindung terhadap gejala *body dysmorphic disorder* (Padmi & Susilarini, 2023). Watkins, dkk (2003) menjelaskan individu yang bersyukur akan cenderung menunjukkan perilaku positif dengan mengungkapkan penghargaan dan perasaan positif yang dirasakan. Kebersyukuran pada individu dapat berkontribusi dalam meningkatkan kontrol terhadap lingkungannya, memiliki tujuan hidup serta dapat menerima dirinya (Listiyandani, dkk., 2015). Sedangkan individu yang tidak mampu mengembangkan rasa syukur tidak mampu menerima dirinya, sulit dalam mengelola emosi negatif seperti takut, sedih ataupun cemas (Adriani, dkk., 2021).

Hubungan kebersyukuran dan gejala *body dysmorphic disorder* telah dikaitkan di beberapa penelitian sebelumnya. Beberapa penelitian seperti Adriani, dkk (2021) menemukan adanya hubungan yang negatif serta signifikan antara gejala *body dysmorphic disorder* pada wanita dewasa awal dengan kebersyukuran. Dalam penelitiannya, ditemukan jika kebersyukuran makin meningkat maka semakin turun kemungkinan gejala *body dysmorphic disorder*. Sebaliknya, risiko individu merasakan gejala *body dysmorphic disorder* akan meningkat jika kebersyukuran makin rendah.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Padmi dan Susilarini (2023) juga mendukung temuan tersebut, bahwa kebersyukuran berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap gejala *body dysmorphic disorder* pada remaja. Kebersyukuran tersebut diketahui dapat membantu remaja dalam menerima diri serta hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang lebih bersyukur memiliki tingkat gejala *body dysmorphic disorder* yang lebih rendah. Penelitian Sari (2020), juga memperkuat hasil tersebut yang menemukan korelasi negatif antara kebersyukuran dan gejala *body dysmorphic disorder*, yang mana individu dengan tingkat kebersyukuran yang tinggi memiliki gejala *body dysmorphic disorder* yang rendah, dan sebaliknya.

Berdasarkan beberapa temuan penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kebersyukuran membantu individu menerima diri dan mengurangi obsesi terhadap ketidaksempurnaan tubuh, sehingga kebersyukuran dapat menjadi faktor pelindung dari gejala *body dysmorphic disorder*.

Sementara itu, *self-compassion* atau welas asih pada diri sendiri juga dapat berperan terhadap gejala *body dysmorphic disorder* (Leviani dan Triatri, 2021; Fatmala & Rinaldi, 2021; Allen, dkk 2020). *Self-compassion* merupakan kemampuan pada individu untuk berlaku baik terhadap diri sendiri, memahami bahwa kegagalan adalah bagian dari pengalaman manusia, dan menerima kekurangan tanpa menghakimi diri sendiri (Neff, 2003). *Self-compassion* menjadikan individu lebih menyayangi dirinya sendiri, lebih memperhatikan dirinya, dan lebih mampu menerima semua keadaan yang ada (Repi, 2019).

Individu dengan *self-compassion* yang baik cenderung menunjukkan sikap menerima keadaan dirinya tanpa menghakimi kekurangannya (Allen, dkk., 2020).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *self-compassion* yang baik dapat melindungi individu dari gejala *body dysmorphic disorder*. Penelitian Leviani dan Tiatri (2021) menemukan ada hubungan negatif yang signifikan antara *self-compassion* dan gejala *body dysmorphic disorder* pada individu dewasa awal. Hasil tersebut ini menyatakan bahwa individu dengan tingkat *self-compassion* yang lebih tinggi cenderung rendah memiliki gejala *body dysmorphic disorder*, karena *self-compassion* dapat membantu individu agar lebih menerima tubuhnya tanpa menghakimi atau membandingkannya dengan standar kecantikan yang tidak realistis.

Penelitian yang dilaksanakan oleh Fatmala dan Rinaldi (2021) menunjukkan bahwa *self-compassion* berperan dalam menurunkan gejala *body dysmorphic disorder* pada remaja perempuan. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa remaja dengan tingkat *self-compassion* yang lebih tinggi cenderung mengalami gejala *body dysmorphic disorder* yang lebih rendah. Bukti ini sejalan dengan hasil studi Allen, dkk (2020), yang juga menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara *self-compassion* dan gejala *body dysmorphic disorder*. Individu dengan *self-compassion* yang baik umumnya lebih mampu menerima diri, mengelola kecemasan terkait penampilan, dan bersikap lebih welas asih terhadap kekurangan diri, sehingga berpotensi menunjukkan tingkat gejala *body dysmorphic disorder* yang lebih rendah.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

Penelitian yang mengkaji hubungan antara kebersyukuran dan *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder* masih terbatas, terutama pada perempuan dewasa awal. Kelompok ini dipilih sebagai fokus penelitian karena berada pada masa transisi yang penuh dengan tuntutan sosial dan tekanan dari lingkungan. Perempuan pada usia ini banyak yang aktif menggunakan media sosial, di mana konten-konten kecantikan sering kali muncul di media sosial. Hal ini membuat mereka lebih terekspos pada standar kecantikan yang sulit dicapai, sehingga meningkatkan risiko ketidakpuasan terhadap tubuh mereka. Maka sebab itu, peneliti tertarik dalam meneliti hubungan antara kebersyukuran dan *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan masalah penelitian ini adalah: Apakah terdapat hubungan antara kebersyukuran dan *self-compassion* dengan gejala *body dysmorphic disorder*?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kebersyukuran dan *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder*.

D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang mengkaji gejala *body dysmorphic disorder*, keaslian penelitian ini terletak pada perbedaan kriteria subjek, kedudukan variabel atau metode analisis yang digunakan. Terdapat beberapa penelitian yang membahas tentang variabel yang digunakan, sebagai berikut:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. Penelitian Sari (2020) berjudul “Hubungan antara kebersyukuran dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*”, menemukan bahwa individu dengan kebersyukuran tinggi cenderung menerima kelebihan dan kekurangan diri, sehingga dapat mencegah munculnya gejala *body dysmorphic disorder*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan dari segi metode dan variabel, namun berbeda pada alat ukur, Sari menggunakan skala Widiyastari yang merujuk pada Watkins (2003), sedangkan penelitian ini memakai skala Listiyandini (2015) yang menggabungkan aspek Watkins (2003) dan Fitzgerald (1998), serta karakteristik subjek, di mana Sari melibatkan laki-laki dan perempuan, sementara penelitian ini hanya fokus pada perempuan.
2. Penelitian Adriani, dkk (2021) dalam penelitiannya yang berjudul “Kebersyukuran terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal” menemukan bahwa semakin tinggi kebersyukuran, semakin rendah kecenderungan munculnya gejala *body dysmorphic disorder*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan dari segi metode dan fokus pada perempuan dewasa awal, namun berbeda pada lokasi, Adriani, dkk meneliti di Kota Banjarmasin, sedangkan penelitian ini di Kota Pekanbaru, serta kriteria subjek, di mana penelitian ini hanya melibatkan perempuan dewasa awal yang juga aktif menggunakan media sosial.
3. Padmi dan Suliarini (2023) dalam penelitiannya berjudul “Hubungan antara kebersyukuran dan kepercayaan diri dengan kecenderungan *body*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

dysmorphic disorder pada siswa kelas X di SMK Tirta Sari Surya” menemukan adanya hubungan negatif signifikan antara kebersyukuran dan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan dari segi metode, namun berbeda pada subjek, alat ukur, dan lokasi. Padmi dan Suliarini meneliti siswa SMK laki-laki dan perempuan, sedangkan penelitian ini hanya melibatkan perempuan usia 18–25 tahun. Skala kebersyukuran yang digunakan Padmi dan Suliarini merujuk pada teori Watkins (2003), sementara penelitian ini memakai skala Listiyandini (2015) yang menggabungkan aspek Watkins (2003) dan Fitzgerald (1998). Untuk gejala *body dysmorphic disorder*, penelitian sebelumnya mengacu pada teori Rosen dan Raiter (1996), sedangkan penelitian ini menggunakan *Body Dysmorphic Disorder Symptom Scale* berdasarkan Wilhelm (2016).

4. Leviani dan Triatri (2020) dalam penelitian berjudul “*Relationship between Self-Compassion and body Dysmorphic Symptoms in Early Adulthood*” menemukan hubungan negatif antara *self-compassion* dan gejala *body dysmorphic disorder*, artinya semakin tinggi *self-compassion*, semakin rendah gejala yang dialami. Penelitian ini relevan dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama menggunakan teori Neff (2003) dan pendekatan metodologis serupa. Perbedaannya terletak pada karakteristik responden, penelitian Leviani dan Triatri melibatkan laki-laki dan perempuan usia 18–19 tahun, sedangkan penelitian ini hanya melibatkan perempuan dewasa awal usia 18–25 tahun.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. Fatmala dan Rinaldi (2021) dalam penelitian berjudul “Benarkah self-compassion dapat mengurangi gejala *body dysmorphic disorder*?” menemukan korelasi negatif signifikan antara *self-compassion* dan gejala *body dysmorphic disorder*, artinya semakin tinggi *self-compassion*, semakin rendah gejala yang dialami. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama menggunakan teori Neff (2003). Perbedaannya terletak pada subjek dan lokasi, penelitian Fatmala dan Rinaldi melibatkan perempuan usia 12–18 tahun di Indonesia, sedangkan penelitian yang akan dilakukan hanya melibatkan perempuan dewasa awal usia 18–25 tahun di Kota Pekanbaru.
6. Allen, dkk (2020) dalam penelitiannya “*Exploring the relationship between self-compassion and body dysmorphic symptoms in adolescents*” menemukan bahwa siswa dengan *self-compassion* tinggi cenderung memiliki gejala *body dysmorphic disorder* rendah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan dari segi teori Neff (2003) dan pendekatan metodologis, namun berbeda pada instrumen Allen menggunakan SCS-SF, sedangkan penelitian ini menggunakan *Self-Compassion Scale* versi bahasa Indonesia (Sugianto, dkk, 2020) lokasi penelitian juga tidak sama, Alen di Australia sedangkan penelitian ini di Indonesia, serta pada karakteristik subjek, di mana penelitian Allen melibatkan siswa 11–17 tahun kedua jenis kelamin, sedangkan penelitian ini hanya perempuan dewasa awal 18–25 tahun.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

Meskipun banyak penelitian membahas gejala *body dysmorphic disorder*, studi yang fokus pada perempuan dewasa awal masih terbatas. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian terdahulu dari segi subjek, metode, dan teori yang digunakan, namun penelitian ini juga berbeda dalam hal lokasi penelitian, alat ukur yang digunakan, serta jumlah variabel yang diteliti.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan menambah kontribusi ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, khususnya psikologi positif, kesehatan mental, dan psikologi perkembangan, serta memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai peran kebersyukuran dan *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal.

2. Manfaat Praktis

- a. Perempuan dewasa awal diharapkan mendapatkan wawasan dan pengetahuan baru mengenai bahaya gejala *body dysmorphic disorder* dari penelitian ini.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan sebagai acuan dalam intervensi psikologi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji lebih lanjut terkait hubungan kebersyukuran dan *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder* terhadap kesehatan.

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

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

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

1. Definisi

Body Dismorphic Disorder adalah gangguan yang dialami individu, sehingga membuat individu disibukkan oleh satu atau lebih kekurangan yang dirasakan dalam penampilan fisik yang tidak dapat diamati atau tampak bagi orang lain, perilaku ini sering menyebabkan kecemasan sosial dan penghindaran (APA, 2013). Phillips (2009) menyatakan *body dysmorphic disorder* adalah gangguan yang terjadi pada individu sehingga membuat individu terlarut dalam memikirkan penampilannya yang dinilai kurang dan membuat individu merasa khawatir serta tidak nyaman secara berlebihan. Kaleeny dan Janis (2024) mendefinisikan *body dysmorphic disorder* sebagai gangguan pada individu yang berpengaruh signifikan pada psikologis dan fungsi sosial individu yang ditandai dengan kekhawatiran yang obsesif pada kekurangan penampilan fisik yang dirasakannya.

Individu dengan *body dysmorphic disorder* sering kali fokus dan memikirkannya secara berlebihan pada satu atau lebih akan kekurangan dirinya yang diabaikan orang lain. Individu dengan *body dysmorphic disorder* juga sering merasa khawatir dan terobsesi akan penampilannya dapat mengganggu kehidupannya, sehingga membuat individu tersebut merasa menderita hanya karena salah satu atau lebih akan kekurangan dirinya (Phillips, 2009). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi ke V (2013) menjelaskan bahwa individu dengan *body dysmorphic disorder* sering kali disibukkan dengan

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Gejala *Body Dysmorphic Disorder*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

kekhawatiran pada salah satu kekurangan yang dirasakan dengan penampilan fisik yang percaya tidak menarik atau cacat.

Wilhelm, dkk (2016) menjelaskan bahwa gejala *body dysmorphic disorder* atau *body dysmorphic symptom* adalah sejauh mana *body dysmorphic disorder* dikembangkan dan dipertahankan melalui penguatan perilaku maladaptif. Faridhillah (2022) menjelaskan bahwa gejala *body dysmorphic disorder* terjadi saat individu berperilaku mengarah kepada gejala umum *body dysmorphic disorder*. Ganecwari dan Wilani (2019) menyebutkan gejala *body dysmorphic disorder* merupakan perilaku individu mengarah kepada *body dysmorphic disorder*, namun hal tersebut masih pada tingkat yang ringan meskipun individu tetap merasa tidak nyaman akan kekurangan yang dimiliki. Annisyah dan Susilarini (2022), menyatakan jika individu hanya memiliki indikasi yang cenderung kepada *body dysmorphic disorder*, maka dapat dianggap memiliki gejala *body dysmorphic disorder*. Namun yang memiliki hak menyatakan individu menderita *body dysmorphic disorder* adalah seorang psikolog atau psikiater, agar dapat menerima penanganan yang tepat.

Dari paparan definisi tersebut, maka dapat dipahami bahwa gejala *body dysmorphic disorder* merupakan perilaku individu yang menunjukkan ketidakpuasan atau perhatian berlebihan terhadap fisik atau penampilan yang dirasa kurang, yang muncul melalui penguatan perilaku maladaptif.

2. Gejala *Body Dysmorphic Disorder*

Wilhelm, dkk (2016) menjelaskan terdapat tujuh gejala *body dysmorphic disorder*, antara lain:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. *Checking*

Individu dengan *body dysmorphic disorder* sering kali disibukkan dengan memeriksa keadaan fisik yang diyakini kurang. Pemeriksaan ini dilakukan individu karena khawatir akan penampilan fisik diri dan berlangsung berulang kali.

2. *Grooming*

Terdapat obsesi pada individu dengan gejala tersebut untuk melakukan perawatan yang berlebihan terhadap fisiknya. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi ke 5 (APA, 2013) menyatakan individu dengan gangguan ini sering kali melakukan dandan yang berlebihan untuk menutupi fisik yang diyakini kurang atau cacat.

3. *Weight/Shape*

Individu dengan *body dysmorphic disorder* akan menunjukkan fokus yang berlebihan pada berat badan atau bentuk badan yang menyebabkan kekhawatiran yang berlebihan.

4. *Picking/Plucking*

Individu dengan *body dysmorphic disorder* sering kali mengopek kulit dan mencabut rambut yang dirasa tidak sempurna, sehingga sering kali hal tersebut menyebabkan kerusakan pada kulit dan rambut.

5. *Avoidance*

Individu dengan *body dysmorphic disorder* cenderung menghindari dari perkumpulan sosial karena merasa dirinya tak sempurna atau cacat pada salah satu atau lebih anggota 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.

6. *Surgical/Dermatological*

Individu dengan *body dysmorphic disorder* akan melakukan proses dermatologi untuk mengubah bentuk fisik yang diyakini kurang, dimana hal tersebut dapat memperburuk kondisi *Body dysmorphic disorder*.

7. *Cognitions*

Sering kali individu dengan gejala ini memunculkan pemikiran yang tidak sehat akan penampilan diri, sehingga hal tersebut dapat menyebabkan kekhawatiran berlebihan akan penampilan yang dapat mengganggu kesehariannya.

3. Faktor yang Memengaruhi Gejala *Body Dysmorphic Disorder*

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi gejala *body dysmorphic disorder* pada individu yang telah didapat oleh penelitian-penelitian terdahulu. Secara garis besar faktor yang dapat memengaruhi *body dysmorphic disorder* pada individu terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal, sebagai berikut:

a. Faktor Internal

1) *Self-esteem*

Self-esteem atau harga diri merupakan cara individu menilai dan menghargai dirinya sendiri, yang dapat memengaruhi munculnya gejala *body dysmorphic disorder*. Penelitian Rahma (2021) menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self-esteem* dan gejala *body dysmorphic disorder*, artinya semakin tinggi tingkat *self-esteem*, semakin rendah gejala yang dialami individu.

2) *Self-acceptance*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

Self-acceptance merupakan individu yang mampu menilai diri sendiri secara objektif dan menerima segala sesuatu yang ada di dalam diri, termasuk kelebihan dan kekurangannya. Salah satu faktor pemicu terjadinya gejala *body dysmorphic disorder* dapat disebabkan oleh *self-acceptance* rendah (Maryatni, 2023).

3) *Self-compassion*

Individu dengan *self-compassion* yang tinggi cenderung menunjukkan kemampuan untuk menerima ketidaksempurnaan diri, tidak menghakimi diri atas kegagalan ataupun kekurangan, dan meyakini bahwa kegagalan merupakan hal yang wajar terjadi (Neff, 2003). Hal ini menyebabkan individu lebih mampu mengelola kecemasan dan obsesi berlebihan terhadap penampilan, sehingga gejala *body dysmorphic disorder* cenderung lebih rendah (Leviani & Triatri, 2021; Fatmala & Rinaldi, 2021; Allen, dkk, 2020).

4) Kebersyukuran

Individu yang memiliki kebersyukuran akan menghargai setiap kejadian dalam kehidupan dan menunjukkan penghargaan terhadap setiap hal yang diterima (Watkins, dkk., 2023) serta merasakan kebahagiaan dan berterima kasih atas hal yang diperoleh baik itu dari Tuhan, manusia, makhluk lain ataupun alam semesta (Listiyandini, dkk., 2015). Penelitian - penelitian terdahulu (Rachmadani, dkk., 2019; Adriani, dkk., 2021; Padmi & Susilarini, 2023) menemukan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

bahwa semakin tinggi kebersyukuran pada individu, maka akan semakin rendah gejala *body dysmorphic disorder* nya.

b. Faktor Eksternal

1) Sosial dan Budaya

Pandangan sosial dan budaya mengenai standar kecantikan dapat berkontribusi pada munculnya gejala *body dysmorphic disorder* pada individu. APA (2013) menjelaskan bahwa lingkungan sosial memiliki peran dalam memengaruhi timbulnya gejala *body dysmorphic disorder*. Selain itu, Veale dan Neziroglu (dalam Santoso, dkk., 2020) juga mengemukakan bahwa budaya dengan tuntutan standar penampilan yang tinggi dapat menyebabkan gejala *body dysmorphic disorder* pada individu.

2) Media Sosial

Media sosial yang merupakan *platform* yang digunakan dalam berkomunikasi, berbagi konten visual seperti foto dan video yang terkadang menampilkan standar kecantikan yang tidak biasa. Individu yang terpapar media sosial rentan merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya (Sari, 2020), sehingga berkemungkinan mengembangkan gejala *body dysmorphic disorder*.

Dari beberapa faktor yang telah dipaparkan, peneliti akan fokus pada faktor internal yang dapat memengaruhi *body dysmorphic disorder* yaitu, kebersyukuran dan *self-compassion*.

B. Kebersyukuran

1. Definisi

Kebersyukuran memiliki dua definisi dari dua perspektif, yakni perspektif barat dan islam (Tanjung, 2024). Dalam perspektif barat kebersyukuran dikenal dengan *gratitude*, yang berasal dari suku kata bahasa latin yakni, *gratia* (bantuan) dan *gratus* (menyenangkan) (Lopez & Snyder, 2003). Seligman (2002) menyatakan kebersyukuran sebagai ungkapan emosi positif seperti kebahagiaan serta rasa terima kasih atas segala hal positif yang telah diterima. Menurut Frizgerald (1998), kebersyukuran adalah perasaan atau rangkaian emosi menyenangkan yang dialami oleh individu. Watkins, dkk (2003), menjelaskan bahwa kebersyukuran merupakan suatu sikap menghargai setiap kejadian dalam kehidupan dan menunjukkan penghargaan terhadap setiap hal yang diterima. Listiyandini, dkk (2015) menjelaskan kebersyukuran adalah rasa bahagia, apresiasi, serta dan terima kasih atas hal yang diperoleh dalam hidup, baik dari Tuhan, manusia, makhluk lain, ataupun alam semesta. Kebersyukuran dapat ditujukan baik secara transpersonal ataupun interpersonal (Lopez & Snyder, 2003). Menurut McCullough, dkk (2002), kebersyukuran merupakan emosi atau suasana hati positif untuk mengakui dan bereaksi terhadap hasil baik yang telah dicapai.

Kebersyukuran dalam perspektif islam telah banyak disebutkan dalam dalil Al-Qur'an ataupun Hadis (Rusdi, 2016). Kebersyukuran berasal dari kata data syukur yang berasal dari kata "*syakara*" yang memiliki arti pujian atas kebaikan terhadap suatu hal (Afandi, dkk., 2021). Mahfud (2014) menjelaskan kata syukur menurut istilah merupakan pengakuan atas nikmat yang diberikan Allah Subhanahu Wa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

Ta'ala yang disertai dengan ketundukan terhadap Nya serta menggunakan nikmat yang diberikan untuk melaksanakan tuntutan dan kehendak Allah Subhanahu Wa Ta'ala.

Dari beberapa paparan definisi kebersyukuran, dapat dikatakan bahwa kebersyukuran merupakan rasa kagum, ungkapan terima kasih, dan penghargaan terhadap hal baik yang menyenangkan baik bersifat transpersonal maupun interpersonal.

2. Aspek

Fitzgerald (1998) menjelaskan kebersyukuran memiliki tiga aspek, yaitu:

1. Rasa penghargaan yang hangat terhadap seseorang atau sesuatu

Rasa penghargaan yang hangat terhadap seseorang ataupun sesuatu merupakan sikap yang dilakukan individu dalam kehidupannya. Individu dengan aspek ini mempunyai kecondongan untuk menghargai dan mengapresiasi seseorang yang berkontribusi pada dirinya serta menghargai dan mengapresiasi hal-hal sederhana dalam kehidupannya (Scarvanovi & Priyatama, 2023).

2. Keinginan atau niat baik terhadap seseorang atau sesuatu

Rasa penghargaan yang hangat terhadap seseorang atau sesuatu merupakan sikap yang dilakukan individu dalam kehidupannya. Individu dengan aspek ini mempunyai kecondongan untuk menghargai dan mengapresiasi seseorang yang berkontribusi pada dirinya serta menghargai dan mengapresiasi hal-hal sederhana dalam kehidupannya (Scarvanovi & Priyatama, 2023).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

3. Kecenderungan untuk bertindak positif sebagai hasil dari penghargaan dan niat baik seseorang.

Selanjutnya individu dengan keinginan atau niat baik terhadap seseorang atau sesuatu cenderung membantu orang dalam keadaan sulit serta dapat berbagi terhadap sesama. Terakhir individu dengan aspek kecenderungan untuk bertindak positif sebagai hasil dari penghargaan dan niat baik seseorang adalah individu yang condong memiliki keinginan dalam memberikan hal positif atas terima kasih kepada orang lain atau membalas kebaikan yang orang lain berikan kepadanya, atau meliputi rasa kehendak baik maupun rasa menolong orang lain (Putra, 2019).

Sementara itu, Watkins, dkk (2003) mengemukakan keberyukuran ditunjukan dengan individu yang memiliki beberapa aspek, seperti:

1. Tidak merasa kekurangan akan hal yang dimiliki dalam hidupnya.
2. Menghargai dan mengapresiasi kontribusi pihak lain terhadap kesejahteraannya.
3. Memiliki kecenderungan untuk menghargai kesenangan yang sederhana (*simple pleasure*), seperti kebahagiaan yang di dapati dalam keseharian.
4. Menyadari dan mengakui pentingnya mengekspresikan rasa syukur

Listiyandini, dkk (2015) mengembangkan skala kebersyukuran karena skala kebersyukuran yang berasal dari barat belum mencerminkan aspek ketuhanan yang relevan dengan konteks budaya Indonesia. Selain itu, Listiyandini, dkk (2015) juga menyatakan belum terdapat skala kebersyukuran berbahasa Indonesia dengan standar psikometri yang baik. Oleh karena itu Listiyandini, dkk (2015)

mengembangkan skala yang valid, reliabel, dan sesuai dengan nilai budaya lokal untuk mendukung asesmen dan intervensi dalam bidang psikologi positif. Listiyandini, dkk (2015) menjelaskan terdapat tiga aspek kebersyukuran yang dirangkum atas gabungan teori Frizgerald (1998) dengan teori Watkins (2003), sebagai berikut:

1. Memiliki rasa apresiasi.

Aspek ini berdasar pada aspek pertama yang dikemukakan oleh Fitzgerald (1998), yakni perasaan hangat dalam mengapresiasi seseorang atau sesuatu. Pemahaman ini diperjelas oleh Watkins (2003) melalui dua karakteristik individu yang bersyukur, yakni cenderung untuk menghargai kontribusi orang lain terhadap kesejahteraannya serta kemampuan untuk menikmati kesenangan sederhana dalam hidup.

2. Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki.

Aspek ini merujuk pada karakteristik orang bersyukur menurut Watkins, dkk (2003), yaitu tidak mengalami perasaan kekurangan dalam hidup atau, dengan kata lain, memiliki *sense of abundance*. Individu yang memiliki aspek ini cenderung merasakan emosi positif dalam dirinya, merasa cukup atas apa yang telah dimilikinya, serta puas akan kehidupan yang dijalannya.

3. Kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi atas perasaan dan apresiasi atas hal yang dimiliki.

Aspek ini merupakan gabungan aspek kedua dan ketiga dari teori Fitzgerald (1998), yakni aspek kedua berkaitan dengan adanya kehendak baik terhadap seseorang atau sesuatu, sedangkan aspek ketiga mencerminkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

kecenderungan dalam bertindak yang didasarkan pada apresiasi dan kehendak baik tersebut. Kedua aspek ini sejalan dengan karakteristik terakhir individu yang bersyukur menurut Watkins dkk. (2003), yakni kesadaran akan pentingnya mengekspresikan rasa syukur. Dengan demikian, bersyukur tidak hanya melibatkan perasaan apresiasi terhadap apa yang dimiliki, tetapi juga mencakup tindakan nyata dalam mengekspresikan apresiasi dan kehendak baik kepada orang lain atau lingkungan sekitar.

C. Self-Compassion

1. Definisi

Self-compassion terhadap diri berarti merayakan dan menikmati hidupnya yang berjalan baik, serta bersikap baik dan memaafkan diri saat hidup terasa sulit (Desmod, 2017). Sementara itu Neff (2003; 2011; 2017; 2023) menjelaskan *self-compassion* merupakan welas asih pada diri sendiri, berlaku baik pada diri, memaafkan diri saat kesulitan, dan mencintai diri sendiri. Neff (2017) menjelaskan bahwa individu dengan *self-compassion* melibatkan keterbukaan pada diri sendiri, memberikan perhatian pada dirinya, tidak menghindar dari suatu masalah, tidak menghakimi rasa bersalah, karena individu tersebut melihatnya sebagai bagian dari pengalaman hidup. Dapat dikatakan bahwa *self-compassion* merupakan bersikap baik pada diri sendiri, serta menerima dan memaafkan kekurangan, serta kesalahan diri tanpa menghakimi diri secara berlebihan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. Aspek

Terdapat enam aspek pada *self-compassion* yang dijelaskan oleh Neff (2023) dan saling berinteraksi dalam suatu sistem dinamis, sebagai berikut:

1. *Self-kindness* vs. *Self-judgment*

Individu dengan *self-compassion* akan menunjukkan *self-kindness* yang tinggi dan *self-judgment* yang rendah. *Self-kindness* adalah sikap individu dalam memberikan kebaikan yang besar serta pengertian terhadap dirinya tanpa mengakimi, mengkritik atau membenci diri (Oktaviani, 2021). Sebaliknya individu yang tidak baik hati pada dirinya akan memandang negatif serta menghakimi, mengkritik atau membenci diri yang disebut dengan *self-judgment* (Sari & Prasetyaningrum, 2022).

2. *Common humanity* vs. *Isolation*

Perasaan *common humanity* akan ada pada individu dengan *self-compassion*, jika *common humanity* tinggi dan maka rendah *isolation* pada dirinya. *Common humanity* merupakan sikap individu yang sadar bahwa kegagalan atau ketidakmampuan merupakan hal biasa yang dialami oleh manusia dalam hidupnya (Harahap, 2021). Sebaliknya *isolation* merupakan sikap individu yang larut dalam kegagalan, penderitaan, dan merasa bahwa dirinya seorang yang gagal dan menderita (Sugianto, dkk., 2020).

3. *Mindfulness* vs. *Overidentification*

Mindfulness pada individu dengan *self-compassion* lebih tinggi dari *overidentification*. Harahap (2021) menjelaskan *mindfulness* merupakan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

sikap individu yang menerima setiap keadaan dengan wajar dan melihat sesuatu apa adanya serta tidak melebih-lebihkan sesuatu yang terjadi. Disisi lain *overidentification* merupakan sikap individu yang membesar-besarkan masalah yang dialaminya serta fokus yang berlebihan pada kekurangan dirinya (Sari & Prasetyaningrum, 2022).

D. Kerangka Berpikir

Perempuan dewasa awal yang memiliki gejala *body dysmorphic disorder* akan mengalami beberapa keadaan yang dapat mengganggu dirinya, seperti disibukkan dengan memeriksa keadaan tubuhnya yang diyakini tidak sempurna, memiliki obsesi yang berlebihan untuk menutupi kondisi tubuhnya yang dirasa kurang seperti dengan berdandan secara berlebihan, berfokus pada bentuk serta berat badannya, mengopek kulit serta mencabut rambut yang diyakini tidak sempurna, menghindari perkumpulan sosial karena malu akan tubuhnya, melakukan proses dermatologi untuk merubah tubuhnya, dan sering kali memiliki pemikiran yang tidak sehat akan bentuk tubuhnya (Wilhelm, dkk., 2016).

Bagian tubuh yang paling sering dianggap perempuan tidak sempurna biasanya pada warna kulit, hidung dan rambut (Minty & Minty, 2020). Perempuan memiliki kecenderungan pada gejala *body dysmorphic disorder* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, karena perempuan memiliki keinginan yang lebih besar dalam menampilkan penampilan yang baik dari pada laki-laki (Yuliana, dkk., 2023).

Keadaan tersebut dapat dikurangi dengan mengembangkan faktor pelindung pada diri individu, seperti dengan kebersyukuran dan *self-compassion*. Kedua faktor tersebut dapat melindungi individu dari gejala *body dysmorphic disorder*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

yang telah dibuktikan oleh penelitian terdahulu. Listiyandini, dkk (2015) menjelaskan individu yang bersyukur akan menunjukkan rasa apresiasi terhadap hal yang dimiliki dalam hidupnya, baik dari Tuhan, manusia, ataupun hal lainnya, memiliki perasaan positif akan kehidupan yang dimilliki, dan kecenderungan bertindak positif sebagai bentuk apresiasi atas hal yang dimiliki dalam hidup.

Individu dengan kebersyukuran memiliki rasa apresiasi pada hal yang dimiliki, seperti dengan menerima keadaan fisik yang tidak sempurna atau kekurangan yang dimiliki. Sikap tersebut dapat mengurangi gejala *body dysmorphic disorder*, karena akan membuat individu lebih menerima segala hal yang dimiliki dan hal yang terjadi padanya, sehingga hal tersebut dapat melindungi individu dari gejala *body dysmorphic disorder*, seperti dengan tidak terlalu disibukkan karena pengecekan akan penampilannya (Sari, 2020).

Self-compassion juga dapat melindungi individu dari gejala *body dysmorphic disorder*. Individu dengan *self-compassion* akan berbaik hati pada diri tanpa menghakimi diri, meyakini kegagalan atau kekurangan adalah hal biasa yang terjadi, dan dapat menerima setiap keadaan dengan wajar tanpa dilebih-lebihkan (Neff, 2003). Berbaik hati pada diri tanpa menghakimi diri dapat mengurangi gejala *body dysmorphic disorder*, sebab dengan menyayangi diri akan membuat individu untuk tidak meghakimi atau membenci dirinya atas kekurangan dan ketidak sempurnaan diri, sehingga individu tidak memiliki cemas yang berlebihan akan berbaik hati pada diri tanpa menghakimi berat maupun bentuk fisik.

Individu dengan *self-compassion* juga sadar akan kegagalan atau kekurangan adalah hal yang biasa terjadi pada manusia, sehingga individu tidak menyalahkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

dan larut dalam kegagalannya (Neff, 2003). Sikap tersebut dapat mengurangi terjadinya penghindaran sosial karena merasa dirinya cacat dipandangan orang lain. Terakhir, sikap individu yang menerima setiap keadaan dengan tidak melebihi-lebihkan juga dapat membantu individu agar tidak terlalu khawatir akan kekurangan diri (Neff, 2003), sehingga dapat melindungi individu dari melakukan proses dermatologi untuk mengubah bentuk yang diyakini tidak sempurna.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka kebersyukuran dan *self-compassion* dapat berfungsi sebagai faktor pelindung yang dapat memengaruhi gejala *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal. Dimana semakin tinggi kebersyukuran yang ditunjukkan dengan perasaan penghargaan akan keadaan fisik yang tidak sempurna, serta *self-compassion* yang ditunjukkan dengan sikap baik dalam menerima diri, menyayangi diri tanpa menghakimi dan membenci diri atas kekurangan dan kegagalan yang dimiliki. Kedua faktor tersebut dapat membantu individu dalam menerima keadaan diri, sehingga melindungi individu dari gejala akan gejala *body dysmorphic disorder*.

Kebersyukuran dan *self-compassion* akan membantu individu dalam menerima keadaan diri, khususnya pada perempuan dewasa awal, sebab pada masa ini perempuan dewasa awal sering dipaparkan akan standar kecantikan yang berisiko untuk tidak menerima diri bahkan sampai merubah penampilan diri. Oleh karena itu kebersyukuran dan *self-compassion* sebaiknya dikembangkan pada perempuan dewasa awal, sehingga dapat membantu dalam menerima serta menghargai diri dan terhindar dari kecemasan akan kekurangan diri akibat paparan standar kecantikan yang tidak realistis.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

E. Hipotesis

Dari paparan kerangka berpikir yang telah dijelaskan maka, terdapat beberapa hipotesis yang diajukan peneliti, sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara kebersyukuran terhadap gejala *body dysmorphic disorder*.
2. Terdapat hubungan antara *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder*.
3. Terdapat hubungan antara kebersyukuran dan *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder*.

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

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kebersyukuran (X_1) dan *self-compassion* (X_2) dengan gejala *body dysmorphic disorder* (Y) pada perempuan dewasa awal. Penelitian kuantitatif korelasional bertujuan untuk melihat hubungan keterikatan antarvariabel, baik yang bergerak searah maupun yang berlawanan arah (Hasbi, dkk., 2023).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian melibatkan tiga variabel, yaitu dua variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y). Variabel bebas atau independen adalah variabel yang memengaruhi dan menyebabkan perubahan pada variabel terikat. Sebaliknya, variabel terikat atau dependen merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas, sehingga nilainya merupakan akibat dari variabel bebas (Sahir, 2021).

Variabel terikat (Y) : Gejala *body dysmorphic disorder*

Variabel bebas 1 (X_1) : Kebersyukuran

Variabel bebas 2 (X_2) : *Self-Compassion*

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah gambaran tentang cara mengukur suatu variabel. Definisi operasional dirumuskan secara khusus oleh peneliti dalam menjelaskan bagaimana variabel dalam penelitian diukur berdasarkan konsep yang digunakan

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

(Pasabiru, dkk., 2013). Definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini dijelaskan sebagai berikut:

1. Gejala *Body Dysmorphic Disorder*

Gejala *body dysmorphic disorder* menggambarkan kondisi ketika perilaku individu mulai menunjukkan tanda-tanda yang mengarah pada gangguan tersebut. Dalam penelitian ini, gejala BDD diukur menggunakan *Body Dysmorphic Disorder Symptom Scale* (BDD-SS) yang dikembangkan oleh Wilhelm, dkk (2016) serta telah diadaptasi oleh Rambey (2024). Instrumen BDD-SS menilai tujuh aspek gejala, yaitu *checking, grooming, weight/shape, picking/plucking, avoidance, surgical/dermatological*, dan *cognitions*. Jumlah skor keseluruhan dari skala ini mencerminkan tingkat keparahan gejala *body dysmorphic disorder* yang dimiliki oleh individu.

2. Kebersyukuran

Kebersyukuran ungkapan terima kasih, dan penghargaan terhadap hal baik yang menyenangkan baik bersifat transpersonal maupun interpersonal. Kebersyukuran akan diukur menggunakan skala yang dikembangkan oleh Listiyandini, dkk (2015). Skala kebersyukuran yang digunakan untuk mengukur tiga aspek dari gabungan teori Frizgerald (1998) dan Watkins, dkk (2003). Listiyandini, dkk (2015) mengembangkan skala kebersyukuran karena skala dari Barat belum mencerminkan aspek ketuhanan serta belum ada skala berbahasa Indonesia yang sesuai dengan budaya lokal dan standar psikometri yang baik. Adapun aspek yang dijelaskan oleh Listiyandini, dkk (2015) yakni, memiliki rasa apresiasi, perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi atas perasaan dan apresiasi atas hal yang dimiliki. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingginya kebersyukuran pada individu begitu juga sebaliknya.

3. *Self-Compassion*

Self-compassion merupakan kemampuan bersikap baik pada diri sendiri, serta menerima dan memaafkan kekurangan, serta kesalahan diri tanpa menghakimi diri secara berlebihan. Pada penelitian ini *self-compassion* akan diukur menggunakan *Self-Compassion Scale* milik Neff (2003) yang telah diadaptasi oleh Sugianto, dkk (2020). *Self-Compassion Scale* mengukur enam aspek yang saling berkaitan dalam satu sistem dinamis *self-compassion* yang dijelaskan oleh Neff (2023) yakni *self-kindness vs. self-judgment*, *common humanity vs. isolation*, dan *mindfulness vs. overidentifikasi*. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingginya *self-compassion* pada individu begitu juga sebaliknya.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Sugiyono (2016) menjelaskan bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek yang memiliki karakteristik dan kualitas tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti. Penelitian ini menggunakan populasi terbatas atau *finite population* yang dimana besaran jumlahnya masih dapat dihitung (Avianti, dkk., 2023). Populasi pada penelitian ini terdiri dari tiga kelompok perempuan dengan usia 15-19 tahun, 20-25 tahun, dan 25-29 tahun. Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Pekanbaru 2024, memublikasikan bahwa kelompok

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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

perempuan berusia 15-19 tahun berjumlah 37.856, kelompok perempuan berusia 20-24 tahun berjumlah 45.999 dan kelompok perempuan berusia 25-29 tahun berjumlah 48.134, sehingga total populasi dalam penelitian ini berjumlah 131.989.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian dari jumlah kualitas dan karakteristik yang berada dalam populasi (Pasabiru, dkk., 2013). Issac dan Michel (dalam Amin, dkk., 2023) menyebutkan bahwa *margin of error* dapat ditoleransi pada rentang 1% hingga 10%. Penelitian ini menggunakan *margin of error* sebesar 7% karena mempertimbangkan keterbatasan waktu, maka jumlah sampel ditentukan dengan *margin of error* (e) sebesar 7% atau 0,07.

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = *Margin of error* (tingkat kesukaran yang diinginkan)

Jumlah populasi penelitian ini sebesar 37.856 untuk usia 15-19 tahun, 45.999 untuk usia 20-24 tahun, dan 48.134 untuk usia 25-29 tahun, sehingga jumlah usia 15-29 tahun perempuan di Pekanbaru berjumlah 131.989, dengan *margin of error* 7%, maka diketahui sampel dalam penelitian ini berjumlah:

$$n = \frac{131.989}{1 + (131.989 \times 0,07^2)}$$

n	131.989
	1 + 646,745
n	131.989
	647,745
n	203,75

Berdasarkan penjumlahan diatas, maka penelitian yang akan dilakukan menggunakan sampel minimal berjumlah 203,75 dan digenapkan menjadi 204 orang.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dalam pemilihan sampelnya. *Purposive sampling* merupakan metode pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Dengan demikian, pemilihan sampel dalam penelitian ini didasarkan pada kriteria khusus yang telah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti. Kriteria sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perempuan dewasa awal yang berusia 18-25 tahun. Penelitian ini memilih perempuan dewasa awal sebagai kriteria karena berdasarkan penelitian terdahulu, perempuan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi mengalami *body dysmorphic disorder* dibandingkan laki-laki. Serta, pada masa dewasa awal individu seharusnya sudah bisa untuk mengenali dan menyesuaikan diri untuk menguasai tugas perkembangan, namun tidak semua individu dewasa awal mampu menerima dirinya dengan baik.
2. Berdomisili di Pekanbaru.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

3. Menggunakan media sosial untuk melihat konten kecantikan. Kriteria ini ditetapkan karena kelompok usia 18–24 tahun merupakan salah satu pengguna media sosial terbesar, dengan perempuan lebih aktif dibandingkan laki-laki. Paparan konten kecantikan di media sosial membentuk standar penampilan ideal dan mendorong perbandingan sosial, sehingga individu lebih rentan melakukan evaluasi berlebihan terhadap penampilan fisik dan merasa tidak memenuhi standar kecantikan yang berlaku, yang berkaitan dengan gejala *body dysmorphic disorder* (Basir, dkk., 2022).

E. Instrumen Penelitian

1. Skala Gejala *Body Dysmorphic Disorder*

Penelitian ini menggunakan *Body Dysmorphic Disorder Symptom Scale* (BDD-SS) yang dikembangkan oleh Wilhelm, dkk (2016) dan telah diadaptasi oleh Rambey (2024). Skala BDD-SS merupakan instrumen yang dapat digunakan untuk memperoleh gambaran awal mengenai *body dysmorphic disorder*. Skala ini bersifat skening dan memerlukan pemeriksaan lanjutan agar hasilnya lebih mendalam. Dengan demikian, BDD-SS efektif untuk mendeteksi gejala awal BDD, namun tidak cukup untuk memberikan diagnosis yang komprehensif tanpa evaluasi tambahan (Rambey, 2024).

Skala ini terdiri dari 44 aitem yang disusun secara *favorable*, dengan tujuan mengukur tujuh gejala utama *body dysmorphic disorder*. Setiap responden diminta untuk menjawab “Ya” atau “Tidak” pada setiap pernyataan, serta memberikan

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.

penilaian tingkat keparahan pada setiap kelompok gejala menggunakan skala 1–10 (1 = tidak ada masalah, 10 = masalah yang sangat parah).

BDD-SS menghasilkan dua jenis skor, yaitu skor total gejala yang dialami dan skor tingkat keparahan. Total BDD-SS keparahan berkisar 0-70 dan BDD-SS dengan total gejala yang didukung sebesar 44-88 (Rambey, 2024). Wilhelm, dkk (2013) merekomendasikan bahwa individu memerlukan perhatian klinis jika memilih tingkat keparahan dengan kategori 5 pada salah satu gejala dari tujuh gejala (*checking, grooming, weight/shape, picking/plucking, avoidance, surgical, cognitions*).

Tabel 3.1
Blueprint Skala Body Dysmorphic Disorder Symptom Scale (BDD-SS)

No	Gejala	Nomor aitem	Total
1	Checking	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7,	7
2	Grooming	8, 9, 10, 11, 12,	5
3	Weight / shape	13, 14,	2
4	Picking / plucking	15, 16,	2
5	Avoidance	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	8
6	Surgical / dermatological	25,	1
7	Cognitions	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44	19

2. Skala Kebersyukuran

Skala kebersyukuran yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang disusun oleh Listiyandini, dkk (2015), yang merupakan gabungan dari teori Frizgerald (1998) dan Watkins, dkk (2003), yakni rasa apresiasi, perasaan positif atas kehidupan yang dimiliki, dan kecenderungan untuk bersikap positif sebagai apresiasi atas hal yang dimiliki. Skala terdiri dari 30 aitem yang berfokus *transpersonal* (20 aitem) dan *interpersonal* (10 aitem) dengan skala model likert dengan 6 poin (1 = sangat tidak sesuai; 2 = tidak sesuai; 3 = agak tidak sesuai; 4 =

agak sesuai; 5 = sesuai; 6 = sangat sesuai) yang terdiri dari aitem *favorabel* dan *unfavorable*, dimana nilai aitem *unfavorable* diberi nilai terbalik agar tetap dapat menilai tingkat kebersyukuran. Skala ini memiliki nilai *alpha cronbach* 0,8887 yang berarti skala ini konsisten dalam mengukur rasa bersyukur.

Tabel 3.2
Blueprint skala kebersyukuran

No	Aspek	Jenis Bersyukur	Aitem <i>favorable</i>	Aitem <i>unfavorable</i>	Total
1	Rasa apresiasi terhadap orang lain maupun pada Tuhan dan kehidupan	<i>Transpersonal</i>	2, 3, 1	11, 5, 29, 12	7
		<i>Intersonal</i>	6, 4	7, 13, 9	5
2	Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	<i>Transpersonal</i>	16, 20	14, 15, 19, 8, 18	7
		<i>Intersonal</i>	-	10	1
3	Kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi atas yang dimilikinya	<i>Transpersonal</i>	23, 26, 17, 21	22, 24	6
		<i>Interpersonal</i>	30	28, 27, 25	4

3. Skala *Self-Compassion*

Skala *self-compassion* yang digunakan dalam penelitian ini dikembangkan oleh Neff (2003) dan telah diterjemahkan serta diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Sugianto, dkk (2020) dengan jumlah 26 aitem, yang dikenal dengan Skala Welas Diri. Skala ini menggunakan model skala likert 5 poin (1= hampir tidak pernah; 2 = sangat jarang; 3 = jarang; 4 sangat sering; 5 = hampir selalu) yang terdiri dari aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* digunakan untuk menilai aspek positif *self-compassion* (*self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*) dan aitem *unfavorable* untuk menilai aspek negatif *self-compassion* (*self-judgment*, *isolation*, dan *overidentification*), namun untuk nilai aitem

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta ini milik UIN Suska Riau

unfavorable diberikan nilai terbalik agar dapat menilai tingkat *self-compassion*. Validitas skala ini ditunjukkan melalui hasil *confirmatory factor analysis* (CFA) yang memiliki tingkat kesesuaian yang baik ($X^2/df = 1.935$; $RMSEA = 0.053$; $GFI = 0.893$; $CFI = 0.910$; dan $TFI = 0.882$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa skala ini memiliki validitas yang baik dalam mengukur tingkat *self-compassion*. Selain itu, reliabilitas skala ini memiliki nilai *alpha cronbach* sebesar $\alpha = 0.872$, yang berarti skala ini mampu mengukur *self-compassion* secara konsisten.

Tabel 3.3
Blueprint skala *self-compassion*

No	Aspek	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Self-kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26		5
2	<i>Self-judgement</i>		1, 8, 11, 16, 21	5
3	<i>Common humanity</i>	3, 7, 10, 14		4
4	<i>Isolation</i>		4, 13, 18, 25	4
5	<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22		4
6	<i>Overidentification</i>		2, 6, 20, 24	4

F. Pertimbangan Kelayakan Etik

Sebelum melakukan uji coba skala, peneliti melakukan kaji etik yang bertujuan memastikan jika penelitian yang diajukan memenuhi standar-standar etika penelitian yang telah ditetapkan agar tidak terjadi resiko yang tidak diharapkan dikemudian hari setelah penelitian selesai. Kaji etik dilakukan di Komisi Etik Penelitian Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Kaji etik dilakukan untuk memastikan bahwa seluruh tahapan penelitian sesuai dengan prinsip dan etika yang berlaku serta meminimalkan risiko yang mungkin timbul di kemudian hari. Berikut merupakan penjabaran prinsip etika yang mendasari pelaksanaan penelitian agar sesuai dengan

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

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

standar yang berlaku. Kaji etik dilakukan di Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tanggal 18 Juli 2025 dan penelitian ini dinyatakan layak etik dengan nomor register 702/Un.04/L.1/TL.01/07/2025.

G. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti melakukan uji coba terhadap alat ukur yang akan digunakan. Menurut Azwar (2020), proses ini penting dilaksanakan dengan tujuan memperoleh nilai daya beda aitem dan diberikan kepada kelompok atau individu yang memiliki karakteristik yang sama dengan subjek penelitian. Uji coba akan dilakukan minimal pada 100 orang subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian yang telah ditetapkan.

1. Reliabilitas

Reliabilitas adalah seberapa konsisten data yang dihasilkan oleh alat ukur yang telah digunakan berkali-kali (Sugiyono, 2016). Dalam menentukan nilai koefisiensi reliabilitas, peneliti menggunakan rumus *cronbach's alpha* dengan bantuan aplikasi SPSS. Koefisiensi reliabilitas bernilai antara 0,00 hingga 1,00 (Anggraini, dkk., 2022).

Hasil uji reliabilitas skala gejala *body dysmorphic disorder* memiliki nilai koefisiensi reliabilitas 0,921, untuk skala kebersyukuran memiliki nilai koefisiensi reliabilitas 0,936, sedangkan skala *self-compassion* memiliki nilai koefisiensi reliabilitas 0,895. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa keseluruhan skala pada penelitian ini memiliki koefisiensi reliabilitas yang tergolong tinggi karena

mendekati 1 dan dapat dikatakan alat ukur tersebut layak digunakan dalam penelitian.

2. Validitas

Validitas alat ukur menunjukkan sejauh mana instrumen mampu mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan validitas isi (*content validity*) untuk menilai kelayakan instrumen. Hendryadi (2017) menjelaskan bahwa validitas isi dilakukan melalui penilaian rasional oleh para ahli atau profesional (*professional judgment*), yakni dosen pembimbing dan narasumber.

3. Indeks Daya Beda Aitem

Indeks daya beda aitem menggambarkan sejauh mana aitem mampu membedakan kelompok yang memiliki atribut yang diukur dengan kelompok yang tidak memiliki atribut yang diukur (Astuti, dkk., 2024). Aitem dianggap memiliki daya beda yang memadai jika koefisiennya berada di atas 0,30, meskipun nilai 0,25 masih dapat diterima (Azwar, 1994). Dalam penelitian ini, seluruh aitem yang digunakan memiliki koefisien daya beda lebih dari 0,30. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 27 for Windows untuk menghitung daya beda setiap aitem.

Skala penelitian diuji cobakan pada 108 perempuan dewasa awal di Kota Pekanbaru yang sesuai dengan kriteria penelitian. Pada skala BDD-SS tersisa 32 aitem dari 44 aitem yang memenuhi nilai 0.30 dengan rentang daya diskriminasi antara 0,307 – 0,724.

Tabel 3. 4

Blueprint Uji Indeks Daya Beda Skala BDD-SS Setelah Uji Coba

Gejala	Nomor aitem		Total
	Valid	Gugur	
<i>Checking</i>	7,	1, 2, 3, 4, 5, 6	7
<i>Grooming</i>	8, 9,	10, 11, 12,	5
<i>Weight / shape</i>	14,	13,	2
<i>Picking / plucking</i>	15, 16,		2
<i>Avoidance</i>	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24		8
<i>Surgical/ dermatological</i>	25,		1
<i>Cognitions</i>	26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44	41	19

Berdasarkan uji coba yang telah dilakukan terdapat aitem yang valid dan gugur, dan peneliti menyusun kembali *blueprint* skala BDD-SS dengan penomoran baru sebagaimana tertera pada tabel 3.5.

Tabel 3. 5

Blueprint Skala BDD-SS Untuk Penelitian

Gejala	Nomor aitem	Total
<i>Checking</i>	1,	1
<i>Grooming</i>	2, 3,	2
<i>Weight / shape</i>	4,	1
<i>Picking / plucking</i>	5, 6,	2
<i>Avoidance</i>	7, 8, 9, 10, 11, 12, 13	7
<i>Surgical / dermatological</i>	14,	1
<i>Cognitions</i>	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32	18

Selanjutnya pada hasil uji coba skala kebersyukuran terdapat 5 aitem yang gugur dari 30 aitem, sehingga tersisa 25 aitem skala yang valid digunakan. Daya diskriminasi aitem valid bergerak dari 0,361 – 0,775. Berikut merupakan *blueprint* skala kebersyukuran setelah uji coba pada tabel 3.6.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

Tabel 3. 6

Blueprint Uji Indeks Daya Beda Skala Kebersyukuran Setelah Uji Coba

Aspek	Jenis Bersyukur	Aitem valid		Aitem gugur		Total
		<i>Favorabl e</i>	<i>Unfavorab le</i>	<i>Favorabl e</i>	<i>Unfavorab le</i>	
Rasa apresiasi terhadap orang lain maupun pada Tuhan dan kehidupan	<i>Transperson al</i>	2, 3, 1	11, 5, 29, 12	-	-	7
	<i>Intersonal</i>	6, 4	7, 13, 9	-	-	5
Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	<i>Transperson al</i>	-	14, 15, 19, 8, 18	16, 20	-	7
	<i>Intersonal</i>	-	10	-	-	1
Kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi atas yang dimilikinya	<i>Transperson al</i>	23, 26, 17,	22,	21	24	6
	<i>Interpersona l</i>	30	28, 27,	-	25	4

Berdasarkan uji coba yang telah dilakukan terdapat aitem yang valid dan gugur, dan peneliti menyusun kembali *blueprint* skala kebersyukuran dengan penomoran baru sebagaimana tertera pada tabel 3.7.

Tabel 3. 7

Blueprint Skala Kebersyukuran Untuk Penelitian

Aspek	Jenis Bersyukur	Aitem <i>favorable</i>	Aitem <i>unfavorable</i>	Total
Rasa apresiasi terhadap orang lain maupun pada Tuhan dan kehidupan	<i>Transpersonal</i>	2, 3, 1	11, 5, 24, 12	7
	<i>Intersonal</i>	6, 4	7, 13, 9	5
Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	<i>Transpersonal</i>	-	14, 15, 18, 8, 17	5
	<i>Intersonal</i>	-	10	1
Kecenderungan untuk bertindak	<i>Transpersonal</i>	20, 21, 16,	19,	4
	<i>Interpersonal</i>	25	23, 22,	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, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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.

positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi atas yang dimilikinya

Pada hasil uji coba skala *self-compassion*, dari 26 aitem yang diujicobakan tidak terdapat aitem yang gugur dengan nilai daya diskriminasi bergerak dari 0,316 – 0,603. Dengan demikian, seluruh aitem dinyatakan valid dan reliabel sehingga dapat digunakan pada penelitian. Oleh karena itu, penelitian tetap menggunakan skala *self-compassion* 26 aitem sesuai dengan aspek-aspek yang telah ditetapkan sebelumnya sebagaimana tertera pada tabel 3.8

Tabel 3. 8
Blueprint Uji Indeks Daya Beda Skala Self-Compassion Setelah Uji Coba dan Untuk Penelitian

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

H. Analisis Statistik

Analisis statistik menggunakan *multiple regression*, yakni teknik analisis yang bertujuan untuk menjelaskan hubungan antara satu variabel terikat dengan dua atau lebih variabel bebas (Wibisono, dkk., 2019). Uji regresi berganda digunakan untuk menguji hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yang akan diuji adalah kebersyukuran dan *self-compassion* sedangkan variabel terikat

yang akan diuji adalah gejala *body dysmorphic disorder* yang dibantu dengan aplikasi SPSS.

I. Time Line Penelitian

1. Waktu Penelitian

Tabel 3.9
Waktu Penelitian

Nomor	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1.	Persiapan	
a.	Pengajuan Dosen Pembimbing	30 Desember 2024
b.	Teknik Penyusunan Proposal	3 Februari– 26 Juni 2025
c.	ACC proposal	16 Mei 2025
d.	Seminar Proposal	18 Juni 2025
e.	Uji Etika Penelitian	18 Juli 2025
f.	Uji Coba Alat Ukur	1 Agustus – 25 Agustus 2025
g.	Pengolahan Data Uji Coba	25 Agustus – 26 Agustus 2025
2.	Pengambilan data penelitian	27 Agustus – 21 September 2025
3.	Pengolahan data penelitian	22 September – 29 September 2025
4.	Seminar Hasil	24 Desember 2025
5.	Ujian Munaqasyah	09 Januari 2026
6.	Revisi	12 Januari 2026

2. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan secara daring atau *online* dengan menyebarkan skala penelitian lewat berbagai media sosial dan lainnya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan antara kebersyukuran terhadap gejala *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal.
2. Terdapat hubungan antara *self-compassion* terhadap gejala *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal.
3. Kebersyukuran dan *self-compassion* memiliki peran yang sangat signifikan terhadap penurunan gejala *body dysmorphic disorder* pada perempuan dewasa awal. Namun, kebersyukuran lebih mampu menurunkan gejala *body dysmorphic disorder* dibandingkan *self-compassion*.

B. SARAN

Berdasarkan temuan penelitian, peneliti mengemukakan beberapa saran yang dapat dipertimbangkan, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi perempuan dewasa awal, disarankan untuk mengembangkan kebersyukuran secara lebih menyeluruh terhadap diri dan kehidupan yang dimiliki dengan membiasakan diri menerima kondisi diri secara utuh, menghargai aspek-aspek positif yang ada dalam dirinya, serta memusatkan perhatian pada kelebihan dan fungsi diri dibandingkan kekurangan fisik atau penampilan luar, sehingga individu tidak terjebak pada fokus berlebihan terhadap ketidaksempurnaan yang dimiliki. Selain itu, perempuan dewasa awal perlu melatih dirinya untuk menumbuhkan *self-compassion* pada dirinya yaitu dengan menerima kekurangan, memperlakukan diri dengan penuh kebaikan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

sebagaimana memperlakukan orang lain yang sedang menghadapi kesulitan. Dalam konteks penggunaan media sosial, hal ini menjadi sangat penting karena media sosial sering menampilkan citra fisik yang ideal dan tidak realistis, yang dapat memicu perasaan tidak puas terhadap tubuh dan memperburuk gejala *body dysmorphic disorder*. Oleh karena itu, perempuan dewasa awal disarankan untuk lebih bijak dalam menggunakan media sosial, seperti tidak mudah percaya pada hal yang dilihat di sosial media, lebih selektif dalam memilih tontonan, serta dapat mengatur waktu penggunaan media sosial.

2. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperhatikan jumlah aitem pada setiap skala agar responden dapat mengisi dengan baik. Banyaknya aitem dalam penelitian ini berpotensi membuat responden kurang serius dalam menjawab sehingga memengaruhi akurasi data. Peneliti berikutnya juga diharapkan menyusun skala yang sesuai dengan karakteristik dan budaya responden agar bahasa mudah dipahami. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat meninjau lebih spesifik hubungan media sosial dengan persepsi tubuh, misalnya dengan melihat platform yang paling sering digunakan. Peneliti juga dapat mempertimbangkan desain eksperimen dengan memberikan pelatihan kebersyukuran untuk membantu meningkatkan tingkat kebersyukuran individu
3. Bagi perguruan tinggi, perlu adanya peningkatan kesadaran dan perhatian terhadap isu kesehatan mental yang berkaitan dengan citra tubuh, kebersyukuran, dan *self-compassion*. Institusi pendidikan tinggi diharapkan dapat mengembangkan program edukasi, pelatihan, atau lainnya yang berfokus pada peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Tindakan ini penting

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

untuk menciptakan lingkungan akademik yang lebih responsif dan mendukung perkembangan psikologis 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.

Daftar Pustaka

- Adriani, R., Sagir, A., & Fadhila, M. (2021). Kebersyukuran terhadap kecenderungan *Body dysmorphic disorder* terhadap wanita dewasa awal. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 136.
- Atandi, N. K., Subandi, S., & Ilyas, H. (2021). *Psikologi Kebersyukuran: Perspektif Psikologi Positif dan Relevansinya dengan Pendidikan Islam*. UINSI Samarinda.
- Allen, L. M., Roberts, C., Zimmer-Gembeck, M. J., & Farrell, L. J. (2020). Exploring the relationship between self-compassion and body dysmorphic symptoms in adolescents. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 25, 100535.
- American Psychological Association (2015). *A grateful heart is a healthier heart*. APA. Diunduh dari <https://www.apa.org/news/press/releases/2015/04/grateful-heart>
- American Psychological Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 1–10.
- Amrizon, N. A., Ifdil, I., Nirwana, H., Zola, N., Fadli, R. P., & Putri, Y. E. (2022). Studi Pendahuluan; Kecenderungan *Body dysmorphic disorder* (BDD) pada mahasiswa bimbingan dan konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 87-99.
- Anggraini, F. D. P., Aprianti, A., Setyawati, V. A. V., & Hartanto, A. A. (2022). Pembelajaran statistika menggunakan software SPSS untuk uji validitas dan reliabilitas. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6491-6504.
- Anggreini, N. M. (2016). *Pemanfaatan media sosial Twitter di kalangan pelajar SMK Negeri 5 Samarinda*. eJournal Sosiatri-Sosiologi, 4(2), 239–251. ejournal.sos.fisip-unmul.ac.id
- Annisyah, K., & Susilarini, T. (2022). Hubungan antara kepercayaan diri dan citra tubuh dengan kecenderungan *Body dysmorphic disorder* pada profesi model di X agency. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 2(3), 76-84.
- Asmawati, A., Pramesty, A. F., & Afiah, T. R. (2022). Pengaruh Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja. *CICES*, 8(2), 138-48.

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 mengumunkan 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.

- Astuti, N. D., Hapsan, A., Herianto, M., Warsyidah, A. A., Riskawati, N. M., Febriana, B. W., & Toron, V. B. (2024). *Prinsip-prinsip Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan: Disertai dengan Contoh Kasus*. CV. Ruang Tentor.
- Avianti, W., Martin, A., Andriyani, N., Prihatiningsih, D., Misesani, D., Yufrinalis, M., ... & Sukwika, T. (2023). *Metode Penelitian (Dasar Praktik dan Penerapan Berbasis ICT)*. PT. Mifandi Mandiri Digital.
- Awalya, K. P., & Taftazani, B. M. (2022). Gangguan dismorfik tubuh pada remaja perempuan. *Social Work Journal*, 14(1), 67–74.
- Azwar, S (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Jakarta. Prenada Media.
- Azwar, S. (1994). Seleksi aitem dalam penyusunan skala psikologi. *Buletin Psikologi*, 2(2), 26-33.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi (Edisi ke-2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bahari, L. A., & Zaman, K. (2023). Syukur dalam Perspektif Al-Qur'an Setudi komparasi tafsir ibn katsir dan Tafsir Al Ibriz. *Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir Dan Pemikiran Islam*, 4(2), 293-308.
- Basir, N. S. D., Tsalatsa, S. L., & Kresna, M. T. (2022). Persepsi wanita dalam menentukan standar kecantikan di tiktok dan instagram. In *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS)* (Vol. 1, pp. 566-575).
- Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine*, 25(24), 3186-3191.
- Cahyaningrum, A. A., Efendy, M., & Pratikto, H. (2024). Kecenderungan *Body dysmorphic disorder* pada Remaja: Adakah peranan Self Acceptance? *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 417-432..
- Desmond, T. (2017). *The self-compassion skills workbook: A 14-day plan to transform your relationship with yourself*. WW Norton & Company.
- Dewi, W. C., & Nursanti, E. (2022). Body Image Dengan Harga Diri Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna Skincare (Perawatan Wajah). *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(2), 66-74.
- Fardhillah, I. (2022). *Hubungan Body Image dan Kebermaknaan Hidup dengan Kecenderungan Body dysmorphic disorder pada Mahasiswi di Universitas Putra Indonesia" YPTK" Padang Tesis* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

- Fatmala, D. N., & Rinaldi, M. R. (2021). Benarkah self-compassion dapat mengurangi gejala *Body dysmorphic disorder* ? *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 4(2), 84-89.
- Fatmawati, F. (2019). Bunga Rampai: Apa Itu Psikopatologi? "Rangkaian Catatan Ringkas Tentang Gangguan Jiwa". Sulawesi, Unimal Press.
- Fazriyani, G. Y., & Rahayu, D. A. (2019). *Body dysmorphic disorder* tendency to stress level in female adolescences. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 2(3), Oktober 2019.
- Firdawiyanti, B. S., Andriani, E., & Sabrina. (2023). *Hubungan intensitas penggunaan media sosial dan body image dengan gangguan makan siswa SMAN 5 Jakarta*. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 6(9), 1862. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i9.3628>
- Fitzgerald, P (1998). Gratitude and justice. *Ethics*, 109, 119-153.
- Ganeswari, A. A. I. G., & Wilani, N. M. A. (2019). Hubungan antara citra tubuh dengan kecenderungan *Body dysmorphic disorder* (BDD) pada remaja akhir laki-laki di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 65-75.
- Harahap, A. Y. (2021). Perbedaan Self-Compassion Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia Pada Siswa MAN 4 Aceh Besar (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Hasbi, A. Z. E, Damayanti, R., Hermina, D., & Mizani, H. (2023). Penelitian korelasional (Metodologi penelitian pendidikan). *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(6), 784-808.
- Hasibuan, M. U. Z., & Palmizal, A. (2021). *Sosialisasi penerapan Indeks Massa Tubuh (IMT) di Suta Club*. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 10(2), 19–24. <https://online-journal.unja.ac.id/csp>
- Hendryadi, H. (2017). Validitas isi: tahap awal pengembangan kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis*, 2(2), 259334.
- Hurlock, E. B (2011). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (5th ed.). Erlangga.
- Indonesia, H. P. (2010). Kode etik psikologi Indonesia. Jakarta: HIMPSI
- Keeny, J. D., & Janis, J. E. (2024, July). *Body dysmorphic disorder* in aesthetic and reconstructive plastic surgery—a systematic review and meta-analysis. In *Healthcare* (Vol. 12, No. 13, p. 1333). MDPI.
- KBI. (n.d.). *Cenderung*. Diakses dari <https://kbbi.web.id/cenderung>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/509/2025 tentang Pedoman Nasional Pelayanan Klinis Tata Laksana Obesitas Dewasa*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Leviani, F., & Tiatri, S. (2022). Relationship between self-compassion and body dysmorphic symptoms in early adulthood. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 655, 1382–1386.
- Listiyandini, R. A., Nathania, A., Syahniar, D., Sonia, L., & Nadya, R. (2015). Mengukur rasa syukur: Pengembangan model awal skala bersyukur versi Indonesia. *Jurnal psikologi ulayat*, 2(2), 473-496.
- Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2003). *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. xvii-495). American Psychological Association.
- Mahfud, C. (2014). The Power of Syukur: Tafsir Kontekstual Konsep Syukur dalam al-Qur'an. *Epistemé: Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman*, 9(2), 377-400.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 112.
- Minty, A., & Minty, G. (2021). The prevalence of *Body dysmorphic disorder* in the community: A systematic review. *Global Psychiatry*, 4(2).
- Muliani, M., Karmaya, I. N. M., Wardana, I. N. G., & Yuliana, Y. (2023). *Bagian tubuh yang paling menarik bagi laki-laki dan perempuan muda*. Department of Anatomy, Faculty of Medicine, Udayana University, Denpasar, Indonesia.
- Mulyarni, H. T., & Prastuti, E. (2020). Harga diri dan citra tubuh sebagai prediktor kecenderungan *Body dysmorphic disorder* pada remaja perempuan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 302-318.
- Neff, K. D. (2003a). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Neff, K. D. (2003b). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D. (2011). *Self-compassion: The proven power of being kind to yourself*. Hachette UK.
- Neff, K. D. (2023). Self-Compassion: Theory, Method, Research, and Intervention. *Annual Review of Psychology*, 74:193-217.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

- Neff, K., & Germer, C. (2017). Self-Compassion and Psychological Well-being. *The Oxford handbook of compassion science*, 371.
- Oktaviani, M. (2021). Hubungan antara Self Compassion dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA).
- Padmi, A. U. H., & Susilarini, T. (2023). Hubungan antara kebersyukuran dan kepercayaan diri dengan kecenderungan *Body dysmorphic disorder* pada siswa kelas X di SMK Tirta Sari Surya. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(2), 34-42.
- Pasabiru, B.S, Herwati, A, Utomo, K.W, Aji, R. H. S. (2013). Metodologi Penelitian Untuk Ekonomi Dan Bisnis. Banten: Media Edu Pustaka.
- Phillips, K. A. (2009). Understanding *Body dysmorphic disorder*. Oxford University Press.
- Putra, F. O. S. (2019). Hubungan Kebersyukuran Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Autis Di Pusat Layanan Autis Pekanbaru (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Putri, R. N., & Zulaikha, A. (2024). Neurobiologi pada Penderita Bulimia. *GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 3(4), 123-135.
- Rachmadi, A. G., Safitri, N., & Aini, T. Q. (2019). Kebersyukuran: Studi komparasi perspektif psikologi barat dan Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 115-128.
- Rahma, S (2021). *Hubungan self-esteem dengan kecenderungan Body dysmorphic disorder pada mahasiswa universitas islam riau* (Skripsi). Universitas Islam Riau, Pekanbaru.
- Ramadhonis, N. H. (2022). *HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DENGAN SELF COMPASSION PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Rambey, I. R. (2024). *Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial, Usia, Dan Jenis Kelamin Terhadap Kecenderungan Body dysmorphic disorder* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Regita, E., Luthfiyyah, N., & Marsuki, N. R. (2024). Pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas remaja di Indonesia. *Jurnal Kajian dan Penelitian Umum*, 2(1), 46-52.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Saifur Kasim Riau

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

- Repi, A. A. (2019). Self-compassion versus self-esteem terhadap pembentukan self-concept remaja: Mana yang lebih baik?. *Jurnal Psikologi*, 4(2), 1-12.
- Rohmiatika, H. (2023) Hegemoni Budaya Warna Kulit Wanita Korea Sebagai Staandar Kecantikan Wanita Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional Komunikasi, Administrasi Negara dan Hukum*. 1 (1). 421-426.
- Rusdi, A. (2016). Syukur dalam psikologi Islam dan konstruksi alat ukurnya. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris*, 2(2), 37-54.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia.
- Santoso, M. V., Fauzia, R., & Rusli, R. (2020). Hubungan antara kepuasan citra tubuh dengan kecenderungan *Body dysmorphic disorder* pada wanita dewasa awal di Kota Banjarbaru. *Jurnal Kognisia*, 2(1), 55-60.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development: Perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, F. F., & Prasetyaningrum, J. (2022). Enhancing Self-Compassion Program (ESP) untuk Meningkatkan Self-Compassion pada Mahasiswa. *Jurnal Psikogenesis*, 10(2), 103-111.
- Sari, I. M. (2020). Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kecenderungan *Body dysmorphic disorder* Pada Remaja Akhir (Naskah Publikasi). *Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta*. Diunduh dari <https://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/9704/>.
- Sari, V. A. (2021) Pengaruh penggunaan media sosial Instagram terhadap body image remaja perempuan di Yogyakarta [Naskah publikasi]. Program Studi Psikologi, Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial, dan Humaniora, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Satuma, R. A. (2023). *Faktor-Faktor Penyebab Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Wanita Di Madrasah Aliyah X* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Scarvanovi, B. W., & Priyatama, A., N (2023). "Legowo": Sebuah Gambaran Kebersyukuran dan Kesejahteraan Psikologis Guru Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(1), 58-74.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.
- Sudiani, B., & Arianto, M. S. (2023). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa. *Jurnal Riset dan Inovasi Pembelajaran*. 3 (3), 220 – 230.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas dan validitas self-compassion scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 177-191.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Alfabeta.
- Sulistyo, P. T. S., Sukamto, M. E., & Ibrahim, N. (2022). Social media pressure and the *Body dysmorphic disorder* tendency in women: The mediating role of perfectionism. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 137-152.
- Sungkar, N. Z., & Hakim, L. (2025). The Phenomenon of Beauty Privilege as a Requirement in Job Vacancies. *Holistic Science*, 5(2), 185-193.
- Tanjung, M. I. (2024). Hubungan antara kecenderungan *Body dysmorphic disorder* (BDD) dan kebersyukuran dengan selfie-liking pada remaja putri (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru.
- Vivenda, G., & Hadiwono, A. (2019) Ruang Wisata Citra Tubuh.. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 1(1), 540-555.
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 31(5), 431-451.
- We Are Social. (2024). Digital 2024. Diakses dari <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024/>.
- Wibisono, A., Rofik, M., & Purwanto, E. (2019). Penerapan Analisis Regresi Linier Berganda dalam Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 3(1), 30-35.
- Wilhelm, S., Greenberga, J. L., Rosenfielda, E., Kasarskis, I., & Blashill, A. J. (2016). The *Body dysmorphic disorder* Symptom Scale: Development and Preliminary Validation of A Self-Report Scale of Symptom Specific Dysfunction. *Body Image*, 17, 82-87
- Wilson , C. R (2021) What are protective factors in psychology?. *PositivePsychology*. Diunduh dari <https://positivepsychology.com/what-are-protective-factors/>
- Yunalia, E. M., Samudera, W. S., & Fatehah, N. (2023). Gender dan resiko kecenderungan *Body dysmorphic disorder* pada remaja akhir.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

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

SKALA *BODY DYSMORPHIC DISORDER SYMPTOM SCALE*

1. Definisi Operasional *Body Dysmorphic Disorder*

Gejala *body dysmorphic disorder* merupakan keadaan dimana perilaku individu mulai mengarah pada gejala-gejala *body dysmorphic disorder*. Pada penelitian ini gejala *body dysmorphic disorder* diukur dengan menggunakan skala *body dysmorphic disorder symptom scale* (BDD-SS) milik Wilhelm, dkk (2016) yang telah diadaptasi oleh Rambey (2024). BDD-SS akan mengukur tujuh gejala *body dysmorphic disorder* yaitu, *checking*, *grooming*, *weight/shape*, *picking/plucking*, *avoidance*, *surgical/dermatological*, dan *cognitions*. Skor total yang diperoleh akan dapat menggambarkan gejala *body dysmorphic disorder* pada individu..

2. Skala Yang Digunakan

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem: 54 aitem

4. Jenis Format Respon: Ya / Tidak

5. Jenis Penilaian:

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan
- [TR] : Tidak Relevan
- [STR] : Sangat Tidak Relevan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada individu. Oleh karena itu kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R () KR () TR () STR ()

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang R (✓), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Saya mendapatkan keinginan saya R (✓) KR () TR () STR ()

LAMPIRAN BLUE PRINT

Skala BDD-SS

Aspek	No. Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Checking	1	Memeriksa atau mengamati bagian tertentu dari tubuh saya.	✓				
	2	Mengukur atau menghitung bagian tubuh.	✓				

© 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.

	3	Mengajukan pertanyaan tentang penampilan berulang kali, meskipun sudah tahu jawabannya.	✓				
	4	Mengingat kembali peristiwa, percakapan, dan tindakan masa lalu untuk mengetahui bagaimana orang bereaksi terhadap penampilan saya.	✓				
	5	Bercermin berulang kali.	✓				
	6	Membandingkan penampilan saya dengan penampilan orang lain (secara langsung, dalam gambar, atau di media).	✓				
	7	Melihat orang lain dengan teliti.	✓				
	8	Berdandan lebih lama dari yang diperlukan.	✓				
	9	Menghabiskan banyak uang untuk memperbaiki penampilan saya.	✓				
Grooming	10	Menyisir rambut.	✓				
	11	Memeriksa riasan (makeup).	✓				
	12	Berganti pakaian.	✓				
Weight/shape	13	Mengangkat beban.	✓				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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	Makan dengan aturan tertentu.	✓				
Picking/plucking.	15	Mengubah warna kulit.	✓				
	16	Menarik atau mencabut rambut.	✓				
Avoidance	17	Menghindari situasi sosial di mana keluarga, teman, kenalan, rekan kerja hadir (pekerjaan, pesta pertemuan keluarga, rapat, berbicara dalam kelompok kecil, mengobrol, dan berkenan).	✓				
	18	Menghindari tempat umum (belanja, toko, jalanan ramai, restoran, bioskop, bus, kereta api, taman, antrian, toilet umum).	✓				
	19	Menghindari kontak fisik yang intim atau dekat dengan orang lain (berpelukan, berciuman, menari, berbicara secara dekat).	✓				
	20	Menghindari aktivitas fisik, seperti olahraga atau rekreasi karena mengkhawatirkan penampilan saya.	✓				



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

	21	Menghindari mengenakan pakaian minim (terbuka).	✓				
	22	Menyembunyikan penampilan (dengan riasan, pakaian, gaya rambut, perhiasan, topi, tangan, atau posisi tubuh).	✓				
	23	Mengubah penampilan (potong rambut).	✓				
	24	Menjadi kesal karena pujian.	✓				
<i>Surgical/dermatological</i>	25	Menggunakan obat atau perawatan topikal (jenis obat yang digunakan pada permukaan kulit) untuk memperbaiki cacat (mis., kulit, kebotakan).	✓				
	26	Saya percaya orang lain memikirkan penampilan saya.	✓				
<i>Cognitions</i>	27	Hal pertama yang diperhatikan orang lain tentang saya adalah apa yang salah dengan penampilan saya.	✓				
	28	Saya merasa orang lain sedang menatap atau membicarakan saya.	✓				
	29	Saya percaya orang lain memperlakukan saya berbeda	✓				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

	karena kekurangan fisik saya.					
30	Jika penampilan saya kurang baik, saya kurang berharga.	✓				
31	Jika penampilan saya kurang baik, saya akan sendirian dan terisolasi.	✓				
32	Jika penampilan saya kurang baik, saya tidak berdaya.	✓				
33	Tidak akan ada yang menyukai saya selama saya terlihat seperti ini.	✓				
34	Jika penampilan saya kurang baik, saya tidak dapat dicintai.	✓				
35	Saya harus terlihat sempurna.	✓				
36	Saya terlihat cacat atau tidak normal.	✓				
37	Saya orang yang tidak menarik.	✓				
38	Penampilan saya adalah bagian penting dari siapa saya.	✓				
39	Penampilan luar adalah tanda kecantikan dalam diri.	✓				
40	Tidak ada orang lain seusia saya, yang terlihat seburuk saya.	✓				

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- 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.

41	Jika saya dapat tampil seperti yang saya inginkan, saya akan jauh lebih bahagia.	✓					
42	Orang-orang akan kurang menyukai saya jika mereka tahu seperti apa penampilan saya sekarang.	✓					
43	Penampilan saya lebih penting daripada kepribadian, kecerdasan, nilai, keterampilan, cara saya berhubungan dengan orang lain, dan kinerja saya di tempat kerja atau di lingkungan lain.	✓					
44	Jika saya belajar menerima diri sendiri, saya akan kehilangan motivasi untuk terlihat lebih baik.	✓					

UIN SUSKA RIAU



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

6. Catatan

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator):

Sesuai

2. Bahasa:

Oke, mudah dipahami

3. Jumlah Aitem:

44 aitem, oke

Pekanbaru, 9 Juli 2025

Validator,

Anggia Kargenti Eyanurul Marettih, M.Si.

NIP: 198103122008012013

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

SKALA KEBERSYUKURAN

1. Definisi Operasional Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan ungkapan terima kasih, dan penghargaan terhadap hal baik yang menyenangkan baik bersifat transpersonal maupun interpersonal. Kebersyukuran akan diukur menggunakan skala yang dikembangkan oleh Listiyandini, dkk (2015). Skala kebersyukuran yang digunakan untuk mengukur tiga aspek dari gabungan teori Frizgerald (1998) dan Watkins, dkk (2003). Listiyandini, dkk (2015) mengembangkan skala kebersyukuran karena skala dari Barat belum mencerminkan aspek ketuhanan serta belum ada skala berbahasa Indonesia yang sesuai dengan budaya lokal dan standar psikometri yang baik. Adapun aspek yang dijelaskan oleh Listiyandini, dkk (2015) yakni, memiliki rasa apresiasi, perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki, kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi atas perasaan dan apresiasi atas hal yang dimiliki. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingginya kebersyukuran pada individu begitu juga sebaliknya.

2. Skala Yang Digunakan

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem: 30 aitem

4. Jenis Format Respon

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. STS (Sangat Tidak Sesuai) | 4. AS (Agak Sesuai) |
| 2. TS (Tidak Sesuai) | 5. S (Sesuai) |
| 3. ATS (Agak Tidak Sesuai) | 6. SS (Sangat Sesuai) |

5. Jenis Penilaian

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan
- [TR] : Tidak Relevan
- [STR] : Sangat Tidak Relevan

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebersyukuran pada individu. Oleh karena itu, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya **R () KR () TR () STR ()**

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang **R (✓)**, demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia. Saya mendapatkan keinginan saya **R (✓) KR () TR () STR ()**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 BLUE PRINT

Skala Kebersyukuran

Aspek	No. Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Rasa apresiasi (<i>sense of appreciation</i>) terhadap orang lain ataupun Tuhan dan kehidupan.	29	Saya merasa Tuhan tidak adil terhadap saya	✓				
	1	Ketika keinginan saya belum diwujudkan oleh Tuhan, saya tetap yakin bahwa itulah yang terbaik dari-Nya.	✓				
	11	Tuhan tidak terlalu berperan dalam keberhasilan yang saya raih	✓				
	6	Ketika memandang wajah anggota keluarga, saya menyadari betapa berharganya memiliki mereka.	✓				
	2	Saya merasa beruntung telah dilahirkan di dunia ini	✓				
	3	Kesehatan yang saya miliki berasal dari Tuhan	✓				
	5	Saya berpikir bahwa kesulitan dalam hidup ini akan membuat saya terpuruk	✓				
	4	Saya merasa dicintai oleh orang-orang di sekitar saya	✓				



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	7	Kebaikan yang diberikan orang lain tidak terlalu berperan dalam kehidupan saya	✓				
	12	Saya ragu Tuhan akan memberikan kebahagiaan kepada saya	✓				
	13	Ketika sedang dalam kesulitan, saya merasa tidak ada seorangpun yang membantu saya	✓				
	9	Keluarga saya tidak terlalu peduli dengan keberadaan saya	✓				
	8	Saya merasa jenuh menjalani rutinitas sehari-hari	✓				
	10	Saya kesepian walaupun dikelilingi oleh teman-teman saya	✓				
	14	Saya tidak puas dengan apa yang sudah saya peroleh	✓				
	15	Saya tidak puas dengan keadaan saya saat ini	✓				
	18	Kekurangan yang saya miliki membuat saya kesal.	✓				
	19	Saya sedih dengan keadaan diri saya	✓				
	20	Saya lebih sering merasakan kebahagiaan daripada kesedihan dalam hidup.	✓				

UIN SUSKA RIAU



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

	16	Saya merasa sudah memiliki segala hal positif dalam hidup	✓				
	17	Kesempatan hidup yang sudah diberikan Tuhan saya manfaatkan untuk memberikan kontribusi sebanyak mungkin pada lingkungan sekitar	✓				
	21	Saya bekerja sebaik mungkin karena tidak semua orang memiliki kesempatan untuk bekerja.	✓				
	23	Ketika menerima suatu karunia, saya langsung mengucapkan pujian kepada Tuhan.	✓				
	22	Saya beribadah hanya setelah keinginan saya terwujud.	✓				
Kecenderungan untuk bertindak sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimilikinya	24	Saya beraktivitas dengan giat hanya untuk mencapai ambisi saya	✓				
	25	Saya merasa tidak wajib untuk membalas pertolongan orang lain karena sudah sewajarnya saya mendapatkan bantuan ketika kesulitan	✓				
	26	Salah satu bentuk terima kasih saya kepada Tuhan adalah dengan melakukan segala hal dengan sepenuh hati.	✓				

UIN SUSKA RIAU

27	Saya berpikir dua kali untuk membantu orang lain karena saya merasa diri sendiri juga masih membutuhkan bantuan	✓				
28	Saya merasa tidak perlu beramal karena masih banyak kebutuhan lain yang harus dipenuhi	✓				
30	Karena saya merasa hidup berkecukupan, saya patut membantu orang lain yang kurang mampu.	✓				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

6. Catatan

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

Sesuai

2. Bahasa :

Oke

3. Jumlah Aitem :

30 item, oke

Pekanbaru, 4 Juni 2025

Validator,

Anggia Kargenti Evanurul Marettih, M.Si.

NIP: 198103122008012013

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

SKALA *SELF-COMPASSION*

1. Definisi Operasional *Self-Compassion*

Self-compassion merupakan kemampuan bersikap baik pada diri sendiri, serta menerima dan memaafkan kekurangan, serta kesalahan diri tanpa menghakimi diri secara berlebihan. Pada penelitian ini *self-compassion* akan diukur menggunakan *Self-Compassion Scale* milik Neff (2003) yang telah diadaptasi oleh Sugianto, dkk (2020). *Self-Compassion Scale* mengukur enam aspek yang saling berkaitan dalam satu sistem dinamis *self-compassion* yang dijelaskan oleh Neff (2023) yakni *self-kindness vs. self-judgment*, *common humanity vs. isolation*, dan *mindfulness vs. overidentifikasi*. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingginya *self-compassion* pada individu begitu juga sebaliknya.

2. Skala Yang Digunakan

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem: 26 aitem

4. Jenis Format Respon

1. HTP = Hampir Tidak Pernah
2. SJ = Sangat Jarang
3. J = Jarang
4. SS = Sangat Sering

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. HS= Hampir Selalu

5. Jenis Penilaian

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan
- [TR] : Tidak Relevan
- [STR] : Sangat Tidak Relevan

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebersyukuran pada individu. Oleh karena itu, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada saudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya **R () KR () TR () STR ()**

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang **R (✓)**, demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Saya mendapatkan keinginan saya **R (✓) KR () TR () STR ()**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 BLUE PRINT

Skala Self-Compassion

Aspek	No. Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Self-kindness	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.	✓				
Self-judgment	1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya	✓				
	8	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya.	✓				

© 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.

Common humanity	11	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.	✓				
	16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak 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	✓				
	10	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang.	✓				
	15	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang	✓				

© Hak cipta 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.

		dialami manusia pada umumnya.					
Isolation	4	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.	✓				
	13	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya.	✓				
	18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup.	✓				
	25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.	✓				
Mindfulness	9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil.	✓				
	14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.	✓				
	17	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar	✓				

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.

	22	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan.	✓				
Overidentification	2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah.	✓				
	6	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu.	✓				
	20	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan	✓				
	24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan kejadian tersebut.	✓				



© 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.

6. Catatan

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

Sesuai

2. Bahasa :

Oke, mudah dipahami

3. Jumlah Aitem :

26 aitem, oke

Pekanbaru, 4 Juni 2025

Validator,

Anggia Kargenti Evahurul Marettih, M.Si.

NIP: 198103122008012013

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

SKALA *BODY DYSMORPHIC DISORDER SYMPTOM SCALE*

1. Definisi Operasional *Body Dysmorphic Disorder*

Gejala *body dysmorphic disorder* merupakan keadaan dimana perilaku individu mulai mengarah pada gejala-gejala *body dysmorphic disorder*. Pada penelitian ini gejala *body dysmorphic disorder* diukur dengan menggunakan skala *body dysmorphic disorder symptom scale* (BDD-SS) milik Wilhelm, dkk (2016) yang telah diadaptasi oleh Rambey (2024). BDD-SS akan mengukur tujuh gejala *body dysmorphic disorder* yaitu, *checking*, *grooming*, *weight/shape*, *picking/plucking*, *avoidance*, *surgical/dermatological*, dan *cognitions*. Skor total yang diperoleh akan dapat menggambarkan gejala *body dysmorphic disorder* pada individu..

2. Skala Yang Digunakan

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem: 54 aitem

4. Jenis Format Respon: Ya / Tidak

5. Jenis Penilaian:

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan
- [TR] : Tidak Relevan
- [STR] : Sangat Tidak Relevan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada individu. Oleh karena itu kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada ssaudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R () KR () TR () STR ()

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang R (✓), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Saya mendapatkan keinginan saya R (✓) KR () TR () STR ()

LAMPIRAN BLUE PRINT

Skala BDD-SS

Aspek	No. Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Checking	1	Memeriksa atau mengamati bagian tertentu dari tubuh saya.	✓				
	2	Mengukur atau menghitung bagian tubuh.	✓				
	3	Mengajukan pertanyaan tentang penampilan berulang kali, meskipun sudah	✓				

© 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.

		tahu jawabannya.					
	4	Mengingat kembali peristiwa, percakapan, dan tindakan masa lalu untuk mengetahui bagaimana orang bereaksi terhadap penampilan saya.	✓				
	5	Bercermin berulang kali.	✓				
	6	Membandingkan penampilan saya dengan penampilan orang lain (secara langsung, dalam gambar, atau di media).	✓				
	7	Melihat orang lain dengan teliti.	✓				
Grooming	8	Berdandan lebih lama dari yang diperlukan.	✓				
	9	Menghabiskan banyak uang untuk memperbaiki penampilan saya.	✓				
	10	Menyisir rambut.	✓				
	11	Memeriksa riasan (makeup).	✓				
	12	Berganti pakaian.	✓				
Weight/shape	13	Mengangkat beban.	✓				
	14	Makan dengan aturan tertentu.	✓				
Picking/plucking,	15	Mengubah warna kulit.	✓				
	16	Menarik atau mencabut rambut.	✓				

© 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.

Avoindance	17	Menghindari situasi sosial di mana keluarga, teman, kenalan, rekan kerja hadir (pekerjaan, pesta pertemuan keluarga, rapat, berbicara dalam kelompok kecil, mengobrol, dan berkencan).	✓					
	18	Menghindari tempat umum (belanja, toko, jalanan ramai, restoran, bioskop, bus, kereta api, taman, antrean, toilet umum).	✓					
	19	Menghindari kontak fisik yang intim atau dekat dengan orang lain (berpelukan, berciuman, menari, berbicara secara dekat).	✓					
	20	Menghindari aktivitas fisik, seperti olahraga atau rekreasi karena mengkhawatirkan penampilan saya.	✓					
	21	Menghindari mengenakan pakaian minim (terbuka).	✓					
	22	Menyembunyikan penampilan (dengan riasan, pakaian, gaya rambut, perhiasan, topi, tangan, atau posisi tubuh).	✓					

© 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.

	23	Mengubah penampilan (potong rambut).	✓				
	24	Menjadi kesal karena pujian.	✓				
Surgical/dermatological	25	Menggunakan obat atau perawatan topikal (jenis obat yang digunakan pada permukaan kulit) untuk memperbaiki cacat (mis., kulit, kebotakan).	✓				
	26	Saya percaya orang lain memikirkan penampilan saya.	✓				
Cognitions	27	Hal pertama yang diperhatikan orang lain tentang saya adalah apa yang salah dengan penampilan saya.	✓				
	28	Saya merasa orang lain sedang menatap atau membicarakan saya.	✓				
	29	Saya percaya orang lain memperlakukan saya berbeda karena kekurangan fisik saya.	✓				
	30	Jika penampilan saya kurang baik, saya kurang berharga.	✓				
	31	Jika penampilan saya kurang baik, saya akan sendirian dan terisolasi.	✓				

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

32	Jika penampilan saya kurang baik, saya tidak berdaya.	✓				
33	Tidak akan ada yang menyukai saya selama saya terlihat seperti ini.	✓				
34	Jika penampilan saya kurang baik, saya tidak dapat dicintai.	✓				
35	Saya harus terlihat sempurna.	✓				
36	Saya terlihat cacat atau tidak normal.	✓				
37	Saya orang yang tidak menarik.	✓				
38	Penampilan saya adalah bagian penting dari siapa saya.	✓				
39	Penampilan luar adalah tanda kecantikan dalam diri.	✓				
40	Tidak ada orang lain seusia saya, yang terlihat seburuk saya.	✓				
41	Jika saya dapat tampil seperti yang saya inginkan, saya akan jauh lebih bahagia.	✓				
42	Orang-orang akan kurang menyukai saya jika mereka tahu seperti apa penampilan saya sekarang.	✓				
43	Penampilan saya lebih penting daripada kepribadian, kecerdasan, nilai,	✓				

© 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.

		keterampilan, cara saya berhubungan dengan orang lain, dan kinerja saya di tempat kerja atau di lingkungan lain.					
	44	Jika saya belajar menerima diri sendiri, saya akan kehilangan motivasi untuk terlihat lebih baik.	✓				

6. Catatan

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator):

.....
sesuai

2. Bahasa:

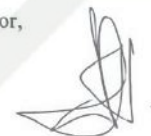
.....
baik

3. Jumlah Aitem:

.....
terjawab

Pekanbaru, 9 Juli 2025

Validator,



Ikhwanisifa, M. Psi., Psikolog

NIP: 198604272015032005

UIN SUSKA RIAU

LEMBAR VALIDASI

SKALA KEBERSYUKURAN

1. Definisi Operasional Kebersyukuran

Kebersyukuran merupakan ungkapan terima kasih, dan penghargaan terhadap hal baik yang menyenangkan baik bersifat transpersonal maupun interpersonal. Kebersyukuran akan diukur menggunakan skala yang dikembangkan oleh Listiyandini, dkk (2015). Skala kebersyukuran yang digunakan untuk mengukur tiga aspek dari gabungan teori Frizgerald (1998) dan Watkins, dkk (2003). Listiyandini, dkk (2015) mengembangkan skala kebersyukuran karena skala dari Barat belum mencerminkan aspek ketuhanan serta belum ada skala berbahasa Indonesia yang sesuai dengan budaya lokal dan standar psikometri yang baik. Adapun aspek yang dijelaskan oleh Listiyandini, dkk (2015) yakni, memiliki rasa apresiasi, perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki, kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi atas perasaan dan apresiasi atas hal yang dimiliki. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingginya kebersyukuran pada individu begitu juga sebaliknya.

2. Skala Yang Digunakan

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem: 30 aitem

4. Jenis Format Respon

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.

- | | |
|------------------------------|-----------------------|
| 1. STS (Sangat Tidak Sesuai) | 4. AS (Agak Sesuai) |
| 2. TS (Tidak Sesuai) | 5. S (Sesuai) |
| 3. ATS (Agak Tidak Sesuai) | 6. SS (Sangat Sesuai) |

5. Jenis Penilaian

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan
- [TR] : Tidak Relevan
- [STR] : Sangat Tidak Relevan

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebersyukuran pada individu. Oleh karena itu, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada ssaudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya **R () KR () TR () STR ()**

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang **R (✓)**, demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia. Saya mendapatkan keinginan saya **R (✓) KR () TR () STR ()**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 BLUE PRINT

Skala Kebersyukuran

Aspek	No. Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Rasa apresiasi (<i>sense of appreciation</i>) terhadap orang lain ataupun Tuhan dan kehidupan.	29	Saya merasa Tuhan tidak adil terhadap saya	✓				
	1	Ketika keinginan saya belum diwujudkan oleh Tuhan, saya tetap yakin bahwa itulah yang terbaik dari-Nya.	✓				
	11	Tuhan tidak terlalu berperan dalam keberhasilan yang saya raih	✓				
	6	Ketika memandang wajah anggota keluarga, saya menyadari betapa berharganya memiliki mereka.	✓				
	2	Saya merasa beruntung telah dilahirkan di dunia ini	✓				
	3	Kesehatan yang saya miliki berasal dari Tuhan	✓				
	5	Saya berpikir bahwa kesulitan dalam hidup ini akan membuat saya terpuruk	✓				
	4	Saya merasa dicintai oleh orang-orang di sekitar saya	✓				

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

	7	Kebaikan yang diberikan orang lain tidak terlalu berperan dalam kehidupan saya	✓					
	12	Saya ragu Tuhan akan memberikan kebahagiaan kepada saya	✓					
	13	Ketika sedang dalam kesulitan, saya merasa tidak ada seorangpun yang membantu saya	✓					
	9	Keluarga saya tidak terlalu peduli dengan keberadaan saya	✓					
Perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki	8	Saya merasa jenuh menjalani rutinitas sehari-hari	✓					
	10	Saya kesepian walaupun dikelilingi oleh teman-teman saya	✓					
	14	Saya tidak puas dengan apa yang sudah saya peroleh	✓					
	15	Saya tidak puas dengan keadaan saya saat ini	✓					
	18	Kekurangan yang saya miliki membuat saya kesal.	✓					
	19	Saya sedih dengan keadaan diri saya	✓					
	20	Saya lebih sering merasakan kebahagiaan daripada kesedihan dalam hidup.	✓					

© 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.

	16	Saya merasa sudah memiliki segala hal positif dalam hidup	✓				
	17	Kesempatan hidup yang sudah diberikan Tuhan saya manfaatkan untuk memberikan kontribusi sebanyak mungkin pada lingkungan sekitar	✓				
	21	Saya bekerja sebaik mungkin karena tidak semua orang memiliki kesempatan untuk bekerja.	✓				
	23	Ketika saya menerima suatu karunia, saya langsung mengucapkan pujian kepada Tuhan.	✓				
Kecenderungan untuk bertindak sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimilikinya	22	Saya beribadah hanya setelah keinginan saya terwujud.	✓				
	24	Saya beraktivitas dengan giat hanya untuk mencapai ambisi saya	✓				
	25	Saya merasa tidak wajib untuk membalas pertolongan orang lain karena sudah sewajarnya saya mendapatkan bantuan ketika kesulitan	✓				
	26	Salah satu bentuk terima kasih saya kepada Tuhan adalah 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.

		melakukan segala hal dengan sepenuh hati.					
27		Saya berpikir dua kali untuk membantu orang lain karena saya merasa diri sendiri juga masih membutuhkan bantuan	✓				
28		Saya merasa tidak perlu beramal karena masih banyak kebutuhan lain yang harus dipenuhi	✓				
30		Karena saya merasa hidup berkecukupan, saya patut membantu orang lain yang kurang mampu.	✓				



© 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.

6. Catatan

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

.....
sesuai

2. Bahasa :

.....
yes

3. Jumlah Aitem :

.....
terjawab

Pekanbaru, 07 Juli 2025

Validator,

Ikhwanisifa, M. Psi., Psikolog

NIP: 198604272015032005

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

SKALA *SELF-COMPASSION*

1. Definisi Operasional *Self-Compassion*

Self-compassion merupakan kemampuan bersikap baik pada diri sendiri, serta menerima dan memaafkan kekurangan, serta kesalahan diri tanpa menghakimi diri secara berlebihan. Pada penelitian ini *self-compassion* akan diukur menggunakan *Self-Compassion Scale* milik Neff (2003) yang telah diadaptasi oleh Sugianto, dkk (2020). *Self-Compassion Scale* mengukur enam aspek yang saling berkaitan dalam satu sistem dinamis *self-compassion* yang dijelaskan oleh Neff (2023) yakni *self-kindness vs. self-judgment*, *common humanity vs. isolation*, dan *mindfulness vs. overidentifikasi*. Skor total yang diperoleh menunjukkan tingginya *self-compassion* pada individu begitu juga sebaliknya.

2. Skala Yang Digunakan

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem: 26 aitem

4. Jenis Format Respon

1. HTP = Hampir Tidak Pernah
2. SJ = Sangat Jarang
3. J = Jarang
4. SS = Sangat Sering

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. HS= Hampir Selalu

5. Jenis Penilaian

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan
- [TR] : Tidak Relevan
- [STR] : Sangat Tidak Relevan

Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kebersyukuran pada individu. Oleh karena itu, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada ssaudara untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya **R () KR () TR () STR ()**

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang **R (✓)**, demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Saya mendapatkan keinginan saya **R (✓) KR () TR () STR ()**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 BLUE PRINT

Skala Self-Compassion

Aspek	No. Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Self-kindness	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.	✓				
Self-judgment	1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya	✓				
	8	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya.	✓				

© 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.

Common humanity	11	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.	✓				
	16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak 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	✓				
	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	✓				

© 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.

		kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya.					
Isolation	4	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.	✓				
	13	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya.	✓				
	18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup.	✓				
	25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.	✓				
Mindfulness	9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil.	✓				
	14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.	✓				

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.

Overidentification	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.	✓				
	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 dibawa perasaan	✓				
	24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan kejadian 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.

6. Catatan

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

.....
Sesuai
.....

2. Bahasa :

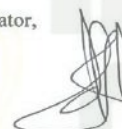
.....
Jels
.....

3. Jumlah Aitem :

.....
Keluaran
.....

Pekanbaru, 9 Juli 2025

Validator,



Ikhwanisifa, M. Psi., Psikolog

NIP: 198604272015032005

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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



LAMPIRAN B

Skala Uji Coba

UIN SUSKA RIAU

DEBRIEFING

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Noerma Nayla Annur Putri, mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk penyelesaian tugas akhir. Apabila anda:

1. Perempuan dewasa awal yang berusia 18-25 tahun.
2. Berdomisili di Pekanbaru
3. Menggunakan media sosial untuk melihat konten kecantikan.

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

1. Dalam penelitian ini anda diminta untuk mengisi 3 skala, dengan durasi waktu pengisian sekitar 10 – 25 menit.
2. Semua jawaban adalah benar, mohon diisi sesuai dengan situasi atau kondisi yang menggambarkan anda.
3. Pernyataan yang diajukan nanti tidak untuk *self-diagnose*.
4. Tidak ada risiko dalam mengikuti penelitian ini. Namun anda membutuhkan waktu 10 – 25 menit untuk mengisi *form online*. Jika ada reaksi yang timbul setelah anda berpartisipasi dalam penelitian ini, silahkan menghubungi peneliti melalui email: naylanoerma@gmail.com, atau jika ada pelanggaran terhadap ketentuan diatas, anda dapat mengajukan pengaduan ke fpsi@uinsuska.ac.id.

Atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Hormat kami

Tim peneliti

Noerma Nayla Annur Putri

Anggia Kargenti Eva Nurul Marettih

SKALA I

Setiap kotak berikut berisi sejumlah pernyataan terkait pikiran atau perilaku yang mungkin Anda alami selama satu minggu terakhir. Instrumen ini tidak dimaksudkan untuk mendiagnosis diri sendiri (*self-diagnosis*), sehingga penting bagi Anda untuk menjawab dengan jujur sesuai dengan kondisi sebenarnya. Tidak ada jawaban yang benar maupun salah. Silakan periksa setiap gejala yang tercantum dalam kotak dan tandai apakah Anda pernah mengalaminya dalam kurun waktu terakhir. Pilih "YA" jika pernah, dan "TIDAK" jika belum pernah. Jika Anda memilih "YA", mohon lanjutkan dengan menilai tingkat keparahan gejala tersebut secara keseluruhan dalam beberapa waktu terakhir menggunakan skala angka yang telah disediakan.

Contoh:

Contoh										
No.	Pernyataan							YA	TIDAK	
1	Saya sering merasa tidak puas dengan penampilan wajah saya.							✓		
2	Saya sering menghabiskan banyak waktu untuk memperbaiki penampilan.							✓		
3	Saya merasa malu atau cemas jika harus bertemu orang baru karena takut mereka memperhatikan kekurangan fisik saya.								✓	
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, atau 7 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tidak Mengalami Kesulitan									Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)	

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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										
No.	Pernyataan								YA	TIDAK
1.	Memeriksa atau mengamati bagian tertentu dari tubuh saya.									
2.	Mengukur atau menghitung bagian tubuh.									
3.	Mengajukan pertanyaan tentang penampilan berulang kali, meskipun sudah tahu jawabannya.									
4.	Mengingat kembali peristiwa, percakapan, dan tindakan masa lalu untuk mengetahui bagaimana orang bereaksi terhadap penampilan saya.									
5.	Bercermin berulang kali.									
6.	Membandingkan penampilan saya dengan penampilan orang lain (secara langsung, dalam gambar, atau di media).									
7.	Melihat orang lain dengan teliti.									
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tidak Mengalami Kesulitan										Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)

B			
No.	Pernyataan		
8.	Berdandan lebih lama dari yang diperlukan.		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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.	Menghabiskan banyak uang untuk memperbaiki penampilan saya.		
10.	Menyisir rambut.		
11.	Memeriksa riasan (<i>makeup</i>).		
12.	Berganti pakaian.		
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 8, 9, 10, 11, atau 12 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.			
	2	3	4
	5	6	7
	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)			

C									
No.	Pernyataan							YA	TIDAK
13.	Mengangkat beban.								
14.	Makan dengan aturan tertentu.								
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 13 dan 14 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.									
	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)									

--

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta ini dilindungi Undang-Undang

No.	Pernyataan	YA	TIDAK						
15.	Mengubah warna kulit.								
16.	Menarik atau mencabut rambut.								
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 15 dan 16 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.									
	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)									

E			
No.	Pernyataan	YA	TIDAK
17.	Menghindari situasi sosial di mana keluarga, teman, kenalan, rekan kerja hadir (pekerjaan, pesta pertemuan keluarga, rapat, berbicara dalam kelompok kecil, mengobrol, dan berkencan).		
18.	Menghindari tempat umum (belanja, toko, jalanan ramai, restoran, bioskop, bus, kereta api, taman, antrean, toilet umum).		
19.	Menghindari kontak fisik yang intim atau dekat dengan orang lain (berpelukan, berciuman, menari, berbicara secara dekat).		
20.	Menghindari aktivitas fisik, seperti olahraga atau rekreasi karena mengkhawatirkan penampilan saya.		
21.	Menghindari mengenakan pakaian minim (terbuka).		
22.	Menyembunyikan penampilan (dengan riasan, pakaian, gaya rambut, perhiasan, topi, tangan, atau posisi tubuh).		
23.	Mengubah penampilan (potong rambut).		
24.	Menjadi kesal karena pujian.		

State Islamic University of Sultan Saifuddin 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.

Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, atau 24 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan									Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)

No.	Pernyataan	YA	TIDAK
25.	Menggunakan obat atau perawatan topikal (jenis obat yang digunakan pada permukaan kulit) untuk memperbaiki cacat (mis., kulit, kebotakan).		

Jika Anda memilih YA untuk gejala pada nomor 25 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan									Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
26.	Saya percaya orang lain memikirkan penampilan saya.		
27.	Hal pertama yang diperhatikan orang lain tentang saya adalah apa yang salah dengan penampilan saya.		
28.	Saya merasa orang lain sedang menatap atau membicarakan 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.

29.	Saya percaya orang lain memperlakukan saya berbeda karena kekurangan fisik saya.								
30.	Jika penampilan saya kurang baik, saya kurang berharga.								
31.	Jika penampilan saya kurang baik, saya akan sendirian dan terisolasi.								
32.	Jika penampilan saya kurang baik, saya tidak berdaya.								
33.	Tidak akan ada yang menyukai saya selama saya terlihat seperti ini.								
34.	Jika penampilan saya kurang baik, saya tidak dapat dicintai.								
35.	Saya harus terlihat sempurna.								
36.	Saya terlihat cacat atau tidak normal.								
37.	Saya orang yang tidak menarik.								
38.	Penampilan saya adalah bagian penting dari siapa saya.								
39.	Penampilan luar adalah tanda kecantikan dalam diri.								
40.	Tidak ada orang lain seusia saya, yang terlihat seburuk saya.								
41.	Jika saya dapat tampil seperti yang saya inginkan, saya akan jauh lebih bahagia.								
42.	Orang-orang akan kurang menyukai saya jika mereka tahu seperti apa penampilan saya sekarang.								
43.	Penampilan saya lebih penting daripada kepribadian, kecerdasan, nilai, keterampilan, cara saya berhubungan dengan orang lain, dan kinerja saya di tempat kerja atau di lingkungan lain.								
44.	Jika saya belajar menerima diri sendiri, saya akan kehilangan motivasi untuk terlihat lebih baik.								
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, atau 44 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.									
	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Sangat
Parah
(Sering
dan
Mengalami
Kesulitan)

© 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.

SKALA II

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan teliti, kemudian pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri anda. Perlu diketahui bahwa tidak terdapat jawaban benar ataupun salah serta jawaban yang baik dan buruk. Anda diminta untuk memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan diri anda dengan cara memberi tanda *checklist* pada tiap pernyataan yang telah tersedia. Periksa kembali jawaban anda agar tidak ada nomor yang terlewatkan. Segala bentuk jawaban dan data yang anda berikan akan dijaga kerahasiaannya dan akan digunakan dengan sebaik-baiknya untuk tujuan penelitian ini. Oleh karena itu, jawaban yang anda berikan isilah dengan sejujurnya.

Keterangan :

STS = jika pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri Anda

TS = jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan diri Anda

ATS = jika pernyataan tersebut **Agak Tidak Sesuai** dengan diri Anda

AS = jika pernyataan tersebut **Agak Sesuai** dengan diri Anda

S = jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan diri Anda

SS = jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan diri Anda

Contoh :

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
	Saya adalah orang yang menghargai orang lain				✓		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

No.	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1	Ketika keinginan saya belum diwujudkan oleh Tuhan, saya tetap yakin bahwa itulah yang terbaik dari-Nya.						
2	Saya merasa beruntung telah dilahirkan di dunia ini.						
3	Kesehatan yang saya miliki berasal dari Tuhan.						
4	Saya merasa dicintai oleh orang-orang di sekitar saya.						
5	Saya berpikir bahwa kesulitan dalam hidup ini akan membuat saya terpuruk.						
6	Ketika memandang wajah anggota keluarga, saya menyadari betapa berharganya memiliki mereka.						
7	Kebaikan yang diberikan orang lain tidak terlalu berperan dalam kehidupan saya.						
8	Saya merasa jenuh menjalani rutinitas sehari-hari.						
9	Keluarga saya tidak terlalu peduli dengan keberadaan saya.						
10	Saya kesepian walaupun dikelilingi oleh teman-teman saya.						
11	Tuhan tidak terlalu berperan dalam keberhasilan yang saya raih.						

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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	Saya ragu Tuhan akan memberikan kebahagiaan kepada saya.						
13	Ketika sedang dalam kesulitan, saya merasa tidak ada seorangpun yang membantu saya.						
14	Saya tidak puas dengan apa yang sudah saya peroleh.						
15	Saya tidak puas dengan keadaan saya saat ini.						
16	Saya merasa sudah memiliki segala hal positif dalam hidup.						
17	Kesempatan hidup yang sudah diberikan Tuhan saya manfaatkan untuk memberikan kontribusi sebanyak mungkin pada lingkungan sekitar.						
18	Kekurangan yang saya miliki membuat saya kesal.						
19	Saya sedih dengan keadaan diri saya.						
20	Saya lebih sering merasakan kebahagiaan daripada kesedihan dalam hidup.						
21	Saya bekerja sebaik mungkin karena tidak semua orang memiliki kesempatan untuk bekerja.						
22	Saya beribadah hanya setelah keinginan saya terwujud.						

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.

23	Ketika saya menerima suatu karunia, saya langsung mengucapkan pujian kepada Tuhan.						
24	Saya beraktivitas dengan giat hanya untuk mencapai ambisi saya.						
25	Saya merasa tidak wajib untuk membalas pertolongan orang lain karena sudah sewajarnya saya mendapatkan bantuan ketika kesulitan.						
26	Salah satu bentuk terima kasih saya kepada Tuhan adalah dengan melakukan segala hal dengan sepenuh hati.						
27	Saya berpikir dua kali untuk membantu orang lain karena saya merasa diri sendiri juga masih membutuhkan bantuan.						
28	Saya merasa tidak perlu beramal karena masih banyak kebutuhan lain yang harus dipenuhi.						
29	Saya merasa Tuhan tidak adil terhadap saya.						
30	Karena saya merasa hidup berkecukupan, saya patut membantu orang lain yang kurang mampu.						

SKALA III

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan teliti, kemudian pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. Perlu diketahui bahwa **tidak terdapat jawaban benar maupun salah, serta tidak ada jawaban yang baik maupun buruk**. Anda diminta untuk memilih salah satu jawaban yang paling mencerminkan diri Anda dengan **memberi tanda *checklist* (✓)** pada **satu pilihan jawaban** untuk setiap pernyataan yang tersedia. Sebelum mengumpulkan, **periksalah kembali jawaban Anda** agar tidak ada nomor yang terlewatkan. Segala bentuk jawaban dan data yang Anda berikan akan dijaga **kerahasiaannya** dan akan digunakan dengan sebaik-baiknya untuk **kepentingan penelitian ini**. Oleh karena itu, **jawablah dengan jujur sesuai dengan apa yang Anda rasakan atau alami**.

Keterangan :

HTP = jika pernyataan tersebut **hampir tidak pernah** Anda lakukan

SJ = jika pernyataan tersebut **sangat jarang** Anda lakukan

J = jika pernyataan tersebut **jarang** Anda lakukan

SS = jika pernyataan tersebut **sangat sering** Anda lakukan

HS = jika pernyataan tersebut **hampir selalu** Anda lakukan

Contoh:

No	Pernyataan	HTP	SJ	J	SS	HS
1	Saya merasa bahagia dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat setiap harinya.				✓	

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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.

No.	Pernyataan	HTP	SJ	J	SS	HS
1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya.					
2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah.					
3	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian 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 sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil.					
10	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

	bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang.					
	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.					
	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan.					
	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.					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

20	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan.					
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
Tabulasi Data Uji Coba

UIN SUSKA RIAU



TABULASI DATA TRY OUT GEJALA BODY DYSMORPHIC DISORDER

TABULASI DATA TRY OUT GEJALA BODY DYSMORPHIC DISORDER																																													
	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	TOTAL		
Pengaruh lingkungan terhadap perilaku individu sangat signifikan atau sebaliknya? (Ya/Tidak)	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	75		
	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	85		
	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	57	
	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	64		
	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	58		
	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	58			
	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	76		
	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	56			
	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	59		
	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	54		
	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	51	
	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	59	
	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	63	
	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	67	
	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	57	
	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	77
	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	67
	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	62
	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	65	
	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	67	
	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	51	
	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	57	

- Hak cipta dimiliki oleh UIN Suska Riau
- Di larang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tar

State Islamic Unin



2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tar

33	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	65
34	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	60
35	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	61
36	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	54	
37	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	71	
38	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	64	
39	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	59	
40	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	56	
41	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	64	
42	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	78		
43	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	66	
44	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87		
45	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	64	
46	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	62	
47	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72		
48	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	62	
49	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	67	
50	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	62	
51	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	57		
52	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	59		
53	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	78		
54	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	61	
55	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	62	
56	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	61	

State Islamic Unin



2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tar

47	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	56	
48	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	72
49	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	82	
50	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	55	
51	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	66	
52	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	68	
53	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	69	
54	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	67	
55	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	61	
56	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	55	
57	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	74	
58	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	57	
59	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	68	
60	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	65	
61	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	65	
62	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	59	
63	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	64	
64	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	75	
65	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	57	
66	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	62	
67	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	60		
68	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	56	
69	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	58	
70	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	65	

State Islamic Unin



1.	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	60		
2.	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	59	
3.	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	60		
4.	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	68	
5.	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	63	
6.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87	
7.	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	62
8.	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	65
9.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	88	
10.	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	59
11.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	87	
12.	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	62
13.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	84	
14.	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	63
15.	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	65
16.	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	63	
17.	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	56
18.	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	75
19.	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	67
20.	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	59
21.	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	67
22.	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	86	
23.	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	65
24.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	68

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tar

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

a. Pengutipan harus dilakukan dengan cara yang benar, dengan mencantumkan nama penulis, tahun terbit, judul karya tulis, nama penerbit, dan nomor halaman.

b. Pengutipan tidak diperkenankan untuk diperjualbelikan atau dimanfaatkan secara komersial.

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic Unin

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kitab keagamaan, atau untuk keperluan lain yang wajar UIN Suska Riau.
 - b. Pengutipan tidak mengikat.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tar

Cipta Dinding Undang-Undang Riau	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	75	
	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	73
	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	60	
	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	60	
	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	46		
	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	73
	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	63	
	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	69	
	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	1	67	
	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	68	
2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	64	
2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	61		
2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	67		
2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	58	

TABULASI DATA TRY OUT KEBERSYUKURAN

TABULASI DATA TRY OUT KEBERSYUKURAN																															
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	27	28	29	30	TOTAL	
Kelas 10 Siswa Rahm	6	5	4	2	5	2	5	5	2	2	2	2	2	4	1	5	5	3	4	5	2	5	2	3	4	2	2	4	4	104	
	4	5	5	2	5	3	2	2	3	2	2	3	2	3	5	4	3	3	4	4	3	4	2	3	5	3	2	2	4	99	
	6	6	6	5	4	6	4	3	6	5	6	6	5	4	4	4	5	4	6	5	3	6	6	2	4	5	4	6	6	5	147
	6	6	6	6	4	5	4	4	6	4	6	6	5	4	5	3	4	5	5	4	5	6	5	4	6	5	4	5	6	5	149
	4	5	6	5	4	6	4	4	6	5	6	5	4	4	4	3	5	4	4	4	5	6	5	5	5	5	6	5	4	143	
	5	5	5	5	3	6	4	3	5	5	6	6	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	2	2	5	3	5	5	5	137
	6	4	6	5	2	6	3	1	3	4	6	6	2	5	1	1	3	1	1	4	4	2	6	3	5	5	3	5	4	2	109
	5	5	6	5	5	6	5	4	6	5	6	6	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	152
	5	5	6	5	3	6	5	2	5	5	5	6	5	5	5	4	4	4	4	4	3	5	5	4	3	5	5	5	5	4	138
	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	6	6	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	6	5	149
6	6	6	6	5	6	6	5	6	5	6	6	5	6	6	5	5	5	5	5	5	6	6	3	4	6	4	5	6	5	161	
6	5	6	6	5	6	6	4	6	6	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	2	5	5	3	5	6	2	6	6	5	147	
6	6	6	6	3	6	5	2	5	3	6	6	5	5	5	5	5	3	3	5	5	4	6	1	6	6	3	4	6	5	142	
5	3	6	4	5	6	3	4	6	3	6	5	2	2	4	4	5	3	3	4	5	6	5	3	6	6	4	5	5	2	130	
5	6	5	6	5	6	5	5	6	5	6	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	150	
5	6	6	6	5	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	6	5	5	6	6	6	1	6	6	6	6	6	6	166	
5	6	6	4	3	6	5	3	5	3	6	6	4	5	5	4	4	5	2	5	6	6	6	3	3	6	4	5	6	5	142	
5	5	6	6	3	5	2	3	5	5	6	4	4	3	5	4	6	5	5	4	4	4	5	3	2	4	3	2	6	4	128	
5	5	6	5	3	6	5	5	6	6	6	6	5	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	3	5	5	4	6	5	5	145	
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	1	5	6	6	6	1	6	5	6	6	6	6	6	6	5	167	
5	6	6	5	5	5	5	3	6	5	6	6	5	6	6	3	5	6	6	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	5	161	
6	6	6	6	5	6	1	3	6	6	6	6	6	4	6	5	6	6	5	5	6	6	6	4	6	6	6	6	6	1	159	

- Hak cipta dilindungi undang-undang.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau keperluan lain yang sah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 Hassanudin

6	6	6	5	6	5	5	6	4	6	6	6	6	6	5	6	5	6	5	6	6	6	5	6	6	4	6	6	6	169
5	5	5	4	5	5	5	6	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	147
6	6	6	6	6	6	4	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	5	174
4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	147
6	6	6	3	6	2	6	6	6	6	6	5	6	6	5	6	3	6	4	6	6	6	1	6	6	5	5	6	6	156
5	6	5	6	6	6	6	6	4	6	6	6	5	5	5	6	6	6	6	5	6	6	5	6	6	6	6	6	6	171
5	6	5	5	5	5	4	6	5	6	5	5	5	5	4	5	5	5	4	6	5	5	4	5	5	5	5	6	5	151
6	6	6	4	6	5	5	6	5	6	6	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	6	5	155
6	6	4	5	5	6	3	6	3	6	6	4	5	5	4	6	4	5	4	5	6	6	5	5	6	5	6	5	6	153
4	6	4	3	5	5	4	5	4	6	4	4	2	2	1	5	1	1	4	6	6	6	2	6	5	3	6	4	6	125
5	4	2	3	6	6	4	6	5	6	6	5	4	6	3	3	1	4	6	4	5	5	5	6	4	5	6	5	6	141
2	5	1	6	5	1	1	1	2	4	2	1	2	2	1	4	1	1	6	5	2	4	3	1	4	2	2	3	2	78
5	6	5	5	5	5	3	5	3	5	5	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	5	5	4	4	6	4	5	5	132
5	6	5	4	6	5	5	6	5	6	6	6	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	150
6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	1	6	6	6	4	6	6	6	4	6	6	2	1	6	6	160
5	5	5	3	6	4	3	4	3	5	5	5	4	4	4	4	4	3	4	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	132
5	6	5	3	6	5	3	6	4	6	6	5	4	4	3	5	3	4	4	6	6	5	2	6	6	4	5	5	5	142
5	6	5	3	5	2	3	5	5	6	6	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	138
5	6	6	5	6	5	6	6	5	6	6	6	6	6	4	5	5	5	5	5	5	6	3	5	5	6	5	6	5	161
5	6	5	4	6	4	4	5	5	5	6	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5	1	5	5	3	4	5	4	137
4	5	5	3	5	4	4	5	3	4	5	4	4	4	3	3	4	4	3	4	5	6	3	4	4	3	5	4	4	123
2	5	2	5	1	2	2	3	6	6	6	5	2	2	1	5	2	2	2	5	6	6	2	2	5	2	2	2	4	102
6	6	6	5	6	5	3	6	5	6	5	5	6	5	5	5	5	5	3	5	6	5	1	5	6	2	5	5	5	149
5	6	4	4	5	5	5	6	4	6	6	6	5	5	4	5	4	5	4	5	6	5	3	6	5	4	5	6	4	148

1. Dilarang 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 tar

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

Peak Climax Triumph Jubilant Success Rave	5	6	5	5	5	6	1	4	1	6	6	6	6	6	5	4	6	3	6	6	6	6	1	6	6	3	6	6	6	150	
	6	5	6	5	4	6	4	3	4	2	6	6	3	4	4	4	5	5	4	5	5	5	2	4	5	4	6	6	5	138	
	5	4	5	4	3	5	4	3	3	3	4	5	3	3	3	4	5	3	3	4	4	4	5	2	5	5	4	6	4	5	120
	6	6	6	6	4	6	5	3	6	4	6	6	5	4	4	2	6	5	6	5	5	5	3	5	5	4	5	6	5	149	
	5	4	6	5	2	5	5	4	5	3	6	3	4	4	4	3	3	2	2	3	4	4	5	2	4	5	3	4	4	3	116
	4	4	5	5	3	5	5	3	5	5	6	6	5	2	2	2	4	2	2	3	5	4	4	4	5	4	3	6	6	5	125
	5	4	6	4	4	5	4	4	5	4	5	6	5	5	5	4	5	4	4	3	4	6	6	4	5	6	4	6	5	5	142
	6	6	5	4	4	5	5	2	6	4	6	5	4	5	4	3	4	5	4	4	2	6	5	3	6	5	5	6	5	5	138
	5	5	6	5	3	6	4	3	6	4	5	4	5	4	4	4	4	3	3	4	5	3	5	2	5	5	3	4	4	5	128
	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	4	5	6	5	5	6	5	5	6	6	5	161
6	6	6	6	6	6	6	3	6	6	6	6	6	5	3	3	6	6	6	4	6	6	6	1	6	6	6	6	6	6	163	
6	6	6	6	4	6	4	6	6	4	6	6	6	5	6	4	5	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	169	
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	6	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	151
4	4	6	5	2	5	2	2	6	2	6	6	6	3	6	4	4	4	6	5	4	6	5	2	5	6	5	5	6	5	5	137
6	4	6	5	3	5	3	2	4	3	6	6	4	4	4	3	4	3	3	3	5	5	6	3	5	5	4	6	6	6	6	132
6	6	6	6	5	6	6	3	6	4	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	2	6	6	5	6	6	4	4	157
6	6	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	2	6	6	2	4	6	6	4	6	6	6	4	3	6	3	6	6	4	4	157
6	4	6	4	5	6	1	1	1	2	2	2	4	2	1	5	4	2	2	5	5	1	6	1	2	5	2	1	1	6	6	95
6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	176
6	6	6	5	5	5	5	4	5	5	6	6	5	5	5	2	5	3	5	4	4	5	5	3	4	5	3	5	6	4	4	142
5	5	6	5	3	6	5	5	6	5	6	6	5	4	5	3	5	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	6	5	148
5	5	6	5	5	5	5	5	6	5	6	6	6	5	5	5	4	3	5	5	4	5	4	5	5	4	5	6	6	5	5	151
5	6	6	6	5	5	2	5	6	6	5	5	5	5	5	2	5	5	4	2	6	2	5	4	5	5	2	5	5	5	5	139
5	5	5	5	4	4	4	2	3	2	5	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	5	4	5	4	5	5	6	4	4	126

State Islamic Uni

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

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau State Islamic University

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, atau pengumpulan bahan pustaka.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 © Tri K © N Suska Ratu	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	139	
	5	6	6	6	6	5	4	6	4	6	6	6	5	6	3	5	3	6	5	6	6	6	5	5	5	4	5	6	5	158	
	5	5	5	6	5	6	5	5	6	6	6	6	6	6	6	5	5	2	6	6	5	6	4	6	6	4	4	6	3	158	
	4	5	4	3	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	5	2	2	5	5	2	5	2	2	5	2	2	2	5	95	
	5	6	4	5	4	5	5	3	3	6	6	5	5	6	6	6	5	5	4	6	5	6	3	6	6	5	6	5	5	153	
	1	5	3	3	4	6	1	4	1	4	1	4	1	1	2	6	1	2	6	6	2	4	3	3	4	4	4	3	3	97	
	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	1	3	5	6	5	6	3	6	6	3	5	6	6	158	
	6	6	6	6	6	6	5	6	3	1	6	5	5	5	5	5	4	5	5	6	6	6	5	5	5	5	6	5	5	156	
	2	3	1	5	2	6	6	5	5	6	5	6	6	5	2	2	5	5	2	2	5	2	5	5	5	1	6	6	6	1	120
	5	6	5	2	6	6	3	6	6	6	6	6	6	6	1	6	6	5	4	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	160
2	3	2	2	3	5	2	2	2	5	2	2	2	2	2	3	5	2	5	5	2	2	5	2	2	2	2	2	2	5	84	
4	4	3	3	6	1	5	4	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	5	3	3	3	3	100	
5	5	5	5	2	5	2	2	2	5	6	6	6	5	5	2	2	5	5	2	2	5	2	5	5	2	5	5	5	2	120	
5	6	5	5	5	6	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	5	3	4	3	5	6	6	2	5	5	4	6	5	5	148	
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	5	5	5	4	4	5	5	4	4	6	5	5	6	5	5	6	6	5	152	
5	5	6	5	4	6	6	4	6	4	6	6	3	3	3	3	4	3	4	5	5	4	5	2	6	4	4	6	5	6	138	
5	1	5	5	5	6	5	2	6	6	6	6	6	6	6	3	6	4	5	4	5	6	6	5	6	6	5	5	6	5	153	
5	6	6	6	5	6	4	4	5	6	6	6	6	6	6	1	3	5	5	3	3	1	6	5	2	6	4	4	6	3	140	
4	4	5	5	5	5	5	5	6	5	6	6	3	4	3	2	5	4	6	5	5	6	4	3	5	5	5	5	4	5	140	
6	5	5	4	5	6	6	4	6	4	6	5	5	4	5	4	4	4	5	4	4	6	5	3	5	5	6	6	5	5	147	
4	5	6	5	3	6	3	2	4	4	6	6	4	4	4	3	4	3	3	4	4	5	5	3	5	6	2	4	5	5	127	
5	5	5	5	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	5	5	2	2	5	5	2	5	2	2	5	2	2	2	5	96	
6	6	6	6	5	6	5	6	6	5	6	6	5	6	5	5	5	5	6	6	6	6	6	3	3	6	3	5	6	6	162	
5	3	6	3	2	6	6	4	6	3	6	6	3	5	4	3	4	3	3	3	5	6	5	3	6	4	5	6	5	5	134	

Hal-5 511	6	5	6	6	5	6	5	6	6	6	6	5	5	6	6	5	5	5	5	5	5	5	6	5	4	6	6	3	4	6	5	160
Hal-6 512	5	5	5	3	4	6	5	3	4	4	6	4	4	4	4	4	5	3	3	4	4	4	3	6	2	5	5	1	5	4	5	125
Hal-7 513	6	6	6	6	5	6	6	5	5	4	6	5	5	4	4	4	5	5	5	3	6	6	6	5	6	6	5	6	4	4	155	
Hal-8 514	5	5	5	5	3	5	2	1	5	5	5	5	5	3	2	2	4	2	4	3	3	5	2	4	5	5	2	5	5	3	115	
Hal-9 515	5	5	6	5	4	5	4	3	6	5	5	5	5	4	4	3	4	4	5	3	5	4	5	3	5	5	5	4	4	4	134	
Hal-10 516	6	4	6	3	2	5	5	1	3	2	5	5	2	2	1	5	3	3	2	3	5	6	6	2	6	5	4	6	6	4	118	
Hal-11 517	6	6	6	6	5	6	6	3	6	5	6	6	6	5	4	4	5	5	5	5	5	5	6	3	6	6	6	6	6	6	161	
Hal-12 518	6	5	6	4	4	6	4	3	5	4	6	6	5	4	4	4	4	4	5	2	4	5	5	4	4	6	4	6	6	5	140	
Hal-13 519	6	3	5	3	3	5	6	3	3	5	6	5	1	4	3	5	4	3	3	4	4	5	5	2	5	5	5	5	5	1	122	
Hal-14 520	6	5	6	6	6	6	2	5	6	6	6	6	6	5	4	6	5	5	5	5	6	6	6	3	6	5	5	6	6	5	162	
Hal-15 521	5	5	6	6	4	6	5	4	6	6	6	6	6	4	5	3	5	4	5	6	6	5	5	3	5	5	5	5	5	5	152	
Hal-16 522	6	5	6	5	3	6	5	1	5	2	6	6	4	4	5	3	5	3	4	4	5	5	6	3	6	5	6	6	6	6	142	
Hal-17 523	6	5	5	6	4	6	5	5	5	5	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	151	
Hal-18 524	6	6	6	6	6	6	5	6	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	6	6	6	3	6	6	6	6	6	4	169	

1. Dilarang 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 tar

TABULASI DATA TRY OUT SELF-COMPASSION

TABULASI DATA TRY OUT SELF-COMPASSION																											
	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	TOTAL
Cipta Dinding Janda	3	2	2	1	5	2	4	2	4	4	3	4	2	5	3	3	5	3	5	1	3	3	3	3	3	4	82
	2	2	3	2	4	2	4	3	4	3	2	3	2	4	4	2	4	2	3	2	2	4	4	2	2	4	75
	3	4	4	3	5	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	93
	4	2	5	3	4	3	4	2	4	4	3	4	3	3	4	2	4	3	3	2	3	4	4	2	2	4	85
	3	4	4	3	4	2	3	3	4	2	4	4	2	3	4	2	3	2	4	2	3	4	4	4	2	4	83
	3	2	3	3	4	3	4	2	4	4	2	4	3	4	4	2	4	3	4	2	3	4	4	3	3	4	85
	3	2	4	2	4	2	5	2	2	4	2	3	3	4	4	2	3	1	4	2	3	4	4	3	3	3	78
8	3	2	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	97
9	3	3	5	3	3	1	3	3	5	5	3	3	1	5	3	1	5	1	3	1	3	2	5	3	1	5	77
10	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	101
11	5	3	5	4	3	4	4	3	4	5	3	4	3	5	5	4	4	4	2	4	5	4	4	4	3	4	102
12	3	5	3	4	4	3	3	3	5	3	3	3	5	2	3	3	4	5	2	4	3	3	3	3	4	2	88
13	3	5	4	2	3	2	4	2	4	4	2	4	3	4	4	2	4	2	3	2	2	4	4	3	2	4	82
14	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	4	2	2	4	2	3	4	4	2	3	78
15	4	3	4	3	4	3	5	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	90
16	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	122
17	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	4	1	4	3	2	4	2	3	2	3	3	2	4	3	4	82
18	4	4	3	4	4	2	4	2	5	4	2	5	4	4	4	2	4	2	5	2	4	4	4	2	4	4	92
19	4	3	4	5	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	87
20	5	5	4	5	4	3	5	3	4	3	3	3	3	5	3	5	3	2	4	4	5	4	1	5	5	2	98
21	5	5	5	5	4	4	4	2	5	3	5	4	3	4	4	4	3	5	4	4	4	4	5	5	5	4	109

- Hak cipta dilindungi undang-undang
1. Dilarang 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 tar

- Hak cipta ini dilindungi undang-undang.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau keperluan lain yang sah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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	5	4	3	5	5	5	2	5	4	5	5	3	5	5	3	5	2	5	2	5	5	5	5	3	4	109
4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	3	3	4	5	3	4	5	110
4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	2	2	4	96
3	4	4	5	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	109
4	3	5	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	4	3	4	4	88
3	2	5	2	4	3	5	2	5	4	5	4	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	88
5	5	5	5	4	5	4	3	4	4	4	5	3	4	4	5	4	5	4	3	4	4	4	5	4	4	110
4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	3	5	4	5	5	4	4	107
5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	107
3	4	5	4	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	96
4	2	5	2	3	3	5	1	5	4	2	3	2	4	5	2	4	4	3	2	2	3	2	2	3	3	80
4	2	3	2	4	2	4	5	3	4	3	3	3	4	2	2	5	3	4	2	3	4	4	1	2	3	81
5	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37
3	1	3	4	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	68
4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	3	3	4	92
5	5	4	4	2	3	5	2	4	5	5	5	3	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	99
4	4	5	3	4	3	5	1	5	5	3	5	1	5	5	1	5	1	3	2	1	5	5	2	1	5	89
3	4	4	3	4	3	4	1	5	5	3	3	3	5	5	3	5	3	5	2	3	5	5	3	3	5	97
3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
5	4	4	4	4	5	3	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	3	5	2	5	4	4	5	4	5	111
3	5	4	3	4	3	4	4	5	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	99
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	3	80
2	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	80

45	5	5	4	4	5	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	102
46	2	1	3	2	1	4	3	4	3	3	2	3	5	2	1	3	1	2	4	3	2	5	4	4	2	3	72
47	4	3	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	3	4	2	5	4	4	4	4	4	109
48	3	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	3	3	3	80
49	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	80
50	5	5	4	5	4	4	4	2	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	97
51	3	1	4	2	3	2	4	1	2	4	2	3	2	4	4	2	4	3	3	1	3	3	3	1	1	4	69
52	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	3	2	4	4	2	4	2	3	2	2	3	3	3	2	4	75
53	4	5	4	4	4	4	4	3	4	5	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	3	4	3	3	2	4	87
54	5	2	4	1	4	4	5	1	4	4	2	3	2	3	5	3	5	2	3	2	1	3	5	2	2	5	82
55	4	5	4	3	4	2	4	3	4	5	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	5	4	4	5	4	3	97
56	5	4	3	4	3	4	2	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	3	5	4	4	4	5	4	105
57	3	3	5	2	5	2	5	2	5	5	3	4	4	5	4	3	4	5	3	3	3	3	3	4	2	4	94
58	1	4	5	2	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	5	2	5	3	5	3	2	4	4	5	3	5	104
59	4	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85
60	3	2	4	2	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	1	1	3	4	1	1	3	69
61	3	3	4	3	4	3	5	3	5	5	3	4	2	3	5	3	4	2	3	3	3	4	3	4	1	3	88
62	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	3	4	92
63	5	5	3	5	4	5	4	4	5	2	5	2	4	4	2	5	3	5	5	1	4	4	3	5	5	1	100
64	5	5	3	2	1	3	2	4	2	1	5	4	4	1	1	2	5	1	4	2	4	2	2	2	1	2	70
65	5	3	3	5	2	4	5	3	4	4	3	4	2	3	3	4	2	4	2	2	4	2	4	5	5	3	90
66	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	77
67	4	5	2	5	4	4	5	5	4	5	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	5	3	4	100

- 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, penerjemahan atau keperluan lain yang sah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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, penerjemahan atau keperluan resmi yang lain.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	3	94
3	4	4	2	3	3	3	2	5	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	4	3	4	3	4	88
4	5	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83
1	1	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5	3	3	5	1	5	94
3	3	4	5	4	1	5	1	4	4	4	2	3	4	5	3	4	4	5	2	2	3	4	5	4	4	92
4	4	3	5	4	4	4	5	4	4	2	4	5	3	4	3	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	102
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	3	78
4	3	3	4	5	4	4	1	5	4	3	5	3	4	5	3	4	3	5	2	3	4	5	4	4	5	99
1	1	5	1	3	3	5	3	5	3	1	4	1	5	4	3	5	1	4	1	3	3	3	3	2	3	76
4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	2	4	4	5	5	3	4	4	4	1	2	4	5	4	3	4	97
3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	2	5	4	2	4	2	4	2	3	4	4	3	3	4	88
2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	56
4	5	5	1	2	4	5	2	4	2	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	5	4	3	84
2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	57
4	4	3	4	3	2	4	2	4	2	2	2	4	4	4	2	4	3	4	2	3	4	3	3	2	4	82
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	78
3	3	3	3	5	3	5	3	4	5	3	5	1	5	5	1	5	1	3	3	3	5	5	3	3	5	93
5	4	3	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	104
5	2	3	3	4	2	2	2	5	4	4	3	3	3	2	3	2	4	1	2	2	3	4	3	1	4	76
5	5	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	1	3	3	5	3	5	89
2	2	3	1	5	1	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	1	1	4	3	2	1	3	61
4	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85
5	5	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	5	3	3	4	4	3	95

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang 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 mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tar

33	2	4	2	4	2	5	2	4	5	4	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	4	4	4	2	4	77
22	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	78
22	2	4	4	4	2	5	3	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	3	5	3	4	4	4	2	95
33	2	4	1	5	1	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	4	2	4	4	4	3	2	4	79
55	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	1	3	4	4	2	4	4	85
33	1	4	3	5	1	3	5	4	4	4	5	1	2	4	2	4	1	4	1	2	3	4	2	2	5	79
33	3	3	2	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	81
33	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	76
44	3	4	3	3	3	3	1	3	5	1	5	3	5	5	2	3	3	3	2	1	4	5	1	3	5	83
33	2	4	1	5	1	5	2	5	5	3	3	1	3	5	1	4	1	3	2	4	4	2	3	2	4	78
33	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	96
33	3	3	2	5	2	4	2	5	5	3	4	1	4	5	2	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	86
44	3	3	3	4	3	3	2	5	4	5	3	2	4	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	2	3	86
55	4	5	4	5	4	4	4	5	4	3	4	3	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	3	108
33	2	5	3	5	2	5	2	5	5	3	5	2	5	5	3	5	3	4	2	3	5	4	3	2	5	96
44	4	4	3	5	3	4	3	5	4	3	5	4	5	4	1	2	5	5	3	5	4	5	3	1	5	99
33	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	88
44	4	4	4	5	4	5	4	3	4	3	3	3	4	4	5	3	3	4	1	4	4	4	5	5	3	98

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

Uji Reliabilitas

UIN SUSKA RIAU

1. Gejala *body dysmorphic disorder*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	108	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	108	100.0

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

Reliability Statistics BDD-SS

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	44

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	63.0000	71.364	.231	.911
VAR00002	63.1204	71.621	.074	.913
VAR00003	63.2222	70.231	.242	.912
VAR00004	63.1481	70.127	.292	.911
VAR00005	63.1019	70.504	.267	.911
VAR00006	63.2870	69.777	.282	.911
VAR00007	63.4259	69.125	.342	.911
VAR00008	63.6759	69.025	.402	.910
VAR00009	63.4259	68.209	.455	.909
VAR00010	63.0278	71.990	.039	.913
VAR00011	63.0370	71.849	.065	.912
VAR00012	63.0370	71.344	.173	.912
VAR00013	63.6111	70.632	.171	.913
VAR00014	63.5000	69.093	.347	.911
VAR00015	63.7500	68.731	.497	.909
VAR00016	63.7222	68.745	.471	.909
VAR00017	63.7315	67.880	.607	.907
VAR00018	63.7870	68.674	.551	.908
VAR00019	63.3704	69.301	.326	.911

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.

VAR00020	63.7685	68.890	.492	.909
VAR00021	63.0000	71.738	.125	.912
VAR00022	63.5370	68.457	.431	.909
VAR00023	63.5463	68.848	.383	.910
VAR00024	63.7778	68.885	.504	.909
VAR00025	63.6574	69.704	.302	.911
VAR00026	63.2130	69.347	.367	.910
VAR00027	63.3148	68.218	.474	.909
VAR00028	63.4444	67.632	.526	.908
VAR00029	63.6852	66.984	.693	.906
VAR00030	63.5741	66.957	.631	.907
VAR00031	63.6759	67.062	.674	.906
VAR00032	63.6481	67.165	.640	.907
VAR00033	63.6759	67.305	.640	.907
VAR00034	63.6481	66.959	.668	.906
VAR00035	63.5648	69.033	.364	.910
VAR00036	63.8611	68.794	.694	.908
VAR00037	63.7500	68.283	.566	.908
VAR00038	63.1574	69.741	.344	.910
VAR00039	63.4167	69.423	.306	.911
VAR00040	63.7963	67.921	.693	.907
VAR00041	63.1296	70.693	.216	.912
VAR00042	63.6667	67.738	.573	.908
VAR00043	63.8148	68.788	.577	.908
VAR00044	63.7037	68.827	.445	.909

Sesudah

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	108	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	108	100.0

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

Reliability Statistics BDD-SS

Cronbach's Alpha	N of Items
.921	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00007	41.7037	56.360	.320	.921
VAR00008	41.9537	55.988	.420	.920
VAR00009	41.7037	55.463	.443	.920
VAR00014	41.7778	56.305	.328	.921
VAR00015	42.0278	55.710	.521	.918
VAR00016	42.0000	55.645	.506	.919
VAR00017	42.0093	54.981	.624	.917
VAR00018	42.0648	55.669	.575	.918
VAR00019	41.6481	56.398	.320	.921
VAR00020	42.0463	55.689	.546	.918
VAR00022	41.8148	55.648	.423	.920
VAR00023	41.8241	55.772	.407	.920
VAR00024	42.0556	55.960	.509	.919
VAR00025	41.9352	56.659	.311	.921
VAR00026	41.4907	56.701	.321	.921
VAR00027	41.5926	55.533	.452	.919
VAR00028	41.7222	55.006	.505	.919
VAR00029	41.9630	54.186	.707	.916
VAR00030	41.8519	54.389	.611	.917

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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



Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

VAR00031	41.9537	54.119	.710	.916
VAR00032	41.9259	54.294	.662	.916
VAR00033	41.9537	54.362	.672	.916
VAR00034	41.9259	54.368	.650	.917
VAR00035	41.8426	56.022	.376	.920
VAR00036	42.1389	55.784	.724	.917
VAR00037	42.0278	55.373	.579	.918
VAR00038	41.4352	56.771	.342	.921
VAR00039	41.6944	56.457	.307	.922
VAR00040	42.0741	54.966	.723	.916
VAR00042	41.9444	54.838	.591	.917
VAR00043	42.0926	55.767	.604	.918
VAR00044	41.9815	55.794	.467	.919

2. KEBERSYUKURAN

SEBELUM

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	108	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	108	100.0

a Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

KEBERSYUKURAN

Cronbach's Alpha	N of Items
.928	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	134.4722	388.158	.460	.926
VAR00002	134.7870	377.066	.593	.925
VAR00003	134.1204	391.341	.461	.927
VAR00004	134.7963	375.640	.625	.924
VAR00005	135.5648	379.370	.486	.926
VAR00006	134.2963	385.033	.495	.926
VAR00007	135.1667	377.785	.457	.926
VAR00008	135.9537	369.054	.581	.925
VAR00009	134.6296	366.703	.741	.922
VAR00010	135.3704	374.572	.536	.925
VAR00011	134.2222	379.688	.538	.925
VAR00012	134.4074	369.365	.726	.923
VAR00013	135.0370	369.195	.673	.923
VAR00014	135.2778	365.399	.746	.922
VAR00015	135.2315	362.273	.775	.922

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

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

VAR00016	136.0648	388.491	.265	.929
VAR00017	135.0278	386.083	.463	.926
VAR00018	135.6296	370.086	.609	.924
VAR00019	135.4259	364.994	.729	.922
VAR00020	135.4537	393.521	.229	.929
VAR00021	134.8796	392.780	.243	.929
VAR00022	134.7407	369.764	.663	.923
VAR00023	134.5000	387.112	.458	.926
VAR00024	136.4259	386.378	.315	.928
VAR00025	136.0185	385.196	.275	.930
VAR00026	134.5556	385.688	.505	.926
VAR00027	135.5463	374.587	.558	.925
VAR00028	134.7222	374.483	.582	.925
VAR00029	134.5741	369.780	.754	.923
VAR00030	135.0463	386.157	.368	.927

SESUDAH 1

Reliability Statistics KEBERSYUKURAN

Cronbach's Alpha	N of Items
.934	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	118.0000	336.374	.445	.933
VAR00002	118.3148	324.984	.609	.931
VAR00003	117.6481	338.847	.464	.933
VAR00004	118.3241	324.053	.631	.931
VAR00005	119.0926	328.346	.472	.933
VAR00006	117.8241	333.492	.481	.933
VAR00007	118.6944	326.850	.444	.934
VAR00008	119.4815	318.551	.573	.932
VAR00009	118.1574	315.237	.759	.929
VAR00010	118.8981	321.756	.569	.932
VAR00011	117.7500	327.124	.562	.932
VAR00012	117.9352	317.426	.752	.929
VAR00013	118.5648	317.575	.690	.930
VAR00014	118.8056	313.803	.769	.929
VAR00015	118.7593	311.568	.782	.928
VAR00017	118.5556	335.053	.432	.933
VAR00018	119.1574	319.012	.611	.931
VAR00019	118.9537	313.689	.745	.929
VAR00022	118.2685	318.722	.666	.930
VAR00023	118.0278	335.448	.443	.933
VAR00024	119.9537	335.203	.294	.936
VAR00026	118.0833	333.871	.498	.933
VAR00027	119.0741	324.125	.539	.932
VAR00028	118.2500	322.937	.588	.932
VAR00029	118.1019	318.074	.775	.929
VAR00030	118.5741	334.808	.349	.935

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

SESUDAH 2

Reliability Statistics KEBERSYUKURAN

Cronbach's Alpha	N of Items
.936	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	114.7037	321.033	.458	.935
VAR00002	115.0185	309.888	.620	.933
VAR00003	114.3519	323.389	.483	.935
VAR00004	115.0278	308.981	.642	.933
VAR00005	115.7963	313.977	.461	.935
VAR00006	114.5278	318.158	.494	.935
VAR00007	115.3981	312.335	.439	.936
VAR00008	116.1852	304.470	.563	.934
VAR00009	114.8611	300.794	.758	.931
VAR00010	115.6019	307.382	.563	.934
VAR00011	114.4537	312.344	.563	.934
VAR00012	114.6389	302.831	.753	.931
VAR00013	115.2685	303.282	.684	.932
VAR00014	115.5093	299.336	.770	.931
VAR00015	115.4630	297.485	.775	.930
VAR00017	115.2593	319.745	.443	.935
VAR00018	115.8611	304.906	.600	.933
VAR00019	115.6574	299.611	.736	.931
VAR00022	114.9722	304.027	.669	.932
VAR00023	114.7315	319.862	.463	.935
VAR00026	114.7870	318.412	.516	.934
VAR00027	115.7778	310.044	.525	.934
VAR00028	114.9537	308.456	.584	.933
VAR00029	114.8056	303.560	.774	.931
VAR00030	115.2778	319.417	.361	.936

3. Self-compassion

Case Processing Summary

	N	%
--	---	---

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

Cases	Valid	108	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	108	100.0

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

Reliability Statistics S-C

Cronbach's Alpha	N of Items
.895	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	84.7593	166.745	.316	.895
VAR00002	85.0000	157.832	.545	.890
VAR00003	84.5278	168.831	.317	.894
VAR00004	85.0741	157.994	.577	.889
VAR00005	84.5000	165.112	.438	.892
VAR00006	85.3241	158.726	.603	.888
VAR00007	84.4167	166.339	.413	.892
VAR00008	85.5000	165.748	.327	.895
VAR00009	84.3519	164.922	.502	.891
VAR00010	84.5093	167.206	.370	.893
VAR00011	85.1389	162.270	.504	.891
VAR00012	84.6574	164.601	.486	.891
VAR00013	85.3889	162.502	.466	.891
VAR00014	84.6296	165.637	.448	.892
VAR00015	84.5463	161.914	.514	.890
VAR00016	85.4630	162.027	.544	.890
VAR00017	84.6852	166.535	.373	.893
VAR00018	85.3426	160.938	.518	.890
VAR00019	84.7685	164.273	.474	.891
VAR00020	85.8519	165.997	.408	.893
VAR00021	85.1111	159.296	.574	.889
VAR00022	84.7130	165.365	.522	.891
VAR00023	84.6574	164.153	.487	.891
VAR00024	84.9259	160.181	.550	.889

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

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

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

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

VAR00025	85.4167	159.741	.583	.889
VAR00026	84.6111	167.548	.345	.894

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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
Skala 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.

DEBRIEFING

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Noerma Nayla Annur Putri, mahasiswa S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk penyelesaian tugas akhir. Apabila anda:

4. Perempuan dewasa awal yang berusia 18-25 tahun.
5. Berdomisili di Pekanbaru
6. Menggunakan media sosial untuk melihat konten kecantikan.

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

5. Dalam penelitian ini anda diminta untuk mengisi 3 skala, dengan durasi waktu pengisian sekitar 10 – 25 menit.
6. Semua jawaban adalah benar, mohon diisi sesuai dengan situasi atau kondisi yang menggambarkan anda.
7. Pernyataan yang diajukan nanti tidak untuk *self-diagnose*.
8. Tidak ada risiko dalam mengikuti penelitian ini. Namun anda membutuhkan waktu 10 – 25 menit untuk mengisi *form online*. Jika ada reaksi yang timbul setelah anda berpartisipasi dalam penelitian ini, silahkan menghubungi peneliti melalui email: naylanoerma@gmail.com, atau jika ada pelanggaran terhadap ketentuan diatas, anda dapat mengajukan pengaduan ke fpsi@uinsuska.ac.id.

Atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Hormat kami

Tim peneliti

Noerma Nayla Annur Putri

Anggia Kargenti Eva Nurul Marettih

SKALA I

Setiap kotak berikut berisi sejumlah pernyataan terkait pikiran atau perilaku yang mungkin Anda alami selama satu minggu terakhir. Instrumen ini tidak dimaksudkan untuk mendiagnosis diri sendiri (*self-diagnosis*), sehingga penting bagi Anda untuk menjawab dengan jujur sesuai dengan kondisi sebenarnya. Tidak ada jawaban yang benar maupun salah. Silakan periksa setiap gejala yang tercantum dalam kotak dan tandai apakah Anda pernah mengalaminya dalam kurun waktu terakhir. Pilih "YA" jika pernah, dan "TIDAK" jika belum pernah. Jika Anda memilih "YA", mohon lanjutkan dengan menilai tingkat keparahan gejala tersebut secara keseluruhan dalam beberapa waktu terakhir menggunakan skala angka yang telah disediakan.

Contoh:

Contoh										
No.	Pernyataan							YA	TIDAK	
1	Saya sering merasa tidak puas dengan penampilan wajah saya.							✓		
2	Saya sering menghabiskan banyak waktu untuk memperbaiki penampilan.							✓		
3	Saya merasa malu atau cemas jika harus bertemu orang baru karena takut mereka memperhatikan kekurangan fisik saya.								✓	
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, atau 7 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.										
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tidak Mengalami Kesulitan							Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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										
No.	Pernyataan								YA	TIDAK
1.	Melihat orang lain dengan teliti.									
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada pernyataan nomor 1 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.										
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tidak Mengalami Kesulitan										Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)

B										
No.	Pernyataan								YA	TIDAK
2.	Berdandan lebih lama dari yang diperlukan.									
3.	Menghabiskan banyak uang untuk memperbaiki penampilan saya.									
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 2 atau 3 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.										
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tidak Mengalami Kesulitan										Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

No.	Pernyataan	YA	TIDAK						
4.	Makan dengan aturan tertentu.								
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada pernyataan nomor 4 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.									
	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)									

D									
No.	Pernyataan	YA	TIDAK						
5.	Mengubah warna kulit.								
6.	Menarik atau mencabut rambut.								
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 5 dan 6 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.									
	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)									

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.

No.	Pernyataan	YA	TIDAK						
7.	Menghindari situasi sosial di mana keluarga, teman, kenalan, rekan kerja hadir (pekerjaan, pesta pertemuan keluarga, rapat, berbicara dalam kelompok kecil, mengobrol, dan berkenan).								
8.	Menghindari tempat umum (belanja, toko, jalanan ramai, restoran, bioskop, bus, kereta api, taman, antrean, toilet umum).								
9.	Menghindari kontak fisik yang intim atau dekat dengan orang lain (berpelukan, berciuman, menari, berbicara secara dekat).								
10.	Menghindari aktivitas fisik, seperti olahraga atau rekreasi karena mengkhawatirkan penampilan saya.								
11.	Menyembunyikan penampilan (dengan riasan, pakaian, gaya rambut, perhiasan, topi, tangan, atau posisi tubuh).								
12.	Mengubah penampilan (potong rambut).								
13.	Menjadi kesal karena pujian.								
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 7, 8, 9, 10, 11, 11, atau 13 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.									
	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan									Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)

No.	Pernyataan	YA	TIDAK
14.	Menggunakan obat atau perawatan topikal (jenis obat yang digunakan pada permukaan kulit) untuk memperbaiki cacat (mis., kulit, kebotakan).		

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.

Jika Anda memilih YA untuk gejala pada nomor 14 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan									Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)

No.	Pernyataan	Ya	Tidak
15.	Saya percaya orang lain memikirkan penampilan saya.		
16.	Hal pertama yang diperhatikan orang lain tentang saya adalah apa yang salah dengan penampilan saya.		
17.	Saya merasa orang lain sedang menatap atau membicarakan saya.		
18.	Saya percaya orang lain memperlakukan saya berbeda karena kekurangan fisik saya.		
19.	Jika penampilan saya kurang baik, saya kurang berharga.		
20.	Jika penampilan saya kurang baik, saya akan sendirian dan terisolasi.		
21.	Jika penampilan saya kurang baik, saya tidak berdaya.		
22.	Tidak akan ada yang menyukai saya selama saya terlihat seperti ini.		
23.	Jika penampilan saya kurang baik, saya tidak dapat dicintai.		
24.	Saya harus terlihat sempurna.		
25.	Saya terlihat cacat atau tidak normal.		
26.	Saya orang yang tidak menarik.		
27.	Penampilan saya adalah bagian penting dari siapa saya.		
28.	Penampilan luar adalah tanda kecantikan dalam diri.		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

29.	Tidak ada orang lain seusia saya, yang terlihat seburuk saya.								
30.	Orang-orang akan kurang menyukai saya jika mereka tahu seperti apa penampilan saya sekarang.								
31.	Penampilan saya lebih penting daripada kepribadian, kecerdasan, nilai, keterampilan, cara saya berhubungan dengan orang lain, dan kinerja saya di tempat kerja atau di lingkungan lain.								
32.	Jika saya belajar menerima diri sendiri, saya akan kehilangan motivasi untuk terlihat lebih baik.								
Jika Anda memilih YA untuk gejala pada semua pernyataan atau salah satu dari nomor 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, atau 32 di atas, harap tandai tingkat keparahan gejala ini secara keseluruhan selama seminggu terakhir pada skala berikut.									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Tidak Mengalami Kesulitan									Sangat Parah (Sering dan Mengalami Kesulitan)

SKALA II

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan teliti, kemudian pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri anda. Perlu diketahui bahwa tidak terdapat jawaban benar ataupun salah serta jawaban yang baik dan buruk. Anda diminta untuk memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan diri anda dengan cara memberi tanda *checklist* pada tiap pernyataan yang telah tersedia. Periksa kembali jawaban anda agar tidak ada nomor yang terlewatkan. Segala bentuk jawaban dan data yang anda berikan akan dijaga kerahasiaannya dan akan digunakan dengan sebaik-baiknya untuk tujuan penelitian ini. Oleh karena itu, jawaban yang anda berikan isilah dengan sejujurnya.

Keterangan :

STS = jika pernyataan tersebut **Sangat Tidak Sesuai** dengan diri Anda

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.

- TS** = jika pernyataan tersebut **Tidak Sesuai** dengan diri Anda
- ATS** = jika pernyataan tersebut **Agak Tidak Sesuai** dengan diri Anda
- AS** = jika pernyataan tersebut **Agak Sesuai** dengan diri Anda
- S** = jika pernyataan tersebut **Sesuai** dengan diri Anda
- SS** = jika pernyataan tersebut **Sangat Sesuai** dengan diri Anda

Contoh :

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1	Saya adalah orang yang menghargai orang lain				✓		

No	Pernyataan	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1.	Ketika keinginan saya belum diwujudkan oleh Tuhan, saya tetap yakin bahwa itulah yang terbaik dari-Nya.						
2.	Saya merasa beruntung telah dilahirkan di dunia ini.						
3.	Kesehatan yang saya miliki berasal dari Tuhan.						
4.	Saya merasa dicintai oleh orang-orang di sekitar saya.						

© 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:

- 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.

5.	Saya berpikir bahwa kesulitan dalam hidup ini akan membuat saya terpuruk.						
6.	Ketika memandang wajah anggota keluarga, saya menyadari betapa berharganya memiliki mereka.						
7.	Kebaikan yang diberikan orang lain tidak terlalu berperan dalam kehidupan saya.						
8.	Saya merasa jenuh menjalani rutinitas sehari-hari.						
9.	Keluarga saya tidak terlalu peduli dengan keberadaan saya.						
10.	Saya kesepian walaupun dikelilingi oleh teman-teman saya.						
11.	Tuhan tidak terlalu berperan dalam keberhasilan yang saya raih.						
12.	Saya ragu Tuhan akan memberikan kebahagiaan kepada saya.						
13.	Ketika sedang dalam kesulitan, saya merasa tidak ada seorangpun yang membantu saya.						
14.	Saya tidak puas dengan apa yang sudah saya peroleh.						
15.	Saya tidak puas dengan keadaan saya saat ini.						

© 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:

- 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.	Kesempatan hidup yang sudah diberikan Tuhan saya memanfaatkan untuk memberikan kontribusi sebanyak mungkin pada lingkungan sekitar.						
17.	Kekurangan yang saya miliki membuat saya kesal.						
18.	Saya sedih dengan keadaan diri saya.						
19.	Saya beribadah hanya setelah keinginan saya terwujud.						
20.	Ketika saya menerima suatu karunia, saya langsung mengucapkan pujian kepada Tuhan.						
21.	Salah satu bentuk terima kasih saya kepada Tuhan adalah dengan melakukan segala hal dengan sepuh hati.						
22.	Saya berpikir dua kali untuk membantu orang lain karena saya merasa diri sendiri juga masih membutuhkan bantuan.						
23.	Saya merasa tidak perlu beramal karena masih banyak kebutuhan lain yang harus dipenuhi.						
24.	Saya merasa Tuhan tidak adil terhadap 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.

25.	Karena saya merasa hidup berkecukupan, saya patut membantu orang lain yang kurang mampu.						
-----	--	--	--	--	--	--	--



SKALA III

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan teliti, kemudian pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda. Perlu diketahui bahwa **tidak terdapat jawaban benar maupun salah, serta tidak ada jawaban yang baik maupun buruk**. Anda diminta untuk memilih salah satu jawaban yang paling mencerminkan diri Anda dengan **memberi tanda *checklist* (✓)** pada **satu pilihan jawaban** untuk setiap pernyataan yang tersedia. Sebelum mengumpulkan, **periksalah kembali jawaban Anda** agar tidak ada nomor yang terlewatkan. Segala bentuk jawaban dan data yang Anda berikan akan dijaga **kerahasiaannya** dan akan digunakan dengan sebaik-baiknya untuk **kepentingan penelitian ini**. Oleh karena itu, **jawablah dengan jujur sesuai dengan apa yang Anda rasakan atau alami**.

Keterangan :

HTP = jika pernyataan tersebut **hampir tidak pernah** Anda lakukan

SJ = jika pernyataan tersebut **sangat jarang** Anda lakukan

J = jika pernyataan tersebut **jarang** Anda lakukan

SS = jika pernyataan tersebut **sangat sering** Anda lakukan

HS = jika pernyataan tersebut **hampir selalu** Anda lakukan

Contoh:

No	Pernyataan	HTP	SJ	J	SS	HS
	Saya merasa bahagia dalam melakukan sesuatu yang bermanfaat setiap harinya.				✓	

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.

No.	Pernyataan	HTP	SJ	J	SS	HS
1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya.					
2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah.					
3	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian 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 sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil.					
10	Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri 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.

	bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang.					
	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.					
	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan.					
	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.					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

20	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan.					
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 F
Tabulasi Data Penelitian

UIN SUSKA RIAU

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

DATA DEMOGRAFI							
Nomor	Nama / Inisial	Usia	Domisili	Akun Media Sosial Yang Digunakan	Kategori Bmi	Satu Bagian Tubuh Yang Paling Sukai	Satu Bagian Tubuh Yang Paling Tidak Sukai
1	N	21	Rumbai Barat	Instagram	Normal	Alis	Paha
2	S	22	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Mata	Rambut
3	W	25	Marpoyan Damai	Instagram	Normal	Wajah	Lutut
4	Aor	20	Tuah Madani	Yang Lain	Obesistas 1	Mata	Tidak Ada
5	N	18	Marpoyan Damai	Twitter	Kurang	Mata	Dagu, I Mean Bentuk Muka
6	A	22	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Perut	Kaki
7	M	21	Binawidya	Instagram	Berlebih	Mata	Pinggul
8	M	21	Binawidya	Instagram	Normal	Mata Dan Alis	Gigi Dan Bibir
9	N	21	Binawidya	Tiktok	Kurang	Alis	Jari Tangan
10	A	20	Tuah Madani	Tiktok	Kurang	Rambut	Tangan
11	A	21	Tuah Madani	Tiktok	Obesistas 1	Ga Ada	Semua Nya
12	A	21	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Alis	Hidung
13	B	20	Binawidya	Tiktok	Normal	Perut	Pinggang Ampe Paha
14	A	21	Marpoyan Damai	Instagram	Normal	Bulu Mata	Wajah
15	R	18	Pekanbaru Kota	Instagram	Kurang	Hidung	Muka
16	R	23	Rumbai	Tiktok	Normal	Tangan	Rambut
17	Y	21	Rumbai	Tiktok	Normal	Bibir	Hidung

	N	22	Marpoyan Damai	Instagram	Berlebih	Wajah	Gigi
	N	21	Binawidya	Tiktok	Kurang	Hidung	Tidak Ada
	Knnr	20	Binawidya	Instagram	Normal	Mata	Suka Suka Aja Semua, Mungkin Secara Umum Agak Kurus Aja
	A	21	Bukit Raya	Instagram	Normal	Tangan	Mata
	Paa	22	Bukit Raya	Instagram	Kurang	Mata	Bibir
	R	24	Binawidya	Instagram	Normal	Mata	Wajah
	A	22	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Paha	Kaki
	Da	21	Payung Sekaki	Tiktok	Normal	Mata	Jari Tangan
	N	21	Sukajadi	Instagram	Normal	Wajah	Kaki
	A	21	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Bulu Mata	Wajah
	Ntf	18	Tenayan Raya	Instagram	Normal	Mata	Tangan
	Kym	20	Sail	Instagram	Kurang	Hidung	Gak Ada
	A	20	Pekanbaru Kota	Tiktok	Normal	Tangan	Gigi
	D	18	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Mata	Rambut
	D	20	Binawidya	Instagram	Normal	Mata	Tidak Adaa Karna Saya Suka Smua Ciptaan Allah
	P	20	Binawidya	Instagram	Normal	Mata	Paha
	S	23	Binawidya	Instagram	Obesistas 1	Bentuk Body Gweh	Muka
	P	22	Tuah Madani	Instagram	Normal	Mata	Hidung

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

Ff	20	Pekanbaru Kota	Tiktok	Obesistas 1	Wajah	Bahu
Sr	21	Binawidya	Instagram	Normal	Tangan	Mata
B	19	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Mata	Tidak Ada,Saya Menyukai Semua Pemberian Tuhan Kepada Tubuh Saya
Da	21	Sail	Instagram	Normal	Wajah	Rambut
Ga	23	Sail	Tiktok	Kurang	Mata	Gigi
Ta	24	Rumbai Barat	Instagram	Kurang	Bibir	Hidung
Va	23	Bukit Raya	Twitter	Kurang	Mata	Alis
Hj	20	Bukit Raya	Tiktok	Kurang	Wajah	Hidung
Mr	24	Bukit Raya	Tiktok	Kurang	Gigi	Mata
C	19	Pekanbaru Kota	Tiktok	Kurang	Wajah	Hidung
Mc	23	Kulim	Tiktok	Kurang	Alis	Gigi
C	20	Rumbai Barat	Tiktok	Kurang	Bahu	Hidung
A	19	Marpoyan Damai	Twitter	Kurang	Bibir	Hidung
Av	20	Payung Sekaki	Tiktok	Kurang	Pinggang	Bahu
Hm	21	Rumbai	Tiktok	Normal	Kaki	Leher
W	23	Tuah Madani	Facebook	Kurang	Rambut	Wajah
Yl	20	Marpoyan Damai	Instagram	Berlebih	Dagu	Gigi
Vv	19	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Pinggang	Jari

- Hak cipta ini dilindungi undang-undang.
1. Dilarang 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 tar

T	23	Payung Sekaki	Tiktok	Normal	Pinggang	Rambut
H	22	Bukit Raya	Instagram	Kurang	Mata	Tangan
Sm	19	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Tangan	Hidung
T	23	Kulim	Twitter	Berlebih	Pinggang	Rambut
N	19	Pekanbaru Kota	Instagram	Berlebih	Mata	Hidung
Mz	19	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Wajah	Hidung
A	21	Pekanbaru Kota	Tiktok	Kurang	Hidung	Gigi
A	24	Pekanbaru Kota	Instagram	Kurang	Bulumata	Mata
Sk	25	Rumbai Timur	Tiktok	Normal	Rambut	Perut
Wd	25	Sukajadi	Facebook	Normal	Rambut	Kaki
A	21	Pekanbaru Kota	Twitter	Kurang	Tangan	Lutut Dann Siku
S	22	Rumbai Barat	Tiktok	Berlebih	Tangan	Ketiak
Df	22	Pekanbaru Kota	Instagram	Obesistas 1	Mata	Hidung
Cl	24	Payung Sekaki	Twitter	Kurang	Tidak Ada	Semuanya
Vs	20	Sukajadi	Twitter	Berlebih	Mulut	Kulit
Ad	23	Payung Sekaki	Twitter	Obesistas 1	Mulut	Perut
Ns	23	Tenayan Raya	Instagram	Normal	Punggung	Paha
Fe	22	Pekanbaru Kota	Facebook	Normal	Kepala	Kaki
Sa	19	Bukit Raya	Tiktok	Normal	Bulu Mata	Rambut

- Hak cipta ini adalah hak 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, penerjemahan atau keperluan lain yang tidak bersifat komersial.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Da	19	Rumbai	Instagram	Normal	Jari	Kaki
V	21	Kulim	Tiktok	Normal	Kulit	Bibir
Tr	20	Rumbai	Twitter	Kurang	Mata	Perut
Td	23	Payung Sekaki	Tiktok	Normal	Alis	Hidung
Nn	22	Senapelan	Tiktok	Normal	Rambut	Ketiak
Ys	23	Pekanbaru Kota	Twitter	Kurang	Kuku	Kulit
Km	24	Pekanbaru Kota	Instagram	Kurang	Jantung	Gigi
Na	24	Marpoyan Damai	Twitter	Normal	Bibir	Hidung
Sa	22	Payung Sekaki	Tiktok	Normal	Jari	Pita Suara
P	25	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Wajah	Kaki
Gs	25	Tuah Madani	Twitter	Normal	Kuku	Kaki
K	21	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Kulit	Hidung
Da	20	Kulim	Instagram	Normal	Kaki	Muka
J	23	Pekanbaru Kota	Twitter	Normal	Bibir	Badan (Perut)
Ma	19	Rumbai	Instagram	Kurang	Jantung	Rambut
Hd	21	Binawidya	Tiktok	Normal	Kaki	Kulit Wajah
Ns	21	Sukajadi	Instagram	Normal	Kulit Saya	Gigi
Saa	20	Binawidya	Instagram	Normal	Kaki	Gigi
T	20	Tuah Madani	Tiktok	Obesistas 1	Muka Wajah	Badanku

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

	Dna	20	Payung Sekaki	Tiktok	Obesistas 1	Tangan	Wajah
	T	23	Tuah Madani	Tiktok	Kurang	Mata	Kaki
	Tg	21	Bukit Raya	Instagram	Normal	Wajah	Paha
	K	21	Lima Puluh	Tiktok	Berlebih	Mataa	Perut
	A	18	Marpoyan Damai	Instagram	Normal	Alis Mata	Kaki
	K	23	Kulim	Tiktok	Berlebih	Bibir	Kakii
	S	22	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Wajah	Betis Kaki
	Zn	20	Payung Sekaki	Tiktok	Kurang	Kaki	Pinggul
	At	20	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Hidung	Bentuk Muka
	Gs	24	Bukit Raya	Instagram	Normal	Pinggul	Betis
	Sz	23	Tenayan Raya	Tiktok	Normal	Rambut	Bibir
	Gl	24	Sukajadi	Tiktok	Normal	Wajah	Pinggul
	Zy	22	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Kaki	Kuku
	H	18	Marpoyan Damai	Instagram	Normal	Bibir	Tangan
	K	18	Tuah Madani	Instagram	Berlebih	Mata	Gigi
	An	22	Bukit Raya	Tiktok	Kurang	Kaki	Leher
	Fa	21	Bukit Raya	Tiktok	Kurang	Wajah	Pinggul
	G	19	Sukajadi	Tiktok	Normal	Hidung	Ga Ada
	S	23	Bukit Raya	Instagram	Normal	Rambut	Tidak Ada

- Hak cipta ini adalah hak cipta yang dimiliki oleh 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
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tar

11	N	21	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Wajah	Perut
12	Tz	20	Tuah Madani	Tiktok	Kurang	Mata	Kaki
13	Dyr	20	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Mata	Gigi
14	Nar	22	Bukit Raya	Twitter	Kurang	Rambut	Hidung
15	Snm	21	Rumbai	Tiktok	Kurang	Gigi	Lengan Dan Kaki
16	Atl	19	Sukajadi	Tiktok	Normal	Rambut	Tubuh Saya, Perut Lengan, Betis
17	Kna	20	Binawidya	Instagram	Kurang	Hidung	Rambut
18	Anf	19	Payung Sekaki	Tiktok	Kurang	Jari Tangan	Pipi
19	Kap	22	Tenayan Raya	Tiktok	Kurang	Pipi	Warna Kulit
20	Pkp	23	Kulim	Instagram	Kurang	Bulu Mata	Gigi
21	Db	22	Marpoyan Damai	Instagram	Normal	Hidung	Muka
22	Ga	23	Payung Sekaki	Twitter	Kurang	Rambut	Jerawat Di Muka
23	Frk	19	Bukit Raya	Tiktok	Kurang	Warna Kulit	Rambut
24	Ca	20	Kulim	Instagram	Kurang	Bulu Mata Dan Mata	Warna Kulit
25	M	21	Tuah Madani	Tiktok	Berlebih	Mata	Bibir
26	F	22	Sukajadi	Tiktok	Normal	Rambut	Wajah
27	F	21	Tuah Madani	Tiktok	Obesistas 2	Mata	Kuku Kaki
28	Rn	21	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Mata	Gigi
29	R	21	Rumbai Barat	Tiktok	Normal	Semua Saya Suka Karena Semua Bagian Tubuh Ini	Tidak Ada

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

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang 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 tar

						Adalah Sebaik-Baik Pemberian Dari Sang Pencipta Tp The Favorite Mata	
130	R	22	Bukit Raya	Instagram	Normal	Mata	Tidak Ada
131	M	22	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Bibir	Mata
132	La	24	Pekanbaru Kota	Tiktok	Obesistas 1	Semuanya Tanpa Kecuali	Tidak Ada
133	J	23	Pekanbaru Kota	Instagram	Kurang	Rambut	Hidung
134	Wj	21	Tuah Madani	Instagram	Normal	Mata	Bibir
135	B	21	Tuah Madani	Tiktok	Kurang	Mata	Bibir
136	Rd	21	Tuah Madani	Instagram	Kurang	Mata	Gigi
137	Pbj	23	Bukit Raya	Tiktok	Kurang	Wajah	Pinggang
138	D	22	Marpoyan Damai	Tiktok	Obesistas 1	Rambut	Kaki
139	G	19	Sukajadi	Instagram	Normal	Mata	Kaki
140	A	21	Binawidya	Instagram	Normal	Mata	Paha
141	Nas	21	Tuah Madani	Instagram	Normal	Mata	Punggung
142	S	23	Marpoyan Damai	Tiktok	Normal	Alis	Gigi
143	G	20	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Hidung Dan Mata	Paha Dan Betis
144	S	21	Pekanbaru Kota	Twitter	Berlebih	Bahu	Jari
145	M	25	Marpoyan Damai	Instagram	Normal	Jari	Tidak Ada
146	E	19	Bukit Raya	Instagram	Normal	Alis	Rahang/Pipi

147	N	20	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Wajah	Gigi
148	P	22	Binawidya	Tiktok	Obesistas 1	Bibir	Paha
149	Nhn	19	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Otak	Mata
150	H	20	Tuah Madani	Instagram	Normal	Hati	Semua Nya Saya Sukai
151	H	20	Pekanbaru Kota	Tiktok	Normal	Bentuk Tubuh	Tidak Ada
152	Ka	20	Marpoyan Damai	Instagram	Normal	Mata	-
153	I	20	Binawidya	Instagram	Normal	Mata	Tinggi Badan
154	W	18	Tuah Madani	Instagram	Normal	Rambut	Kuku
155	A	20	Tuah Madani	Instagram	Normal	Rambut	Perut
156	I	21	Pekanbaru Kota	Instagram	Kurang	Kaki	Pipi
157	A	20	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Tidak Ada	Semua
158	E	23	Tuah Madani	Instagram	Berlebih	Jari Tangan	Hidung
159	A	19	Pekanbaru Kota	Instagram	Kurang	Hidung	Rambut
160	N	19	Marpoyan Damai	Facebook	Normal	Tangan	Hudung
161	N	20	Binawidya	Instagram	Kurang	Mata	Gigi
162	S	22	Kulim	Facebook	Normal	Perut	Tangan Kaki
163	S	21	Tuah Madani	Instagram	Normal	Bibir	Paha
164	G	18	Tenayan Raya	Instagram	Kurang	Badan	Gigi
165	Ssn	20	Binawidya	Instagram	Obesistas 1	Mata	Badan

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

166	N	21	Marpoyan Damai	Instagram	Normal	Mata	Hidung
167	H	21	Tuah Madani	Instagram	Kurang	Mata	Bentuk Muka
168	L	21	Binawidya	Tiktok	Normal	Mata	Kaki
169	Ky	22	Tuah Madani	Tiktok	Kurang	Mata	Hidung
170	N	21	Tuah Madani	Tiktok	Obesistas 1	Alis Dan Mata	Tidak Ada
171	D	21	Tuah Madani	Instagram	Obesistas 1	Dagu	Rambut
172	A	21	Binawidya	Tiktok	Normal	Kuku	Perut
173	S	21	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Wajah	Gigi
174	S	22	Pekanbaru Kota	Tiktok	Normal	Bibir	Lengan
175	Sa	22	Rumbai	Instagram	Normal	Hidung	Lengan
176	N	23	Binawidya	Instagram	Normal	Bibir	Tempat2 Berlemak
177	T	19	Marpoyan Damai	Instagram	Kurang	Kaki	Tidak Ada Yang Tidak Saya Sukai
178	A	21	Marpoyan Damai	Instagram	Obesistas 1	Mata	Mulut
179	R	18	Sukajadi	Instagram	Berlebih	Hidung	Muka Tidak Simetris
180	Z	20	Kulim	Instagram	Obesistas 1	Mata	Pipi
181	Za	18	Binawidya	Instagram	Kurang	Hidung	Bulu Mata
182	M	21	Tuah Madani	Instagram	Normal	Mata	Mulut
183	Frp	21	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Wajah	Kaki
184	A	22	Tuah Madani	Instagram	Berlebih	Tdak Ada	-

- Hak cipta ini adalah hak 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, atau pengumpulan bahan pustaka.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

185	Tm	22	Rumbai	Instagram	Normal	Kuku	Warna Kulit
186	R	21	Tuah Madani	Instagram	Obesistas 1	Kaki Dan Alis	Hidung
187	H	20	Tuah Madani	Tiktok	Obesistas 1	Alis Dan Mata	Kaki
188	D	21	Rumbai Timur	Instagram	Normal	Wajah	Bulu Dikulit
189	D	21	Pekanbaru Kota	Tiktok	Normal	Bibir	Hidung
190	D	22	Pekanbaru Kota	Tiktok	Normal	Pipi	Rambut
191	A	22	Binawidya	Tiktok	Normal	Rambut	-
192	Am	20	Pekanbaru Kota	Tiktok	Berlebih	Mata	Saya Paling Tidak Menyukai Jerawat Di Wajah, Karena Membuat Penampilan Kurang Percaya Diri Dan Kadang Terasa Mengganggu
193	D	21	Tuah Madani	Tiktok	Obesistas 1	Muka	Berat Badan
194	P	21	Pekanbaru Kota	Tiktok	Normal	Hidung	Rambut
195	S	22	Sukajadi	Tiktok	Kurang	Muka	Bibir
196	Ps	21	Tuah Madani	Instagram	Kurang	Alis	Chubby Cheeks
197	Cm	23	Bukit Raya	Tiktok	Berlebih	Mata	Dagu
198	V	21	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Wajah	Gigi
199	L	20	Sukajadi	Instagram	Normal	Mata	Perut
200	D	22	Marpoyan Damai	Tiktok	Kurang	Mata	Gigi
201	I	22	Tuah Madani	Instagram	Berlebih	Mata	Mulut/Bibir

1. Dianggap 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 tar

1. Dilarang 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 tar

202	L	22	Tenayan Raya	Instagram	Normal	Mata	Tidak Ada
203	Caf	20	Tuah Madani	Instagram	Normal	Mata	Bibir
204	A	22	Marpoyan Damai	Instagram	Berlebih	Mata	Alis
205	H	21	Pekanbaru Kota	Instagram	Kurang	Rambut	Tidak Ada
206	C	25	Payung Sekaki	Instagram	Normal	Mata	Dahi
207	N	22	Tuah Madani	Instagram	Normal	Mata	Tidak Ada
208	L	23	Pekanbaru Kota	Tiktok	Normal	Hidung	Kaki
209	Ps	20	Tuah Madani	Tiktok	Obesistas 2	Mata	Paha (Sebenarnya Hampir Keseluruhan Tubuh)
210	M	21	Tuah Madani	Instagram	Normal	Mata	Alis
211	W	25	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Bibir	Perut
212	P	22	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Muka	Perut
213	L	22	Tuah Madani	Tiktok	Normal	Telinga	Kaki
214	I	22	Senapelan	Yang Lain	Normal	Paha	Wajah
215	Dil	21	Sukajadi	Instagram	Kurang	Wajah	Tidak Ada
216	D	21	Binawidya	Tiktok	Normal	Badan	Gigi
217	P	25	Pekanbaru Kota	Instagram	Normal	Alis	Pipi
218	Pa	23	Kulim	Tiktok	Berlebih	Bibir	Bokong Dan Dada

TABULASI DATA PENELITIAN RATING GBDD

NO	Checking	Grooming	Weigth/Shape	Picking/Plucking	Avoidance	Surgical/Dermatological	Cognitions	TOTAL
1	2	6	1	4	4	3	9	29
2	5	5	5	3	5	5	5	33
3	1	2	2	2	6	1	6	20
4	1	4	3	2	5	1	5	21
5	5	5	6	4	5	3	7	35
6	5	5	5	5	5	5	8	38
7	7	4	1	1	4	1	10	28
8	6	7	1	1	7	1	7	30
9	6	6	7	6	5	5	5	40
10	5	8	5	4	5	4	5	36
11	5	3	8	1	5	1	5	28
12	5	5	7	5	4	6	7	39
13	3	3	3	3	3	3	3	21
14	6	4	8	4	2	3	7	34
15	4	4	2	1	3	1	10	25
16	9	9	2	9	9	8	9	55
17	9	8	3	1	6	1	7	35
18	2	2	2	2	2	2	2	14
19	2	2	1	1	1	1	2	10
20	4	3	2	2	4	2	5	22
21	1	1	4	1	1	1	1	10

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Unia

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang 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 tar

22	7	5	6	5	4		4	6	37
23	4	1	1	1	8		1	5	21
24	1	5	4	8	6		1	6	31
25	3	1	1	1	5		1	7	19
26	8	1	6	1	1		1	1	19
27	4	9	8	4	4		6	8	43
28	2	2	2	1	3		1	3	14
29	1	2	10	9	9		9	9	49
30	1	1	1	1	4		1	3	12
31	1	1	1	1	1		1	1	7
32	4	2	1	2	7		3	8	27
33	5	2	2	1	1		1	1	13
34	5	1	4	1	1		4	1	17
35	9	4	3	5	4		3	5	33
36	1	1	1	1	1		1	1	7
37	2	5	6	5	1		3	4	26
38	3	2	1	1	1		1	1	10
39	6	5	3	4	4		5	7	34
40	8	7	6	5	5		2	5	38
41	7	8	5	6	9		6	8	49
42	7	8	9	8	6		6	7	51
43	7	6	8	9	5		7	6	48
44	9	8	9	6	7		8	7	54
45	7	6	3	6	4		4	5	35

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Unia

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang 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 tar

46	6	8	7	5	6	5	7	44
47	4	9	6	6	6	4	5	40
48	5	6	3	6	7	4	5	36
49	4	7	4	7	7	5	5	39
50	7	4	5	7	5	3	5	36
51	4	2	7	7	6	4	8	38
52	4	6	4	5	6	4	5	34
53	3	5	4	2	5	4	4	27
54	8	7	5	7	6	5	7	45
55	5	2	8	1	1	1	7	25
56	4	5	6	5	5	4	6	35
57	9	8	4	9	6	4	6	46
58	3	5	7	2	4	1	3	25
59	4	8	5	8	4	4	4	37
60	1	1	1	1	3	2	2	11
61	1	2	3	1	1	3	4	15
62	8	8	6	5	8	7	4	46
63	3	8	6	4	2	7	6	36
64	4	3	2	1	4	2	1	17
65	5	4	6	8	8	6	8	45
66	4	10	5	3	9	5	5	41
67	9	5	7	8	9	4	6	48
68	5	6	10	4	9	7	6	47
69	9	7	8	6	9	10	4	53

© Hak cipta milik UIN Suska Riau State Islamic Unia

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang 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 tar

70	7	4	7	6	7	9	6	46
71	6	9	5	3	7	8	8	46
72	7	3	8	6	9	5	7	45
73	7	6	5	8	8	4	8	46
74	7	4	8	5	7	8	8	47
75	6	7	8	5	5	9	8	48
76	8	4	6	8	6	9	7	48
77	7	8	5	7	3	8	10	48
78	6	5	9	6	6	9	7	48
79	6	8	10	9	6	7	5	51
80	5	5	9	7	6	9	6	47
81	5	8	4	9	9	7	4	46
82	5	3	2	2	1	3	2	18
83	8	4	6	8	8	6	9	49
84	9	4	5	9	5	7	8	47
85	7	9	5	6	8	4	7	46
86	3	3	1	4	2	5	4	22
87	4	4	1	9	6	8	8	40
88	5	5	5	1	5	2	5	28
89	6	6	4	5	4	4	5	34
90	6	4	3	2	2	1	7	25
91	1	4	8	5	5	1	2	26
92	1	7	2	8	6	4	8	36
93	2	2	1	1	2	1	3	12

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Unia

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang 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 tar

94	4	4	5	4	5	4	3	29
95	6	6	6	8	7	6	6	45
96	5	4	6	1	5	1	1	23
97	8	6	8	5	7	6	7	47
98	3	3	2	3	3	3	3	20
99	2	2	4	4	3	2	3	20
100	3	8	5	7	8	10	9	50
101	3	2	4	3	3	2	3	20
102	5	9	4	7	10	9	10	54
103	2	3	3	2	3	3	3	19
104	4	8	9	9	8	7	9	54
105	1	2	3	1	2	1	2	12
106	3	1	2	1	1	1	1	10
107	2	5	4	3	3	2	3	22
108	3	2	3	3	2	2	3	18
109	1	5	5	5	3	1	4	24
110	5	2	3	3	4	6	2	25
111	2	1	1	1	1	1	1	8
112	7	5	1	1	1	1	1	17
113	4	6	3	2	6	2	7	30
114	8	8	2	2	7	1	8	36
115	7	8	3	6	7	2	9	42
116	8	8	9	6	8	1	9	49
117	2	2	1	2	7	1	7	22

18	2	7	2	1	8	2	8	30
19	6	8	2	8	9	1	8	42
20	2	6	2	1	7	1	7	26
21	2	7	6	7	7	5	8	42
22	2	4	2	2	7	9	9	35
23	3	7	2	3	7	3	8	33
24	2	5	3	2	7	3	7	29
25	5	4	6	1	4	4	4	28
26	1	4	2	7	3	1	3	21
27	1	1	1	1	1	1	1	7
28	1	1	5	2	3	1	1	14
29	3	4	5	6	5	1	8	32
30	7	8	7	8	9	7	7	53
31	2	2	2	2	2	2	2	14
32	2	2	3	1	1	1	2	12
33	7	5	4	4	4	1	6	31
34	4	3	4	3	5	2	4	25
35	1	4	1	1	3	3	5	18
36	1	1	1	1	1	2	1	8
37	6	1	5	5	5	4	6	32
38	1	3	5	4	5	1	5	24
39	1	1	5	2	2	1	2	14
40	5	5	5	5	5	5	5	35
41	8	2	3	6	4	2	3	28

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

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

42	4	4	4	4	4	4	4	28
43	5	3	7	5	5	5	7	37
44	1	1	1	1	2	1	2	9
45	1	1	2	1	2	1	2	10
46	1	4	1	1	2	1	3	13
47	5	5	5	5	5	6	5	36
48	1	2	3	1	2	1	1	11
49	4	4	4	4	4	4	4	28
50	1	1	2	3	2	1	1	11
151	2	2	2	2	2	2	2	14
152	4	3	3	2	3	2	2	19
153	5	2	4	7	8	6	6	38
154	7	4	4	4	3	3	2	27
155	1	1	1	1	1	1	1	7
156	4	6	2	3	3	1	3	22
157	8	6	2	7	7	2	6	38
158	3	7	9	3	4	3	2	31
159	1	7	10	7	7	6	8	46
160	1	2	1	1	1	1	1	8
161	1	1	1	1	1	1	1	7
162	8	8	8	7	8	8	7	54
163	3	4	7	1	1	3	1	20
164	1	1	1	1	1	1	1	7
165	8	4	5	5	7	3	8	40

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

66	1	1	4	1	3	1	1	12
67	4	1	1	1	2	1	1	11
68	7	5	9	2	6	3	3	35
69	3	3	3	2	3	3	4	21
70	2	1	2	2	1	2	2	12
71	1	7	9	5	6	10	1	39
72	5	5	4	2	2	1	1	20
73	3	6	6	1	4	1	5	26
74	4	8	1	7	1	8	5	34
75	4	1	1	1	3	1	6	17
76	5	6	5	3	4	3	5	31
77	3	1	1	1	1	1	2	10
78	7	2	2	2	7	7	7	34
79	1	1	2	1	1	1	1	8
80	7	5	5	6	5	5	5	38
81	1	5	10	10	2	1	4	33
82	4	2	2	1	6	2	8	25
83	3	3	3	2	2	3	3	19
84	2	2	2	2	2	1	4	15
85	5	5	5	7	6	4	6	38
86	3	2	5	2	2	3	2	19
87	8	7	7	3	7	7	5	44
88	6	1	1	3	3	1	3	18
89	5	4	3	6	4	6	7	35

90	2	1	1	1	1	1	1	8
91	10	8	7	8	8	5	3	49
92	1	1	8	6	7	2	5	30
93	1	1	1	1	7	1	1	13
94	5	6	5	4	4	5	5	34
95	2	2	3	3	2	6	5	23
96	3	4	3	4	4	2	3	23
97	2	1	4	8	5	1	4	25
98	9	9	2	2	1	2	1	26
199	7	2	2	2	2	2	2	19
200	4	4	5	4	4	8	7	36
201	3	3	4	3	2	3	4	22
202	5	4	5	4	5	3	3	29
203	1	1	1	1	1	1	2	8
204	2	3	4	4	3	6	8	30
205	1	1	2	1	2	1	1	9
206	5	5	1	1	1	1	1	15
207	4	5	5	5	6	4	5	34
208	8	9	8	7	6	6	8	52
209	5	6	5	2	6	2	5	31
210	2	2	2	2	2	2	2	14
211	1	1	1	1	4	3	3	14
212	1	1	1	1	1	1	1	7
213	3	7	7	8	9	7	9	50

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

State Islamic Unia

214	9	9	8	9	9	9	8	61
215	5	5	5	7	5	5	5	37
216	3	4	2	2	2	2	2	17
217	1	1	1	1	1	1	1	7
218	2	2	1	2	1	3	2	13

Hak Cipta Dimiliki Undang-Undang

1. Dilarang 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 tar

TABULASI DATA PENELITIAN GEJALA BODY DYSMORPHIC DISORDER

TABULASI DATA PENELITIAN GEJALA BODY DYSMORPHIC DISORDER																																			
	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	27	28	29	30	31	32	TOTAL		
O Di d u n g i U n d a n g	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	54		
	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	43			
	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	43		
	4	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	41		
	5	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	53		
	6	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	55	
	7	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	53	
	8	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	51	
	9	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	52	
	10	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	52	
H a k c i p t a m i l i k U N S u s k a R i a u	11	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	47	
	12	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	55	
	13	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	36		
	14	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	52	
	15	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	49		
	16	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63	
	17	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	51	
	18	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	39	
	19	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	40	
	20	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	45	
	21	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	34
	22	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	40	

1. Dianggap mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau keperluan lain yang sah.
 - 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.

[illegible]

©	2
Hakcipta milik	1
UN Suska Riau	2
Riau	2
Suska	2
State Islamic Uni	2

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

2. Diarangi mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa ijin dari Penerbit.

[illegible]

© Hak cipta milik UN Suska Riau	2
State Islamic Uni	2

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diilang menguip 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 tanpa izin PT. Citra Pustaka Utama

71	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
72	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
73	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
74	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
75	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
76	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
77	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
78	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
79	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
80	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
81	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
82	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	32		
83	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
84	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
85	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64		
86	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	33		
87	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	53	
88	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	49	
89	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	40	
90	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	43	
91	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37	
92	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	48
93	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	44	
94	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	38	

	2	© Hak Cipta Milik UN Suska Riau
	2	
	2	
	2	
	2	
	2	
	2	
	2	
	2	
	1	
	2	
	2	
	2	
	1	
	1	
	1	
	2	
	2	
	1	State Islamic Uni

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin PT. Citra Pustaka Utama

95	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	62
96	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	42
97	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	59
98	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	40
99	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	39
100	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	57
101	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37
102	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63
103	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	36
104	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	54
105	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	43
106	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	39
107	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37
108	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37
109	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	49
110	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	47
111	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	39
112	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	54
113	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	42
114	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	47
115	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	50
116	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	56
117	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	39
118	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	43

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic Univer

1. Dilarang 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 tar

1. Ditaring 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 tar

119	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	54
120	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	39
121	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	45
122	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	49
123	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	43
124	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	38
125	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	42
126	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	46
127	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	42
128	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	40
129	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	42
130	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	58
131	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	37
132	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	39
133	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	42
134	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	39
135	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	49
136	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	34
137	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	42
138	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	42
139	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	38
140	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	41
141	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	46
142	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	47

1. Dilarang 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 tar

Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang	43	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	39
	44	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	36
	45	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	37
	46	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	45
	47	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	41
	48	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	38
	49	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	35
	50	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	53
	51	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	44
	52	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	39
	53	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	42
	54	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	34
	55	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	38
	56	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	48
	57	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	47
	58	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	38
	59	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	56
	60	2	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	49
	61	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	40
	62	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	35
	63	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	50
	64	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	40
	65	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	51
	66	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	36

© Hakcipta milk UN Suska Riau	2
© State Islamic Uni	2

[illegible]

- 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 tanpa izin PT. Citra Pustaka

191	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63	
192	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	51	
193	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	35	
194	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	43	
195	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	53	
196	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	43
197	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	58
198	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	43
199	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	38
200	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	56
201	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	46
202	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	39
203	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	37
204	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	39	
205	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	37
206	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	36
207	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	41
208	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	59
209	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	50
210	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	44
211	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	40
212	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	40
213	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	61
214	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63

[illegible][illegible]

- 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 tanpa izin PT. Refika Aditama

1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	44
1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	45
1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	40
1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	37

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Uni

Hak Cipta Ditinjau Undang-Undang

1. Dilarang 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 tar

TABULASI DATA PENELITIAN KEBERSYUKURAN

TABULASI DATA PENELITIAN KEBERSYUKURAN																											
NO	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	TOTAL	
Cipta Dilindungi Undang-Undang	5	6	6	6	5	6	4	5	5	5	5	6	6	5	4	3	4	3	4	3	6	6	6	5	6	125	
	6	6	6	6	5	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	5	5	5	6	6	4	3	5	6	5	137	
	6	5	6	6	1	5	1	5	6	5	5	1	6	6	5	6	4	6	6	5	6	6	6	6	5	125	
	6	5	6	4	2	5	4	3	4	4	6	6	4	4	5	4	5	4	5	5	5	1	4	6	6	113	
	3	2	5	4	3	4	4	3	3	2	6	5	3	3	2	4	1	2	6	6	5	5	6	3	6	96	
UN Suska Riau	5	5	6	5	5	5	2	2	4	5	6	6	4	6	5	5	5	4	5	5	5	5	6	6	6	5	123
	5	5	6	6	3	6	6	3	6	3	6	6	3	3	2	5	3	3	6	6	6	3	6	6	5	118	
	5	4	6	5	2	6	5	4	6	3	6	6	4	3	3	5	2	2	5	5	5	5	5	5	5	113	
	6	6	6	6	2	6	2	2	6	5	6	6	6	6	6	6	3	3	6	6	6	6	6	6	5	130	
	5	5	5	4	3	6	5	3	4	3	6	6	5	3	3	4	4	3	5	5	5	4	5	5	4	110	
11	3	6	4	5	6	6	2	6	2	6	6	6	4	3	1	4	1	1	5	5	4	6	6	5	5	108	
12	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	84	
13	6	4	6	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	2	3	6	3	6	6	5	6	6	6	6	6	135	
14	3	5	6	6	2	6	6	3	5	3	5	6	4	3	3	5	2	1	4	6	5	2	4	3	6	104	
15	5	5	5	5	5	6	1	5	6	5	6	6	2	5	4	5	5	6	6	6	6	6	6	6	5	128	
16	2	2	2	2	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	2	2	5	5	5	2	98	
17	4	1	6	2	1	2	1	1	4	1	6	2	2	1	1	3	2	1	6	6	5	3	6	2	2	71	
18	6	5	6	6	4	5	4	5	5	5	6	6	6	4	5	6	4	6	6	6	6	5	6	5	5	133	
19	6	5	6	5	6	6	5	4	6	6	6	6	5	5	5	6	5	6	6	6	6	5	5	6	5	138	
20	5	5	6	5	4	5	5	3	5	3	6	6	4	5	5	5	5	5	6	5	5	5	5	5	5	123	
21	6	6	6	6	3	6	5	5	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	142	
22	6	6	6	6	5	6	5	5	6	5	6	6	6	6	6	5	5	6	6	6	6	3	6	6	6	141	

- Hak cipta dilindungi undang-undang.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau keperluan lain yang sah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

Jaka Cipta	1	6	2	1	6	4	1	3	1	6	3	1	1	1	5	1	1	6	6	6	3	5	3	5	83	
	4	6	4	3	6	5	4	4	4	6	6	4	5	5	4	4	4	5	6	5	1	6	6	5	117	
	5	6	4	3	6	5	2	5	4	5	5	4	3	3	4	3	2	3	5	5	2	4	4	4	102	
	6	6	5	5	6	4	4	6	6	6	6	5	2	5	5	5	5	6	6	5	3	4	6	5	128	
4 mlik	5	5	5	2	6	5	2	6	3	5	4	2	2	2	4	1	2	4	4	3	2	4	3	4	89	
	5	6	5	5	6	5	5	6	5	6	6	4	4	5	5	6	5	6	5	5	5	6	6	5	132	
	5	6	5	4	5	4	4	5	3	6	6	3	3	4	5	4	4	4	5	5	3	3	5	5	112	
	4	5	5	5	6	5	3	5	5	5	5	5	4	3	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	119	
UN Suska	5	6	5	4	6	6	4	6	5	6	5	5	3	5	6	4	3	6	6	6	5	6	6	6	131	
	5	5	5	2	5	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	5	5	5	2	2	3	4	87	
	5	6	5	6	5	5	5	6	5	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	131	
	5	6	4	3	6	3	2	4	2	6	5	3	5	5	4	4	4	6	5	5	5	6	5	5	109	
1 Riau	6	6	5	4	5	4	5	5	5	6	5	4	3	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5	5	119	
	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	5	6	5	6	5	6	5	6	6	145	
	5	4	5	5	2	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	4	2	2	2	5	5	3	3	3	5	81
	6	6	6	5	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	147	
5	4	5	5	2	5	4	2	1	2	5	2	2	2	2	5	1	1	4	5	5	1	4	4	5	83	
	5	4	6	4	4	6	4	3	5	3	6	5	4	3	3	5	3	3	6	5	5	3	4	4	4	107
	5	4	6	5	3	5	3	3	1	1	4	3	2	3	1	5	3	1	3	3	4	3	1	2	5	79
	5	4	4	4	2	6	2	2	1	3	3	2	3	1	1	5	1	2	3	5	6	3	3	2	5	78
4	3	6	5	3	3	1	1	1	1	3	2	4	3	2	5	3	1	2	5	2	6	2	2	4	74	
	5	4	5	5	1	4	3	1	2	2	3	1	2	2	1	4	3	1	2	6	4	3	2	2	4	72
	5	4	6	4	3	5	2	3	3	1	2	2	4	2	3	4	5	1	2	4	5	2	3	3	4	82
	4	5	4	5	2	6	3	3	2	3	1	1	2	3	2	4	1	2	4	4	5	3	1	3	6	79

1. Dilarang 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 tar

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Tak Cipta milik UN Suska Paku Batu	2	6	4	2	4	1	4	2	4	3	3	4	2	4	5	2	3	1	3	5	3	2	3	4	80	
	5	4	4	1	5	3	3	2	3	3	4	2	2	2	5	1	2	2	4	5	3	2	2	4	78	
	5	5	4	2	4	2	3	2	2	2	3	3	1	3	4	2	3	3	4	4	1	2	3	3	75	
	5	3	5	1	5	2	2	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	5	4	3	2	3	4	76	
	4	3	5	2	6	1	2	1	3	3	3	3	2	2	6	2	1	3	4	4	2	6	5	3	81	
	5	5	4	2	4	2	1	2	2	3	2	3	1	2	5	2	3	3	4	5	3	2	1	5	76	
	5	6	4	2	5	3	3	2	2	2	2	3	3	3	5	2	1	2	4	4	1	3	2	5	78	
	5	4	3	3	4	4	4	3	3	2	2	4	1	2	4	3	2	2	4	4	1	1	2	6	78	
	5	6	4	4	6	5	5	5	3	6	6	5	5	5	5	6	5	6	5	6	5	6	6	3	129	
	5	5	5	3	5	2	2	3	2	2	1	4	2	2	5	2	2	3	4	5	4	2	2	5	82	
UN Suska Paku Batu	5	6	5	2	2	3	2	5	3	3	2	5	5	4	5	1	2	3	5	5	4	3	1	5	90	
	6	6	5	4	6	6	4	5	4	6	6	5	4	4	5	5	5	6	6	6	5	6	6	6	133	
	5	5	6	3	6	3	2	3	1	3	2	5	1	2	5	3	2	2	6	3	3	1	2	4	83	
	4	5	5	6	6	5	6	5	5	5	5	4	5	5	6	6	5	6	6	6	4	4	6	4	129	
	5	5	4	5	6	4	6	6	3	4	4	4	3	3	4	6	6	6	6	6	6	6	6	4	124	
	4	3	4	6	1	3	4	4	6	5	3	2	3	2	3	6	2	1	3	5	4	2	1	2	4	83
	3	5	2	5	3	4	1	5	4	4	4	4	5	5	4	4	1	3	1	5	2	3	5	4	91	
	5	3	6	3	3	4	3	6	6	5	5	6	3	6	4	4	4	3	1	5	5	4	4	5	108	
	3	4	6	3	3	1	4	2	2	3	2	1	5	3	4	5	2	3	1	6	1	2	4	3	6	79
	4	3	6	4	2	6	1	4	4	1	2	3	1	1	1	3	5	3	2	5	5	1	4	6	5	82
St	4	4	1	6	2	3	2	3	1	1	1	5	3	2	3	3	3	1	2	5	6	5	3	2	5	76
	5	2	4	6	3	5	2	5	6	3	4	1	2	4	3	6	1	5	4	1	4	1	2	2	1	82
	5	3	2	4	5	4	1	5	3	2	2	1	5	4	2	4	1	1	3	2	5	1	1	6	3	75
	4	3	5	6	3	2	3	4	2	3	2	1	1	5	3	3	2	2	3	6	5	5	4	3	2	82

- Hak cipta ini dilindungi undang-undang.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penerbitan karya ilmiah, penyusunan laporan, atau pengumpulan bahan pustaka.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 Thaha Al-Farisi

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

71	4	6	5	5	1	3	6	5	2	3	3	1	1	1	2	2	4	2	3	6	6	1	2	2	6	82
72	3	4	2	4	3	5	4	3	1	1	2	6	5	4	1	3	2	2	3	6	1	5	2	4	4	80
73	5	4	3	4	1	5	2	3	5	4	1	3	2	6	5	4	4	2	2	5	6	4	5	3	5	93
74	4	6	4	2	4	4	3	6	6	1	3	2	2	5	4	4	3	1	1	6	5	2	4	2	4	88
75	4	2	3	6	2	5	1	4	3	3	3	2	4	5	1	4	4	2	2	6	5	5	3	6	3	88
76	3	6	4	5	5	1	2	4	4	5	2	1	4	3	2	5	4	6	5	5	3	1	2	1	2	85
77	6	6	5	4	1	2	3	5	2	3	1	1	1	3	5	3	2	3	1	1	4	5	4	1	5	77
78	4	3	2	6	4	4	2	2	2	1	4	6	6	3	4	5	1	1	1	3	3	3	2	6	3	81
79	6	4	5	3	6	2	3	4	2	2	1	3	4	6	3	2	2	2	1	4	2	4	1	3	5	80
80	4	5	4	5	1	4	5	4	3	6	1	4	3	2	2	6	5	4	6	5	4	1	1	5	3	93
81	4	6	5	5	1	2	6	4	3	2	2	5	4	2	1	6	1	2	1	2	3	3	2	2	6	80
82	6	4	5	4	3	5	2	6	4	5	5	4	5	5	5	5	6	6	6	6	5	3	3	6	5	119
83	4	5	5	6	4	4	3	2	5	4	1	2	2	2	4	4	1	1	2	5	5	3	1	1	5	81
84	3	6	5	4	1	6	1	2	4	5	3	3	2	1	4	2	2	3	1	6	2	2	3	3	4	78
85	5	5	4	6	5	4	4	1	2	2	3	1	6	4	3	4	5	4	2	6	3	3	6	3	3	94
86	4	4	5	5	5	2	6	6	3	3	4	4	3	6	5	4	5	6	6	6	6	2	2	6	6	114
87	5	3	6	4	3	5	5	2	5	2	6	4	2	2	2	6	1	3	5	6	6	5	6	5	5	104
88	4	4	6	4	3	6	5	3	5	4	6	6	4	4	4	4	3	5	5	6	5	4	5	5	5	115
89	3	2	5	5	4	5	5	5	2	2	5	4	3	4	4	5	3	2	3	3	5	6	5	5	4	99
90	5	4	6	4	3	6	5	2	5	4	6	6	5	2	2	4	3	3	5	4	5	5	5	5	5	109
91	4	4	6	4	3	6	5	4	5	3	6	6	3	3	1	6	3	3	4	5	5	6	5	3	5	108
92	6	6	6	5	3	6	6	5	6	6	6	6	3	2	3	6	2	2	1	6	6	6	6	5	6	121
93	6	6	6	5	3	6	6	1	6	2	6	6	3	2	2	4	5	4	6	6	6	4	6	6	6	119
94	5	5	1	6	6	5	5	5	6	5	6	6	6	3	3	5	4	5	6	5	5	6	5	5	5	124

1. Dilarang 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 tar

88	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	88
131	6	6	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	1	6	6	6	1	1	6	6	6	6	131
89	2	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	5	5	3	4	4	3	89
124	6	5	5	5	5	5	3	5	5	5	6	5	3	5	5	4	5	6	5	5	6	5	5	5	124
139	6	6	6	5	5	6	4	6	6	6	6	5	4	4	6	5	5	6	6	6	6	6	6	6	139
112	5	4	6	5	1	6	5	5	6	5	6	6	4	2	1	5	1	2	5	6	6	4	6	5	112
131	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	5	4	4	6	4	5	6	6	6	6	6	5	5	131
95	6	3	6	5	1	6	3	4	6	5	6	6	3	1	1	4	1	1	4	5	5	2	4	3	95
128	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	3	5	5	4	5	6	5	5	6	6	6	128
114	6	5	6	6	3	6	2	5	6	6	6	6	4	2	1	4	2	3	6	5	5	3	6	5	114
132	6	6	6	6	4	6	5	4	6	6	6	6	5	4	5	5	5	6	6	5	5	4	5	5	132
142	6	6	6	6	6	6	5	5	6	4	6	6	6	6	6	6	5	5	6	6	6	4	6	6	142
126	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	5	3	3	5	4	5	6	5	5	6	6	6	126
126	6	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	6	5	4	4	5	4	5	6	6	5	6	4	6	126
135	6	6	6	6	6	6	5	5	6	1	6	6	6	6	6	5	4	6	6	6	6	4	4	5	135
99	4	3	5	6	4	3	6	4	3	4	3	3	2	5	6	1	3	4	3	6	4	4	6	4	99
137	5	6	6	6	5	6	6	5	5	5	6	6	5	5	5	5	5	6	5	6	5	6	6	6	137
132	5	5	5	5	5	5	5	5	6	5	5	6	5	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	132
113	5	5	6	5	4	5	5	3	5	5	6	6	4	3	3	5	3	4	5	5	5	3	4	5	113
121	6	5	6	5	5	5	6	5	5	5	6	6	4	3	3	5	3	4	5	6	5	3	5	5	121
98	5	5	6	4	3	5	4	3	4	3	6	5	3	3	3	4	2	2	5	4	5	3	4	3	98
85	4	4	6	3	2	5	5	2	5	1	5	4	2	2	1	5	1	2	5	5	5	2	3	3	85
120	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	6	6	5	3	4	6	4	4	5	5	5	3	5	5	120
119	6	6	6	5	3	5	5	4	5	5	6	6	6	3	3	5	3	4	6	5	5	4	4	5	119

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

119	5	4	6	3	3	5	5	3	5	3	6	5	3	3	3	6	2	2	6	5	5	3	3	5	3	102
120	6	6	6	5	5	5	6	4	6	5	6	6	4	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	6	4	125
121	5	5	6	4	4	6	6	4	5	5	6	5	4	3	3	5	3	3	6	5	5	5	5	4	4	116
122	5	5	6	3	3	5	6	3	5	2	5	5	2	2	1	4	1	1	5	4	4	2	3	3	3	88
123	5	5	5	4	3	5	5	3	5	3	5	5	3	3	2	5	3	3	6	5	4	4	5	4	4	104
124	6	6	6	5	4	6	6	4	6	5	6	6	5	3	4	5	3	4	6	6	5	5	5	6	4	127
125	6	5	6	5	2	6	5	2	5	1	6	6	3	3	3	5	6	5	6	6	6	5	5	6	5	119
126	4	3	6	4	3	6	5	3	2	1	6	5	5	2	2	4	2	1	6	6	3	3	6	6	5	99
127	6	5	6	6	4	6	4	3	5	6	6	6	3	4	5	6	6	2	6	6	6	6	6	6	6	131
128	6	6	6	6	5	6	6	3	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	6	6	6	5	6	6	5	138
129	6	6	6	5	4	6	5	4	6	4	6	6	5	5	6	6	5	6	6	6	6	5	6	6	6	138
130	5	6	5	4	1	5	2	1	2	1	1	2	1	2	1	4	1	2	2	6	5	1	2	2	6	70
131	5	5	6	6	5	5	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	5	5	6	5	6	3	4	6	5	129
132	6	5	6	5	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	1	6	6	6	142
133	6	6	6	4	5	6	3	3	6	5	6	6	3	3	3	5	3	4	6	6	6	6	6	6	6	125
134	5	4	6	5	2	6	5	3	5	3	5	5	3	3	2	5	2	3	3	4	5	3	5	3	4	99
135	5	3	5	5	2	5	5	2	5	5	5	5	5	3	2	4	1	2	5	5	5	5	5	5	5	104
136	5	5	6	4	4	6	6	3	6	5	6	6	5	4	5	4	3	3	5	6	5	4	5	5	4	120
137	6	4	6	6	4	6	6	2	5	5	6	6	5	4	2	3	1	1	6	6	4	4	6	5	4	113
138	6	5	6	5	5	6	5	5	6	3	6	6	5	5	4	5	5	6	6	5	5	5	6	6	5	132
139	6	5	6	5	3	6	4	5	6	6	6	6	4	5	6	4	5	5	6	6	6	5	6	6	6	134
140	5	5	5	5	5	6	4	5	6	5	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	6	6	5	128
141	5	5	5	5	5	5	5	2	5	4	6	5	5	4	5	5	5	4	6	5	5	5	6	5	5	122
142	6	6	6	4	5	6	5	5	6	2	6	6	3	6	6	6	5	4	6	6	5	5	6	2	6	129

1. Dilarang 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 tar

1. Dilarang 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 tar

143	4	5	5	5	6	5	3	6	5	6	5	5	5	5	5	3	3	6	6	6	5	5	6	4	124	
144	4	4	5	4	1	6	4	3	5	2	6	6	6	5	2	5	2	2	6	5	6	5	6	4	108	
145	5	5	6	5	5	6	4	5	6	5	6	6	4	5	5	5	5	6	5	5	4	5	5	5	128	
146	6	6	6	5	5	6	4	5	6	5	6	6	4	4	3	3	2	4	5	5	5	5	6	5	123	
147	6	5	6	5	5	6	5	5	6	5	6	6	5	5	5	5	5	6	6	5	2	6	6	5	132	
148	6	4	5	5	3	5	4	4	4	4	5	5	3	3	3	4	3	3	4	5	5	4	5	5	106	
149	5	5	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	3	6	6	142	
150	6	6	6	6	5	6	2	5	6	3	6	6	5	6	3	6	6	5	4	6	6	1	1	6	124	
151	5	2	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	2	5	2	2	2	5	5	2	2	2	83	
152	6	6	6	5	5	6	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	5	5	4	2	3	5	4	3	122	
153	6	5	6	5	6	6	2	2	3	6	6	6	6	4	4	3	2	1	3	2	6	5	6	6	113	
154	4	5	6	4	5	4	5	4	5	3	5	5	5	5	5	4	4	5	6	5	4	3	5	5	115	
155	6	5	6	5	4	6	6	4	6	5	6	6	3	5	5	5	5	5	5	6	5	6	5	6	131	
156	6	6	6	6	5	6	6	5	6	6	6	6	6	3	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	142	
157	5	2	6	5	5	3	6	3	3	6	6	3	3	2	3	5	2	5	6	6	4	5	5	6	110	
158	5	5	6	5	4	6	4	3	5	3	6	6	5	3	5	5	4	4	6	5	6	5	6	6	123	
159	6	5	6	5	1	6	5	3	6	6	6	6	3	6	6	5	6	4	6	5	5	3	6	5	127	
160	6	5	3	4	5	6	2	2	5	5	6	6	4	4	5	2	4	4	6	6	6	2	4	6	113	
161	5	5	5	4	4	6	5	2	6	5	6	6	4	5	5	4	3	4	5	5	4	5	5	5	118	
162	5	5	5	5	2	5	2	4	2	2	3	1	2	2	3	5	2	2	2	5	5	2	1	1	6	79
163	5	4	6	6	1	6	6	1	6	4	6	3	6	3	3	4	1	1	4	6	6	3	3	5	104	
164	1	5	4	5	6	6	3	4	6	3	6	6	4	4	4	4	3	4	6	4	4	3	6	6	111	
165	5	3	5	4	2	5	5	2	5	1	5	3	2	3	2	4	2	2	5	5	4	3	3	3	5	88
166	6	6	6	6	1	6	6	5	5	5	5	6	4	5	5	6	5	5	6	6	6	6	6	6	135	

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Al-Maimun

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

167	5	5	5	4	5	5	3	6	5	5	6	6	1	1	4	4	5	6	5	4	5	6	6	5	118	
168	5	5	6	5	3	4	4	5	4	4	6	4	3	2	3	5	2	3	6	5	5	3	5	4	5	106
169	5	5	5	5	3	5	2	2	5	2	2	2	4	3	2	5	3	3	6	6	6	5	5	5	5	101
170	5	5	5	5	4	6	6	3	6	5	6	6	5	6	6	5	5	6	6	6	6	5	6	6	5	136
171	6	5	5	6	1	6	3	3	6	3	5	3	4	1	2	5	1	3	4	6	6	2	5	4	4	99
172	6	5	6	4	4	5	5	4	5	3	6	6	4	5	4	4	3	4	6	6	5	4	6	6	6	122
173	5	5	5	5	5	6	5	5	6	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	128
174	5	6	6	5	5	6	5	5	6	5	6	5	5	5	6	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	127
175	6	5	5	4	4	5	6	3	4	4	6	6	5	5	5	6	5	4	6	4	5	5	6	5	4	123
176	5	4	6	4	6	6	6	5	5	6	6	6	6	6	6	4	5	4	6	6	5	3	6	6	5	133
177	6	6	6	6	5	6	5	5	6	6	6	6	6	3	4	6	3	3	6	6	6	2	6	6	5	131
178	5	5	5	5	4	5	4	3	5	3	6	6	3	4	6	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	116
179	6	4	6	6	3	6	1	2	6	2	6	6	4	5	4	6	5	5	5	6	6	6	6	6	6	124
180	5	2	4	6	3	1	2	2	3	4	1	3	2	5	6	2	1	2	3	2	3	5	2	3	3	75
181	3	5	6	4	3	6	5	3	5	3	5	5	3	2	2	5	3	5	6	6	5	4	6	5	5	110
182	5	5	6	5	2	6	5	4	6	3	6	5	4	3	3	4	2	3	5	5	5	5	6	5	5	113
183	6	5	6	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	5	5	5	5	5	129
184	6	5	6	4	3	5	5	4	5	2	6	5	4	4	4	5	3	3	6	6	5	6	6	5	5	118
185	4	4	4	3	3	5	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	5	5	5	2	4	4	4	95
186	5	6	6	4	5	6	1	2	6	4	6	6	3	6	4	6	4	4	6	6	6	6	6	6	5	125
187	5	5	6	5	3	5	5	4	6	4	6	6	5	5	6	5	5	5	6	5	5	3	3	6	4	123
188	5	5	6	5	6	6	6	4	6	5	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	6	4	138
189	5	5	6	6	3	6	5	1	6	5	6	6	5	2	1	5	3	4	6	6	5	3	5	3	5	113
190	5	6	6	5	2	5	5	3	5	6	6	6	5	3	4	5	3	4	6	5	5	5	6	6	5	122

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

191	5	6	6	4	1	5	1	2	2	1	2	3	1	2	4	5	1	2	2	6	5	2	1	3	6	78
192	5	5	6	4	2	6	2	3	5	2	5	6	4	3	2	2	6	5	5	4	6	5	3	2	3	101
193	5	5	5	5	5	6	5	5	6	6	6	6	5	5	5	4	5	6	6	5	4	3	4	6	4	127
194	5	5	5	5	2	5	2	5	6	5	5	5	3	5	5	2	5	3	4	4	3	6	4	5	4	108
195	6	6	6	5	1	6	2	1	1	1	1	1	2	1	2	6	1	1	1	5	5	2	1	2	5	71
196	6	4	6	5	3	4	5	5	2	3	6	6	5	3	3	5	5	5	6	6	6	4	4	6	5	118
197	6	5	6	5	4	6	4	4	6	5	6	5	5	4	4	6	4	4	6	6	5	5	6	5	6	128
198	5	6	6	5	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	6	6	6	6	6	5	143
199	5	5	6	5	4	5	5	3	5	5	6	6	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	117
200	5	4	6	3	5	6	6	5	4	5	6	5	5	6	5	6	5	6	5	5	6	5	6	5	5	130
201	6	6	6	6	5	6	5	5	5	5	6	6	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	142
202	5	5	6	5	5	6	5	5	5	5	6	5	5	5	6	5	5	6	6	5	5	2	6	6	5	130
203	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	126
204	6	5	5	5	5	5	3	6	3	5	4	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	3	6	6	5	127
205	6	5	6	6	5	6	4	4	6	5	6	6	6	4	5	5	5	6	6	6	6	3	6	6	4	133
206	6	5	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	148
207	5	5	6	6	5	6	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	3	5	5	4	124
208	6	5	6	5	4	6	5	3	5	3	6	6	3	2	2	6	3	3	6	6	6	6	6	4	6	119
209	4	3	6	4	2	6	5	3	4	1	6	4	4	3	2	4	2	3	5	5	4	4	4	3	4	95
210	6	6	6	6	4	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	147
211	3	5	5	5	3	6	5	2	5	5	6	6	5	3	3	4	4	3	5	5	5	5	5	3	4	110
212	5	5	6	5	4	6	5	4	6	5	6	6	5	5	5	6	5	6	6	5	6	4	6	6	6	134
213	5	5	5	3	3	4	5	4	4	4	6	6	3	4	5	4	4	2	6	6	5	5	5	5	6	114
214	2	2	2	2	5	2	5	2	2	2	1	5	2	2	5	2	2	2	2	5	5	2	2	2	5	70

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

115	4	6	4	5	6	6	3	4	2	6	5	4	3	2	5	4	3	5	6	5	5	5	4	5	112
116	4	6	5	2	4	5	2	4	2	6	5	5	4	5	5	3	3	6	6	6	5	6	5	6	116
117	6	6	6	4	6	4	5	6	6	6	6	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	5	143
118	6	6	5	5	6	2	3	5	5	6	6	5	6	6	5	6	6	5	5	5	4	5	5	5	128

Hak Cipta Undang-Undang

1. Dilarang 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 tar

TABULASI DATA PENELITIAN SELF-COMPASSION

TABULASI DATA PENELITIAN SELF-COMPASSION																											
	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	TOTAL
Cinta Dilihat dan Udang Londong	1	1	5	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	4	72
	3	3	5	1	2	3	5	3	4	4	4	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	4	5	3	2	86	
	5	5	3	4	3	5	4	3	4	2	5	4	3	3	3	4	4	3	2	2	2	3	4	4	3	2	89
	3	3	4	2	5	3	5	1	5	5	3	3	3	5	5	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	5	86
	2	2	3	2	3	2	4	2	5	4	3	4	2	3	4	2	4	3	3	1	3	3	3	3	4	3	77
	3	2	4	2	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	2	5	86
	2	1	4	1	4	1	4	1	3	4	1	3	2	5	4	1	5	1	4	2	3	4	4	1	1	4	70
8	2	2	4	1	4	2	3	2	4	3	2	4	2	4	3	1	3	2	3	2	2	4	4	3	2	3	71
	3	5	2	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	1	2	4	4	3	2	4	80
10	3	2	4	2	3	2	4	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	75
11	2	1	5	1	4	2	5	1	3	5	1	3	2	4	3	1	4	2	2	1	2	1	3	2	1	3	64
12	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	3	78
13	3	2	4	3	4	3	4	2	5	3	3	3	5	4	4	3	4	2	3	2	1	2	3	5	3	5	85
14	3	2	4	1	5	1	3	1	2	2	3	3	2	4	2	2	3	1	3	1	1	2	3	2	1	3	60
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	5	3	3	5	2	3	4	2	82
16	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	78
17	2	3	5	1	5	1	5	1	5	5	1	3	1	5	5	1	5	1	2	1	1	4	3	1	1	5	73
18	4	4	3	4	5	4	4	4	4	2	4	2	4	2	5	3	5	2	2	2	4	2	1	5	5	3	89
19	5	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	5	5	3	4	4	5	4	5	5	5	5	5	4	111
20	3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	2	2	4	87
21	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	5	5	4	4	97
22	5	5	3	5	4	5	3	3	5	3	5	5	5	5	4	5	3	5	5	4	3	2	4	4	5	3	108

- Hak cipta dilindungi undang-undang.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau keperluan lain yang sah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	1	3	2	1	2	1	3	1	3	2	2	2	1	3	56
3	2	3	2	4	2	4	1	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	4	2	2	3	3	2	2	3	69
4	4	4	1	4	3	4	1	5	4	2	5	4	5	4	3	5	3	5	1	3	5	4	3	1	5	91
5	4	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
6	3	4	2	5	2	4	2	3	4	2	4	2	2	4	1	4	1	3	1	1	2	3	2	1	3	67
7	5	4	5	5	4	5	3	4	3	3	3	5	4	4	4	4	5	4	2	4	4	5	5	5	4	107
8	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	78
9	4	4	4	3	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	3	4	103
10	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	1	4	4	4	4	3	5	90
11	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	78
12	5	4	4	3	5	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	4	104
13	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	1	3	4	4	3	2	4	88
14	3	3	4	4	4	3	3	4	2	3	4	5	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	94
15	3	5	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	4	2	3	4	90
16	3	2	3	2	4	2	2	3	4	2	2	3	2	3	3	2	4	3	4	2	3	4	3	2	3	73
17	4	1	3	4	2	3	4	1	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	76
18	3	3	4	2	4	3	5	2	4	5	3	4	2	4	5	2	4	2	3	1	2	3	3	3	2	82
19	3	2	4	1	4	3	4	1	4	5	2	4	1	3	3	1	3	1	4	1	2	3	4	5	2	74
20	3	2	5	2	4	1	3	3	4	5	3	4	2	5	5	3	5	2	5	1	3	5	4	3	2	88
21	2	3	3	2	5	3	4	2	3	5	1	3	2	4	3	1	4	2	3	1	2	4	3	1	2	72
22	1	3	3	2	4	1	4	2	3	5	3	5	2	5	3	2	3	1	4	1	1	5	4	2	2	75
23	3	2	5	2	4	1	3	3	5	4	2	5	3	4	4	1	3	2	4	1	3	4	4	1	3	79
24	2	2	5	2	5	2	4	3	4	4	2	3	1	4	3	3	5	2	5	2	1	4	4	2	2	79
25	2	3	3	1	4	2	3	2	5	3	2	4	2	5	5	2	3	2	3	3	2	4	3	1	2	74

- Hak cipta ini dilindungi undang-undang.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau keperluan lain yang sah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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	5	2	5	2	4	3	5	4	1	4	2	3	4	2	4	3	5	2	2	3	5	2	3	4	83
2	4	2	5	2	3	2	4	4	2	3	1	4	4	2	4	3	5	2	1	4	5	2	2	4	78
3	4	3	4	2	4	3	4	3	1	5	2	5	4	2	3	2	4	1	2	3	3	4	3	3	79
3	5	2	4	2	4	2	3	4	3	4	2	5	4	2	4	2	3	3	2	4	4	1	2	4	81
3	3	2	4	4	4	4	3	5	3	3	3	4	4	3	5	3	4	3	2	4	3	3	2	4	88
3	4	3	5	2	5	2	3	3	1	4	2	4	4	3	4	1	4	1	2	4	4	1	2	3	76
2	5	2	3	2	5	1	4	3	2	4	1	4	4	2	4	2	3	2	2	4	3	4	3	4	76
3	4	2	5	4	4	2	5	5	3	3	2	3	2	3	5	5	3	4	4	3	3	3	4	3	89
5	5	3	5	2	5	2	4	5	3	4	2	5	4	2	5	1	1	5	5	5	5	2	2	3	93
2	4	2	3	2	4	3	4	4	3	4	2	5	4	2	3	3	4	3	2	4	4	3	1	4	80
2	4	1	1	4	3	2	4	3	1	4	3	3	2	3	4	2	5	4	2	3	4	2	2	3	74
2	4	4	2	3	4	1	5	3	3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	5	90
2	4	3	4	2	5	3	4	3	2	4	1	3	4	2	5	4	5	1	4	5	4	1	2	4	83
1	3	4	1	5	2	3	4	5	1	5	2	4	3	3	2	4	2	5	5	2	3	5	1	4	81
3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	1	5	1	5	3	3	3	5	5	3	2	3	78
2	3	5	2	5	2	5	1	5	4	2	4	1	3	3	3	2	4	4	4	2	3	2	3	5	82
2	5	2	4	1	3	1	5	3	3	3	4	4	3	3	3	3	5	2	3	3	4	3	3	2	79
1	2	4	2	4	1	5	1	5	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	4	4	3	77
1	4	1	3	3	3	4	4	5	4	2	2	3	5	5	3	4	4	1	2	4	4	5	5	3	89
1	2	4	4	3	2	5	3	3	1	1	4	2	5	2	3	5	2	4	3	1	5	4	5	3	79
3	1	2	3	2	1	4	3	5	5	5	2	1	3	4	2	5	4	4	3	1	5	5	2	4	82
2	4	4	1	5	3	4	5	2	5	3	5	1	4	3	1	5	4	3	2	2	5	1	2	3	84
2	3	2	1	5	3	4	5	3	2	2	5	4	4	3	1	5	2	5	4	5	3	3	2	1	83
2	4	3	3	1	1	3	3	5	4	2	4	1	2	3	5	2	1	3	2	2	5	2	1	3	71

- Hak cipta ini dilindungi undang-undang.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau untuk tujuan yang serupa.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

71	4	5	2	5	5	3	4	4	4	1	2	3	5	4	2	3	1	1	3	4	4	3	1	1	4	81
72	3	2	4	1	3	5	2	2	3	4	1	5	5	3	2	2	4	2	3	1	1	2	4	3	5	75
73	2	5	2	1	4	2	5	4	3	3	2	1	2	2	3	1	4	2	5	4	3	4	1	1	2	72
74	2	1	5	2	2	3	4	2	4	2	5	4	4	3	5	2	1	3	2	2	2	5	2	3	3	74
75	2	3	5	1	5	2	2	5	2	4	3	3	1	4	4	2	5	1	4	4	3	3	1	4	2	78
76	2	3	3	1	5	1	4	2	5	1	3	2	2	4	3	1	5	1	4	2	1	2	3	1	2	67
77	2	3	2	1	4	2	1	3	2	4	3	5	1	4	2	3	5	3	4	2	1	1	3	4	2	71
78	3	4	4	1	3	2	1	3	2	3	2	4	3	5	5	1	4	3	5	5	4	4	3	3	2	84
79	4	2	3	1	5	2	5	5	3	2	2	4	2	5	2	3	3	2	1	4	2	3	5	1	2	75
80	3	2	5	1	4	4	5	2	4	4	3	5	2	4	1	4	4	3	5	1	2	5	3	5	4	89
81	3	4	3	1	4	2	5	4	1	4	3	2	1	4	4	2	3	1	5	4	5	3	4	2	4	83
82	4	4	3	4	2	4	4	1	5	4	3	5	3	3	3	3	3	3	3	4	3	5	5	3	1	90
83	2	4	3	1	5	2	3	1	2	1	3	2	2	4	5	3	2	2	4	1	4	1	4	3	1	70
84	2	2	4	1	2	3	4	5	3	5	2	4	1	2	3	1	4	2	4	1	4	1	4	3	3	74
85	2	5	5	4	3	5	4	3	5	5	1	3	2	4	3	5	2	2	3	1	1	2	4	2	3	83
86	1	2	3	4	1	5	2	3	4	5	3	4	1	2	1	2	5	3	2	1	5	3	4	3	3	75
87	2	2	4	2	3	2	4	2	4	5	2	4	2	4	4	2	2	2	3	1	5	5	3	3	2	78
88	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	2	76
89	1	2	3	3	3	3	2	4	2	3	4	2	5	1	3	2	2	4	4	4	4	2	1	3	5	74
90	3	5	3	3	4	2	3	4	4	4	3	4	2	4	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	84
91	3	3	3	1	5	1	3	2	5	5	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	82
92	3	2	4	2	4	1	5	1	5	4	2	4	5	4	5	3	5	4	5	2	3	4	5	2	2	91
93	4	5	4	2	5	2	5	2	5	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	5	2	84
94	4	4	4	5	4	5	3	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	5	4	3	3	3	4	4	4	99

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

96	2	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	1	4	74
97	3	3	5	3	5	3	5	2	4	3	5	5	3	4	4	3	5	5	3	2	5	1	3	5	2	5	96
98	3	3	3	2	4	2	3	2	2	4	3	3	3	5	4	2	3	4	5	2	2	4	2	3	3	3	79
99	5	5	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	5	3	4	96
100	4	4	3	4	3	3	3	2	4	4	2	3	5	5	5	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	95
101	3	2	2	1	4	2	4	1	4	3	2	3	2	5	2	2	3	1	4	1	1	4	3	4	2	4	69
102	5	4	3	4	3	3	4	2	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	92
103	2	2	2	1	4	1	1	2	3	2	2	3	1	4	4	1	3	1	2	1	2	3	2	3	2	4	58
104	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	5	4	4	4	4	3	4	3	4	4	5	4	3	97
105	3	2	4	2	5	3	4	4	5	4	3	4	2	5	4	2	5	3	4	1	3	5	4	5	1	4	91
106	3	4	4	3	4	2	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	2	3	4	88
107	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	5	4	4	5	5	5	102
108	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	97
109	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	98
110	5	5	1	5	1	5	1	3	1	3	4	3	4	5	1	4	1	4	3	2	4	2	2	5	1	4	79
111	1	1	5	2	3	4	1	1	3	4	4	3	3	3	3	4	5	2	5	1	1	1	5	5	4	5	79
112	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	94
113	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	5	1	4	4	4	2	5	4	4	5	106
114	3	2	4	2	4	2	5	3	3	4	3	4	2	4	4	2	5	2	5	3	3	3	3	2	3	4	84
115	3	2	5	2	4	3	5	3	4	5	3	3	2	4	5	2	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	83
116	2	1	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	63
117	1	1	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	1	2	3	1	2	1	3	2	3	2	2	2	1	2	52
118	4	3	5	3	4	3	5	3	4	5	3	3	3	4	5	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	95
119	3	2	4	2	3	1	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	3	75

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau keperluan lain yang sah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

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, penerjemahan atau keperluan lain yang tidak bersifat komersial.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

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

119	hak cipta milik UIN Suska Riau	2	3	2	3	1	3	3	3	3	4	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	65
120	3	3	4	2	4	3	5	3	4	5	3	3	3	4	5	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	90
121	2	2	4	2	3	2	5	2	4	4	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	4	78
122	2	2	3	2	3	1	2	2	3	3	3	3	1	2	3	1	3	1	3	2	3	3	3	2	1	3	60
123	3	2	4	2	3	2	5	3	4	4	3	3	2	4	5	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	85
124	3	3	4	2	3	2	5	3	4	5	3	3	3	4	5	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	87
125	3	5	4	3	4	2	4	2	4	5	3	4	2	5	4	3	3	3	3	2	5	4	4	3	2	3	89
126	2	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	66
127	3	3	4	3	5	2	5	3	2	4	4	4	3	4	4	5	2	3	4	1	4	5	4	3	2	5	91
128	5	5	1	3	2	5	2	2	5	3	3	5	4	5	5	5	3	3	5	3	3	3	5	3	3	5	96
129	5	3	4	4	2	3	2	2	5	4	4	5	2	3	3	4	3	3	2	3	4	5	5	4	3	5	92
130	5	2	5	3	4	2	3	1	4	4	1	5	2	4	5	1	4	2	5	2	1	3	4	2	1	5	80
131	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	96
132	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	119
133	3	1	4	2	5	2	4	1	5	4	2	1	2	4	5	3	3	1	3	2	2	4	4	2	2	4	75
134	4	3	3	1	5	2	4	2	4	4	2	4	2	3	3	1	3	1	5	2	2	3	3	3	2	3	74
135	2	1	5	1	3	3	5	2	5	5	1	3	1	5	5	2	5	3	3	1	1	5	3	3	3	3	79
136	2	3	2	5	5	3	4	3	4	5	3	5	3	4	4	3	4	3	5	2	3	4	4	3	3	4	93
137	1	3	4	2	4	3	4	3	4	3	1	2	2	4	3	1	4	2	4	2	3	3	4	3	2	4	75
138	3	3	4	5	2	3	4	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	83
139	3	3	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	5	4	5	5	5	1	90
140	3	3	3	3	3	2	4	2	3	4	2	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	75
141	2	4	4	2	3	2	2	2	5	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	87
142	5	5	4	3	5	4	5	4	5	4	2	4	4	4	5	1	5	4	3	2	3	4	4	5	4	4	102

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University

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, penerjemahan atau keperluan lain yang tidak bersifat komersial.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

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

133	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	5	2	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	5	4	4	93
134	2	2	3	4	2	2	3	2	5	3	4	4	2	4	4	2	3	3	4	2	2	3	4	4	4	4	81
135	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	97
136	5	4	2	4	4	3	4	2	5	5	4	4	3	2	3	2	4	2	2	2	4	4	4	4	3	4	89
137	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	90
138	3	5	5	3	5	3	5	3	5	4	5	5	3	5	5	3	5	2	1	1	3	3	5	5	1	5	98
139	4	1	2	4	5	1	1	2	4	3	3	4	1	3	3	3	3	1	3	1	3	5	5	3	3	5	76
140	3	3	3	4	5	3	4	2	4	3	3	5	3	3	3	3	5	2	4	2	2	5	5	3	3	5	90
141	3	3	3	3	2	4	2	4	2	2	3	2	3	2	2	4	2	4	2	4	3	3	3	3	4	2	74
142	3	4	3	4	4	4	3	2	3	2	3	2	4	3	1	4	3	3	4	4	5	3	3	4	4	1	83
143	5	5	3	5	4	5	2	4	3	3	3	2	5	3	2	4	2	5	1	4	4	1	2	4	4	3	88
144	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	5	2	2	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	5	3	3	85
145	3	3	4	5	4	3	4	3	4	3	5	3	3	3	3	3	2	2	1	2	5	4	4	4	3	4	87
146	3	4	4	3	4	2	4	3	3	2	4	4	4	4	3	2	3	4	4	2	4	4	4	2	2	4	86
147	4	3	4	2	1	2	3	3	5	4	4	3	2	4	4	4	3	2	2	1	2	4	3	2	2	3	76
148	3	4	4	3	4	3	4	1	4	4	4	4	2	3	4	2	3	2	3	4	3	4	4	4	3	4	87
149	3	3	4	2	4	3	4	2	4	4	3	4	2	4	4	2	4	2	3	2	2	4	4	2	2	4	81
150	2	4	3	5	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	1	5	3	3	1	3	4	3	3	3	5	3	80
151	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	86
152	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
153	4	1	5	1	5	2	5	2	5	5	2	3	3	4	4	1	3	2	3	2	2	4	3	2	1	4	78
154	3	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	79
155	2	1	3	2	4	2	5	1	4	4	2	4	2	3	4	2	3	1	2	2	3	4	3	2	2	4	71
156	4	4	2	4	5	4	5	2	4	4	3	5	3	2	2	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	89

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University

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

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tar

167	2	3	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	82
168	3	2	3	3	4	2	3	1	4	4	3	4	2	4	4	1	4	3	4	2	2	4	4	4	2	4	80
169	4	3	4	5	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	2	4	3	2	1	5	90
170	3	5	4	3	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	87
171	3	3	5	4	5	3	4	2	5	5	2	5	1	2	3	4	3	3	3	1	1	3	3	3	3	4	83
172	3	3	4	4	4	2	4	2	2	4	2	4	4	4	4	2	4	3	2	2	3	4	4	4	4	4	86
173	4	2	4	4	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	4	3	2	2	4	4	4	3	3	4	88
174	3	1	5	3	5	1	5	1	3	5	3	5	1	5	5	1	5	1	5	1	4	5	5	4	1	2	85
175	3	4	4	3	4	2	4	2	4	4	3	3	2	4	4	3	2	2	4	2	3	4	3	2	2	4	81
176	3	3	4	3	5	3	4	3	5	5	2	5	4	4	4	2	4	4	5	1	4	4	5	3	2	3	96
177	3	1	5	1	5	1	5	1	5	5	4	5	1	5	5	1	1	2	5	3	3	5	3	1	1	5	82
178	3	3	4	2	4	2	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	3	2	2	4	4	4	2	3	75
179	5	5	4	5	5	4	4	2	5	2	4	5	1	5	5	5	3	1	3	2	3	5	5	4	1	5	98
180	1	2	1	3	5	4	5	1	2	1	5	3	3	2	1	1	4	2	1	2	5	5	3	4	4	4	74
181	3	3	4	3	4	1	3	1	5	5	1	3	4	4	4	1	5	3	4	2	3	3	3	2	1	5	80
182	3	2	3	2	4	2	3	2	5	3	1	4	2	4	3	2	3	2	3	2	2	4	3	3	1	3	71
183	5	3	5	3	3	1	5	3	3	5	3	5	3	5	5	1	5	3	5	1	3	5	5	3	3	5	96
184	3	3	4	1	5	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	5	3	4	77
185	4	4	3	5	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	2	4	4	3	3	4	4	3	87
186	2	4	2	5	2	3	3	3	2	2	5	2	4	2	3	4	1	4	2	4	3	2	1	5	5	2	77
187	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	83
188	5	5	4	5	5	4	3	4	4	3	2	4	5	3	3	4	3	5	4	2	4	4	4	4	3	4	100
189	3	4	4	2	5	1	4	2	5	5	2	3	2	5	4	4	4	1	4	1	2	2	3	5	1	4	82
190	4	3	4	5	4	3	4	3	4	5	2	4	2	5	4	3	4	3	4	3	4	4	5	4	4	4	98

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

101	2	3	5	3	4	3	5	2	4	3	1	4	4	4	5	2	3	1	4	2	1	3	4	1	1	4	78
102	4	5	4	3	4	4	4	2	3	1	1	4	2	4	2	2	5	2	5	1	2	4	4	2	4	3	81
103	5	4	4	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	4	4	3	4	3	4	1	5	4	5	5	5	5	113
104	3	2	3	5	2	3	3	4	5	3	4	4	3	1	2	4	4	2	4	2	3	3	4	3	4	2	82
105	2	4	4	3	4	3	3	3	3	4	1	1	1	2	5	1	5	4	5	1	1	3	5	4	2	5	79
106	3	3	2	2	5	4	2	2	4	4	2	5	2	4	4	2	4	1	5	2	3	4	3	3	1	5	81
107	1	3	4	3	5	3	4	2	5	4	1	3	2	5	4	4	4	1	4	2	2	5	4	3	2	4	84
108	4	4	4	4	4	4	5	2	5	5	3	4	3	4	5	2	5	2	4	3	3	3	4	5	4	4	99
109	4	3	4	3	4	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	2	4	4	3	3	4	87
200	2	5	5	5	4	3	5	4	4	4	4	5	3	4	5	3	5	2	4	3	4	4	5	4	2	4	102
201	5	2	1	5	5	3	5	2	5	5	4	2	3	5	5	5	4	4	3	4	3	4	4	5	5	3	101
202	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	104
203	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	5	4	4	4	3	5	3	4	5	4	4	5	5	3	103
204	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	5	4	4	81
205	4	5	3	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	5	4	5	3	4	4	5	4	4	4	107
206	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	128
207	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	89
208	3	2	5	1	5	1	5	1	4	5	1	5	1	5	4	1	4	1	3	2	2	4	4	4	2	5	80
209	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	59
210	5	5	4	4	4	4	5	2	5	5	5	5	3	4	5	3	5	4	4	3	3	4	4	3	3	4	105
211	3	3	4	4	4	3	3	3	5	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	77
212	5	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	82
213	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	79
214	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	78

1. Dilarang 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 tar

3	2	5	2	5	2	5	1	5	4	2	5	2	5	4	2	4	3	3	2	2	4	4	3	2	4	85
3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	75
5	4	4	5	4	5	5	4	5	4	5	3	3	4	5	5	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	105
5	4	4	5	2	4	4	3	4	4	2	2	5	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	91

Hak Cipta Undang-Undang

1. Dilarang 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 tar

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

Uji Asumsi

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

A. Uji Normalitas

Descriptive Statistics

	N Statistic	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Mean Statistic	Std. Deviation Statistic	Skewness Statistic	Std. Error	Kurtosis Statistic	Std. Error
Unstandardized Residual	218	-22.06407	15.57858	.0000000	6.55298900	.008	.165	-.084	.328
Valid N (listwise)	218								

Skewness	0,164774
Kurtosis	0,328094

B. Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
X1	Between Groups	(Combined)	12595.198	68	185.223	4.406	<,001
		Linearity	9416.591	1	9416.591	223.991	<,001
		Deviation from Linearity	3178.606	67	47.442	1.128	.271
	Within Groups		6263.958	149	42.040		
	Total		18859.156	217			

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X2	Between Groups	(Combined)	8555.570	53	161.426	2.569	<,001
		Linearity	4291.729	1	4291.729	68.311	<,001
		Deviation from Linearity	4263.841	52	81.997	1.305	.106
	Within Groups		10303.586	164	62.827		
	Total		18859.156	217			

C. Uji Multikolinieritas

Coefficients^a

Collinearity Statistics

Model	Tolerance	VIF
X1	.662	1.511
X2	.662	1.511

a. Dependent Variable: Y

D. Uji Heteroskedastisitas (Uji Glejser)

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

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	8.897	1.950		4.563	<,001
X1	-.024	.015	-.133	-1.602	.111
X2	-.011	.028	-.033	-.394	.694

a. Dependent Variable: ABS_RES

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

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

A. Uji Korelasi Pearson

Correlations

	X1	X2	Y
Pearson Correlation	1	.582**	-.707**
Sig. (2-tailed)		<,001	<,001
N	218	218	218
Pearson Correlation	.582**	1	-.477**
Sig. (2-tailed)	<,001		<,001
N	218	218	218
Pearson Correlation	-.707**	-.477**	1
Sig. (2-tailed)	<,001	<,001	
N	218	218	218

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

B. Uji Regresi Linier Berganda

1). Uji Signifikansi Simultan (Uji F)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	9540.815	2	4770.407	110.067	<,001 ^b
	Residual	9318.341	215	43.341		
	Total	18859.156	217			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X2, X1

2). Uji T (Parsial)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
	(Constant)	86.000	3.390		25.372	<,001
	X1	-.286	.026	-.649	-11.005	<,001
	X2	-.082	.049	-.100	-1.693	.092

a. Dependent Variable: Y

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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

Analisis Tambahan

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

1. Hubungan Antara Usia, BMI Dan Medsos Dengan Gbdd

Correlations

			USIA	BMI	MEDSOS	GBDD
Pearman's rho	USIA	Correlation Coefficient	1.000	.048	.172*	.087
		Sig. (2-tailed)		.485	.011	.203
		N	218	218	218	218
	BMI	Correlation Coefficient	.048	1.000	-.084	-.082
		Sig. (2-tailed)	.485		.216	.228
		N	218	218	218	218
	MEDSOS	Correlation Coefficient	.172*	-.084	1.000	.286**
		Sig. (2-tailed)	.011	.216		<.001
		N	218	218	218	218
	GBDD	Correlation Coefficient	.087	-.082	.286**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.203	.228	<.001	
		N	218	218	218	218

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

2. Perbedaan Gejala Bdd Ditinjau Dari Akun Medsos

Ranks

	MEDSOS	N	Mean Rank
BDD	INSTAGRAM	100	91.36
	TIKTOK	95	120.17
	TWITTER	16	150.47
	FACEBOOK	5	129.40
	YANG LAIN	2	132.50
	Total	218	

Test Statistics^{a,b}

	BDD
Kruskal-Wallis H	18.558
df	4
Asymp. Sig.	<.001

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable:
MEDSOS

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

3. Perbedaan Gejala Bdd Ditinjau Dari BMI
Ranks

	BMI	N	Mean Rank
GBDD	KURANG	67	118.15
	NORMAL	110	105.41
	BERLEBIH	20	115.88
	OBESITAS 1	19	96.16
	OBESITAS 2	2	107.50
	Total	218	

Test Statistics^{a,b}

	GBDD
Kruskal-Wallis H	2.786
df	4
Asymp. Sig.	.594

- a. Kruskal Wallis Test
- b. Grouping Variable:
BMI

LAMPIRAN J

Panduan Wawancara

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

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

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

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

Nama : Noerma Nayla Annur Putri
 NIM : 12260125373
 Dosen Pembimbing : Anggia Kargenti Evanurul Marettih, S.Psi., M.Si.
 Judul Skripsi : Hubungan Antara Kebersyukuran dan *Self-Compassion*
 Terhadap Gejala *Body Dysmorphic Disorder* Pada Perempuan
 Dewasa Awal

1. *Guideline* pertanyaan

a. Pertanyaan umum

1. Bisakah anda memperkenalkan diri anda secara lengkap?
2. Bagaimana kehidupan anda dalam waktu satu minggu terakhir?
3. Apakah anda pernah merasa tidak percaya diri akan penampilan anda?
4. Apa yang anda pikirkan tentang penampilan anda?

b. Pertanyaan sesuai *blueprint* wawancara

1. Bisakah anda menceritakan bagaimana anda biasanya memperhatikan dan merawat penampilan sehari-hari sebelum beraktivitas atau bertemu orang lain? (*checking* dan *grooming*)
2. Apakah penampilan tubuh, seperti berat atau bentuk tubuh, memengaruhi kebiasaan anda dalam berolahraga atau mengatur pola makan? Bisa diceritakan? (*weight / shape*)
3. Kebiasaan apa saja yang biasanya anda lakukan untuk mengubah atau memperbaiki bagian tubuh yang dirasa kurang sesuai, misalnya pada kulit atau rambut? (*picking / plucking*)
4. Apakah kekhawatiran terhadap penampilan pernah membuat anda menghindari situasi sosial, aktivitas tertentu, atau cara berpakaian tertentu? bagaimana pengalaman anda terkait hal tersebut? (*avoidance*)

5. Apakah anda pernah atau sedang melakukan perawatan medis atau menggunakan produk tertentu untuk memperbaiki penampilan? Apa alasan anda melakukan hal tersebut? (*surgical/ dermatological*)
6. Menurut anda, bagaimana hubungan antara penampilan fisik dengan bagaimana orang lain menilai anda? dan bagaimana anda nilai diri anda sendiri? (*cognitions*)
7. Apakah anda puas dengan bentuk tubuh yang Anda miliki? Adakah hal hal yang membuat anda tidak puas?

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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
Verbatim Wawancara

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.

VERBATIM WAWANCARA RESPONDEN

Peneliti : Noerma Nayla Annur Putri (P)
 Responden : S
 Lokasi Wawancara : Perumahan Rowo Bening
 Tanggal Wawancara : 31 Desember 2025
 Waktu Wawancara : 10.04 – 10.28 WIB

No	Pelaku	Percakapan	Tema	Ide Pokok
1	P	Bismillahirrahmanirrahim Assalamua		
2		laikum warahmatullahi wabarakatuh		
3	S	Waalaikumsalam warahmatullahi		
4		wabarakatuh		
5	P	Sebelumnya, terima kasih saya		
6		ucapkan kepada Icah yang telah		
7		bersedia untuk dia wawancarai pada		
8		hari ini Nah, sebelum kita mulai,		
9		gimana kabarnya hari ini?		
10	S	Alhamdulillah, baik sih kak hari ini		
11	P	Kalau boleh, bisa nggak Icah		
12		menceritakan diri Icah secara		
13		lengkap?		
14	S	Boleh, mau mulai dari mana dulu nih		
15		kak?		
16	P	Nama, tempat tanggal lahir, hobi kak,		
17		belakangan ini ngapain aja		
18	S	Oke, nama panjang Icah tuh	Perkenalan	
19		SAD Kalau umur sebentar lagi sih 20	diri	
20		ya, dalam minggu depan Hobi ya,		
21		hobi akhir-akhir ini nggak ada sih		
22		kayaknya Oh, Icah kan hobi nari kan		
23		kak, jadi sering ikut nari gitu lah		
24		gitu Olahraga, tapi sekarang udah		
25		jarang sih kalau buat olahraga Akhir-		
26		akhir ini sibuk tugas aja sih, tapi		
27		karena sekarang udah libur jadi kayak		
28		udah selesai semua tugasnya		
29				
30	P	Berarti seminggu belakangan ini		
31		masih sibuk ngapain tugas?		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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.

32	S	Udah, udah selesai		
33	P	Sabtu minggu terakhir berarti udah		
34		siap semua, berarti udah free?		
35	S	Udah, udah free, kemarin tinggal ada		
36		artikel aja dan itu pun udah selesai sih		
37	P	Minggu kemarin, satu minggu ini free		
38		ya kebanyakan, itu ngapain aja Icah?		
39	S	Ee Kadang pergi jalan, karena tanggal		
40		merah juga kan kemarin kak Jadi		
41		keluarga-keluarga pada ngumpul di		
42		sini, jadi yaudah main, ngumpul-		
43		ngumpul, kadang ke mall		
44	P	Oke, aku mau tanya nih, pernah gak		
45		sih Icah ngerasa gak percaya		
46		diri? Atau karena apa gitu, gak		
47		percaya diri akan menampilkan atau		
48		karena hal lain?		
49	S	Pernah kak, aku kayak ngerasa	Kepercayaan	Merasa kurang
50		kadang ya ada di mana fase aku	diri responden	percaya diri
51		ngerasa kalau aku lagi break out Atau		pada kondisi
52		aku lagi kayak gak percaya diri aja tuh		tertentu dan
53		ngeliat foto-foto lama aku kan Nah		membandingkan
54		disitu langsung kayak dulu aku gak		diri yang
55		pernah ya jerawat segininya		sekarang
56		gitu Jadi kadang insecure aja, dulu		dengan yang
57		aku rasanya badan aku gak gini banget		sebelumnya.
58		deh gitu Kadang itu aja sih kak, lebih		
59		membandingkan diri yang sekarang		
60		tuh sama diri yang kemarin gitu		
61	P	Kalau boleh tau tuh sering muncul ya?		
62	S	Dibilang sering enggak, tapi dibilang		
63		jarang juga enggak gitu		
64	P	Tadi kan Icah ada bilang kayak		
65		pernah bandingin Icah yang sekarang		
66		sama Icah yang dulu Nah kalau aku		
67		boleh tau, apa sih yang Icah pikirkan		
68		tentang penampilan Icah sekarang?		
69	S	Sekarang tuh aku lebih ngerasa kayak		
70		gak sama lah, kayak dari wajah gitu		
71		ya Aku ngerasa sekarang aku tuh		
72		lebih gampang jerawat, beruntusan		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96		kayak gitu Sedangkan dulu tuh aku yang kayak ada gitu ya beruntusan Tapi tuh enggak yang sebanyak sekarang gitu kak Dan sekarang tuh aku yang ngerasa insecure aja gitu Karena aku ya yang ngeliat diri aku gitu Mungkin kalau gak diperhatikan si orang juga gak nampak gitu Cuma karena aku yang suka membandingkan diriku sendiri sama diriku yang lama Jadi aku ngerasa jauh lah kurangnya yang dulu dibandingkan sekarang Karena kalau dulu kan aku kan di pondok ya kak Nah di pondok itu kan seringnya lebih sama-sama Jadi kawan maskeran, kawan kayak gini, kawan kayak gitu Kita ikut bareng-bareng Kalau sekarang tuh udah enggak, apalagi sekarang aku sering bawa motor Jadi mungkin karena itu kan, kena debu-debu jadi sering beruntusan		
97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111	P	Nah tadi kan Icah bilang, Icah sering membandingkan Icah yang dulu sama Icah yang sekarang Itu yang sekarang itu jerawatannya, yang dulu enggak Terus yang dulu lebih banyak misalnya maskeran atau gimana gitu Tapi sekarang itu lebih banyak outdoornya, sering motoran Nah kalau boleh tahu, gimana Icah biasanya memperhatikan atau merawat penampilan Icah sehari-hari Sebelum beraktivitas atau keluar, ketemu orang lain, nongkrong Biasanya Icah ngapain tuh?		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128	S	Itu sih kak, paling aku kayak kalau enggak Mungkin kurangnya aku kurang merawat diri ya sekarang tuh, karena lebih banyak nugas gitu. Kalau biar enggak terlalu diperhatikan orang tuh, ya tetap jaga penampilan aja sih. Karena yang aku lihat kan belum tentu juga orang lihat. Karena yang aku insecure-kannya atau aku enggak percaya dirinya nih pun. Bukan yang terlalu terlihat di orang sih. Jadi bagiku selagi kita masih berpenampilan yang rapi, bagus gitu. Itu kayak masih oke lah gitu. Karena bagiku itu masih tertutup lah dengan makeup dan penampilan kita yang rapi.	Perawatan diri dan penampilan	Berpakaian rapi dan make up dapat membuat responden lebih percaya diri.
129 130	P	Berarti sebelum Icah beraktivitas atau ketemu orang lain makeup?		
131 132 133 134	S	Kalau pergi jalan-jalan atau nongkrong itu iya kak. Tapi biasanya kalau ke kampus enggak sih, cuma pakai tone up aja biasa sama blush.		
135 136 137 138	P	Nah tadi kan Icah ceritanya kalau Icah kebanyakan insecure dibuka. Selain di muka itu di mana lagi yang Icah enggak sangat pede?		
139	S	Di badan sih kak.		
140	P	Di badannya kayak gimana tuh?		
141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152	S	Kadang ngerasa kayak kalau pakai baju tuh pakai celana gitu kan. Ada beberapa celana tuh yang enggak cocok gitu kak. Atau kadang kayak susah nyari ukurannya gitu. Itu juga kadang kalau di bodi aku ada satu temen aku yang aku lihat. Dia suka membandingkan gitu kak. Jadi sebenarnya aku ke distract nya dari situ. Kayak aku ngerasa aku biasa aja nih, aku pede-pede aja dengan diri aku. Cuma karena dia terlalu sering		Merasa tidak percaya diri karena orang lain membandingkan dirinya dengan responden.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

153 154 155 156 157 158		menceritakan tentang dia Ataupun kadang dia membandingkan secara tidak langsung Aku merasa itu tuh membandingkan dengan diriku Jadi itu yang buat diriku tuh agak minder gitu kak Enggak percaya diri lagi		
159 160 161 162	P	Emang biasanya dia ngomongnya gimana? Yang membuat Icah tuh misalnya kayak tersinggung atau merasa gitu		
163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176	S	Kalau dulu kan kami dekat ya kak Nah dulu tuh di Pondok dia memang agak berisi badannya daripada Icah gitu Sekarang tuh dia jauh lebih kurus lah dibanding Icah kan kak Nah kadang dia tuh kalau kami lagi coba-coba baju atau apa gitu Dulu kita padahal sama loh Cah badan kita Tapi tengoklah sekarang sering kayak gitu Jadi Icah tuh kadang agak ngerasa apa ya maksudnya gitu Emang aku sejelek itu ya kayak gitu		
177 178 179 180 181 182 183	P	Nah berarti Icah ada insecure atau agak gak pede dengan bentuk tubuh Atau berbadan lah gitu Nah kalau boleh tahu pernah gak Icah mikir untuk Atau melakukan misalnya olahraga Atau mengatur pola makan untuk berubah bentuk Icah		
184	S	Ada kak		
185	P	Gimana tu? Boleh certain?		
186 187 188 189 190 191 192 193 194	S	Kadang tuh Icah workout di rumah Kemarin juga ada sih nge-gym sama papa gitu Cuma karena Icah sering nari kan kak Kalau nge-gym itu kan terlalu berat Jadi udah gak lagi Untuk makan sendiri itu Kemarin tuh ada sempat mengurangi makan gitu Cuma karena tuntutan akademik	Aktifitas mengatur pola makan dan olahraga	melakukan workout atau gym dan sempat mengurangi asupan makanan karena tuntutan akademik.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

195		gitu Kan kayak rasanya kayak Ah		
196		udahlah biar aja lah gitu kan Ternyata		
197		makan Icah tuh gak yang terlalu		
198		di Harus dikurangi-kurangi		
199		banget Untuk menjaga berat badan		
200		gitu, enggak gitu Cuma ya itu turun		
201		sendiri Karena mungkin Kadang		
202		ngerjain tugas kan kak Jadi kayak		
203		rasanya mau makan tuh aja kayak		
204		berkurang aja gitu Jadi mungkin		
205		karena itu bisa turun sendiri juga sih		
206	P	Berarti pernah? Kalau sekarang itu		
207		masih dilakukan?		
208	S	Kadang ada, kadang workout		
209		kan Karena nari itu		
210		termasuk Olahraga juga kan kak Jadi		
211		mungkin dari situ juga gitu Karena		
212		pun latihan nari tuh Seminggu		
213		sekali Atau seminggu tuh bisa dua		
214		sampai tiga kali Kalau mau lomba		
215		gitu Jadi dari situ udah berkeringat		
216		juga		
217	P	Berarti Icah untuk ngurangin insecure		
218		Icah di badan gitu Berarti dengan		
219		olahraga sama pernah Untuk ngatur		
220		pola makan Nah selain itu Icah pernah		
221		gak melakukan sesuatu Untuk		
222		mengubah kulit kak Atau rambut?		
223	S	Kalau kulit Enggak sih kak Paling		
224		pake lotion aja Kalau rambut juga		
225		gitu Aku ngerasa rambut aku		
226		tuh Yang bener-bener rontok		
227		berlebihan Dan parah banget kak Nah		
228		terus aku coba-cobalah kan Pake hand		
229		tonic Tapi tetap aja gak mempan Jadi		
230		kalau untuk ngerubah Yang sampe		
231		treatment gitu enggak sih Paling yang		
232		lebih ngerawat Harus gimana ya		
233	P	Kalau potongan rambut pernah		
234		ngubah?		
235	S	Enggak		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

236 237 238 239 240 241 242	P	Pernah gak sih Icah Misalnya lagi mau keluar Atau lagi ada acara jumpa sama orang-orang Ada gak Icah khawatir Gimana penampilan Icah Atau Icah tuh mikirin pakaiannya tuh lama banget Pernah gak? Boleh ceritain gimana tuh		
243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269	S	Kadang tuh ngerasa kayak Apa ya kak Mungkin karena kemarin nih Icah kayak Kan kemarin kami ada lomba nari ya kak Dan Icah kan bawa makeup Sedangkan disitu ternyata pouch makeup Icah tuh tinggal Jadi makeup-makeupnya pada hilang Jadi untuk beberapa bulan kemarin Itu Icah belum beli makeup Jadi kemana-mana tuh ngerasa gak pede Atau mukanya kayak kusam aja gitu Ya walaupun di pandangan orang biasa aja Cuma Icah Karena yang biasa kita menjaga penampilan Sekalinya kita tuh keluar Dengan hal-hal yang biasa aja tuh Jadi Icah ngerasa gak pede gitu kak Kayak kembali lagi ke diri Icah Karena Icah suka Membandingkan diri Icah tuh Dengan orang gitu Eh cantik ya makeup dia, eh cantik ya ini dia gitu Nah kalau Icah lagi ngerasa Icah tuh gak bermakeup Atau Icah lagi gak Berpenampilan yang baik Jadi Icah ngerasa kayak Gak percaya diri aja gitu		
270 271	P	Emang sering Icah Bandingin diri Icah sama orang lain?		
272	S	Gak sering tapi Adalah gitu kak		
273 274	P	Emang kalau abis ngebandingin tuh Icah ngerasanya gimana?		
275 276 277	S	Ya ngerasa Sedih sendiri, insecure sendiri sih Sedihnya sampe kayak Misalnya kok bisa ya dia kayak		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

278		gitu Aku gak bisa gitu sampe emang		
279		kayak Menung gitu sampe		
280		kayak Kadang ada kayak gitu		
281	P	Tapi sering?		
282	S	Enggak terlalu		
283	P	Berarti kan Kalau yang dinari		
284		tadi Icah takutnya karena gak bawa		
285		makeup Atau pernah gak		
286		misalnya Icah mau keluar gitu		
287		kan Tapi Icah tuh gak mau Ketepat itu		
288		karena Icah takut gitu Tengok orang		
289		atau apa Kalau kemarin kan emang		
290		untuk lomba kan Kalau seharian		
291		gitu Ada gak?		
292	S	Ada kak Misalnya kayak Icah diajak	Menyesuaikan	Kurang percaya
293		pergi Bertemu temen-temen	penampilan	diri jika
294		baru Misalnya Icah pergi sama temen	sesuai tempat	penampilannya
295		Icah Terus dia ngajak ketemu sama		tidak sesuai
298		temennya juga Itu kadang Terus		dengan tempat
299		tergantung tempatnya juga		atau kondisi
300		sih Kadang disitu Icah suka		tertentu.
301		yang Apa ya, mikirnya aneh-aneh		
302		gitu Kayak ya udah bagus Nih baju		
303		aku Eh kawan-kawan dulu ganti baju		
304		ke rumah gak pede aku Kayak gitu		
305		kak Walaupun sebenarnya tuh belum		
306		tentu ya Orang ngelihat kita gitu Tapi		
307		Icah kayak Kalau Icah gak maksimal		
308		gitu Icah ngerasa gak percaya diri aja		
309	P	Tadi Icah udah bilang Ganti baju ke		
310		rumah Berarti awalnya udah		
311		keluar Abis itu Balik lagi ke rumah		
312		untuk ganti baju		
313	S	Mungkin kalau Pada beda-beda		
314		konteks sih kak Mungkin kalau disaat		
315		lagi di luar sama temen Emang yang		
316		awalnya cuma mau main-main		
317		biasa Jadi kan gak terlalu prepare		
318		ya Terus diajak pergi tuh biasanya		
319		Icah gak mau Pasti minta ganti baju		
320		dulu Tapi kalau Di rumah disuruh		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, 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.

321		siap-siap sama kak Icah Diajak pergi		
322		gitu misalnya Itu pun pasti		
323		kayak Lama banget gitu mikirin baju		
324		di depan Apa namanya Di depan		
325		lemari		
326	P	Biasanya berapa lama tuh Icah Kalau		
327		milih-milih baju		
328	S	Setengah jam, sejam ada mungkin	Waktu yang digunakan untuk memilih pakaian	Sekitar 30 menit sampai 1 jam untuk responden menentukan pakaian
329		kak Semua dicoba mana yang cocok		
330				
331				
332				
333	P	Itu kalau acaranya mendadak		
334	S	Gak juga, apapun itu		
335	P	Terus ada gak sih Icah Kayak		
336		misalnyamenghindari Sesuatu Fashio		
337		n tertentu Misalnya kayak selana ini		
338		kayaknya gak cocok di aku Baju tipe		
339		kayak gini gak cocok di aku		
340	S	Ada kak		
341	P	Apa tu?		
342	S	Yang selana Misalnya kayak selana		
343		jeans yang ketat-ketat banget gitu Gak		
345		kayaknya kak Terus kayak baju yang		
346		manset ketat-ketat banget		
347		gitu Pokoknya Kalau dulu tuh Icah		
348		lumayan suka ya kak Kayak pakai		
349		yang Agak ngebentuk body		
350		gitu Cuman kalau sekarang ni Gak		
351		suka aja gitu Mungkin karena udah		
352		mulai besar juga kan jadi udah		
353		ngerasa gak pede lah Kalau pakai		
354		yang kayak gitu Jadi sekarang tuh		
355		lebih sering dengan kayak Kemeja		
356		terus pakai selana jeansnya Yang		
357		agak kulot gitu-gitu kak		
358	P	Gak pede nya karena apa?		
359	S	Karena kan agak		
360		menimbulkan Bentuk badan gitu kan		
361		kak Gak pede karena itu Karena Ya		
362		itu tadi Karena nanti post foto Nanti		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

363		di komen-komen lagi sama kawan		
364		Icah Jadi itu tuh lebih gak percaya		
365		diri		
367	P	Jadi yang Seperti apa biasanya Yang		
368		Icah takut kan komen dari kawan		
369		Icah (Seperti apa ?		
370	S	kalau misalnya Icah pakai Pakaian	Menghindari	Tidak
371		tertentu Nanti dia bilangnya Gak	pakaian	menggunakan
372		cocok lah Kalau pakai baju itu Jadi	tertentu.	pakaian tertentu,
373		Icah ngerasa nantinya tuh Over		setelah
374		thinking sendiri Jadi gak mau lagi		menerima
375		pakai baju itu Over thinking Icah		penilaian dari
376		berarti misalnya Dibilang gak cocok		orang lain.
377		pakai baju ini		
378	P	Habis itu Icah gak bakal pakai lagi		
379	S	enggak		
380	P	Nah tadi kan sebelumnya Aku udah		
381		nanya tentang olahraga Sama pola		
382		makan Icah pernah gak melakukan		
383		perawatan medis Atau menggunakan		
384		produk tertentu Untuk memperbagi		
385		tampilan Icah Kalau medis gak		
386	S	Tapi Icah pernah Minum susu Tapi		
387		susunya tuh katanya Dia tuh		
388		yang Untuk Kayak pola Bukan pola		
389		makan Kemauan nafsu makan kita		
390		tuh Jadi kita gak makan-makan		
391		berlebihan		
392	P	Berarti kalau untuk Perawatan		
393		medis Gak ada?		
394	S	Gak ada Paling kalau Perawatan Icah	Melakukan	
395		facial aja sih Gak ada perawatan yang	facial	
396		aneh-aneh		
397	P	Facial berapa kali biasanya?		
398	S	Sebenarnya tuh Sekali sebulan		
399		Kak Tapi akhir-akhir itu udah jarang		
400	P	Berarti sebelumnya tuh sering? Tiap		
401		bulan?		
402	S	Baru di Enam bulan terakhirlah tapi		
403		Dua bulanan terakhir ini Ngerasa gak		
404		sempat gitu juga Karena sibuk kuliah		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

405	P	Nah aku mau nanya Menurut Icah		
406		sendiri Gimana sih hubungan		
407		antara Penampilan fisik Icah dan		
408		bagaimana Orang lain menilai Icah?		
409	S	Boleh diulang lagi Kak		
410	P	Gimana menurut Icah Ada gak sih		
411		hubungan antara Penampilan Icah		
412		dengan Orang lain melihat Icah?		
413	S	Harusnya ada ya Karena Icah Kadang	Hubugan kepercayaan diri dengan penampilan	Responden merasa jika penampilannya baik maka akan good mood serta begitupun sebaliknya
414		gak pede Kalo Icah ngerasa Icah		
415		lagi Pake yang bagus nih, cantik Yang		
416		emang siap itu Icah Tengoklah		
417		aku Tapi kalo lagi Gak siap Atau		
418		begitu udah gak mood Entah eyeliner		
419		mencong Entah jilbab gak berdiri Itu		
420		tuh bawaannya Gak mood aja Kalo		
421		bisa gak jadi jalan Gak usahlah jalan		
422	P	Berarti Icah mikirnya apa yang Icah		
423		pakai Dapat mempengaruhi Cara		
424		menilai orang kepada Icah		
425	S	Sangat		
426	P	Berarti menurut ica Apa yang Icah		
427		pakai dapat menilai Icahnya gimana		
428		dari orang Kalo itu orang Kalo Icah		
429		gimana Menurut Icah Hubungan		
430		penampilan Icah Dengan nilai diri		
431		Icah sendiri		
432	S	Bagi Icah itu tuh Penting sih	Penampilan itu penting	Penampilan itu bagai personal branding dan menyatakan bahwa kesan pertama jika bertemu orang lain
433		kak Personal branding Kalo kita		
434		tuh Ngelihat diri kita rapi aja Udah		
435		pasti kan kita senang Begitu juga		
436		dengan orangKita ngelihat orang rapi,		
437		cantik siapa sih yang gak suka jadi		
438		kayaknya Rapi untuk siap-siap		
439		keluar Dengan yang rapi Baik, wangi		
440		Harus sih ya bagi ica Karena Icah		
441		pun Ngelihat orang juga seperti		
442		itu Pasti first impression Kita ketemu		
443		orang pasti kita liat Dari		
444		penampilannya, rapi gak		
445		penampilannya		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

446 447 448	P	Menurut Icah dari penampilan Icah Biasanya orang melihat Icah tuh Di bagian apa		
449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459	S	Itu tadi kak Kita rapi Kita rapi, cantik, bersih Itu pasti Orang menilai kita tuh oh ini orangnya rapi Kita tuh bisa Menghargai diri kita Dari bentuk kecil tadi itu Jadi kalau misalnya kita Icah kadul Gak rapi Orang pun sama kita pasti Gimana nih jadi alangkah baiknya Kita rapi Untuk diri kita Setidaknya kita lebih menghargai diri kita Dengan itu tadi sih	Penilaian diri	Berpenampilan rapi, cantik, bersih, merupakan bentuk menghargai diri sendiri.
460 461 462 463 464 465 466 467 468	P	Tadi Icah juga sempat ada bilang Kalau misalnya lagi gak oke penampilannya itu ica kan bakal misalnya Batalan janji atau gak jadi pergi kan Kalau Icah ngerasa lagi gak baik Atau misalnya penampilan Icah tuh Gak sesuai harapan Icah Biasanya apa sih yang Icah pikirkan Tentang diri Icah		
469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481	S	Itu lebih takut dibandingkan aja sih sebenarnya Walaupun entah ada orang membandingkan Entah enggak gitu ya Cuman kadang tuh misalnya kan Kita ngumpul-ngumpul nih nongkrong sama temen-temen Pasti nanti ujungnya kan buat tiktok Buat foto Icah gak pede aja disitu Karena kayak yang pertama tadi Icah udah insecure dengan Badan Icah, dengan diri Icah Jadi kalau gak dibantu penampilan Itu tuh jadi lebih Gak percaya diri aja	Kurang percaya diri pada situasi tertentu	Merasa insecure akan penampilannya dan takut dibandingkan.
482 483 484 485 486	P	Jadi emang penampilan tuh penting banget deh Bagi Icah Aku mau nanya Pernah gak sih Icah mikir Kalau aku gak cantik Aku gak bakal Diterima, aku gak bakal disuka		



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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

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

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

487	S	Pernah sih		
488	P	Boleh diceritakan?		
489	S	Pernahnya tuh kayak Icah mikir aja	persepsi pandangan orang lain tentang penampilan	Jika berpenampilan baik orang lain akan melihat dengan positif dan sebaliknya
490		tapi gak tau sih kak Sebenarnya tuh		
491		ada apa enggak Ya ngerasa aja sih		
492		kak Kalau kita tuh Lebih		
493		berpenampilan yang menarik Kita tuh		
494		bisa jaga diri kita Dengan baik Pasti		
495		bawaannya orang ngeliat kita		
496		tuh Positif aja gitu yaa enak lah Tapi		
497		kalau kita misalnya Kayak Icah		
498		bilang tadi Kurang menjaga		
499		penampilan Pasti kita udah Males		
500		dulu		
501	P	Nah Terus kalau misalnya cah tampil		
502		atau berpenampilan Sesuai dengan		
503		yang icah mau, apakah Icah puas atau		
504		senang?		
505	S	Iya sangat puas dan sangat		
506		senang Karena penampilannya oke		
507	P	tadi ada cerita tentang kawan Kawan		
508		yang suka bandingin diri gini Pernah		
509		gak sih Icah misalnya nih Icah		
510		misalnya tampilnya rapi Terus		
511		besoknya gak Pernah gak kepikiran		
512		atau pernah gak merasa Kalau orang		
513		lain itu Beda nih sikapnya Antara Icah		
514		rapi sama gak Antara prefer sama gak		
515	S	Oh itu gak ada sih kak		
516	P	Nah berarti Dari yang Icah		
517		bilang Berarti Icah kurang puasnya		
518		dari bentuk tubuh Selain itu?		
519	S	Dari muka sih kak Kadang kan kalau	Kurang puas akan wajah yang dimiliki	Saat menggunakan makeup kurang menempel karena ada bekas jerawat dan lainnya.
520		kita beruntusan Kalau makeup kan		
521		makeupnya jadi Kurang nempel gitu		
522		kan kak Jadi itu sih Kalau secara		
523		keseluruhan		
524				
525				
526	P	Apakah Icah puas dengan tubuh yang		
527		Icah miliki?		

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, 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.

528	S	Kadang puas, kadang gak		
529	P	Apa yang membuat Icah gak puas		
530		ya?		
531	S	Gak tau juga kak Tapi kayak kadang	Kepuasan akan diri	Merasa kadang puas kadang engga, dan jika sedang tidak puas akan diri responden membandingkan diri dengan dirinya yang dulu.
532		ngerasa Kadang berkaca tuh gak puas		
533		aja itu sih Kadang kalau		
534		misalnya Ngelihat diri		
535		sekarang Kayak yaudah biasa		
536		aja Tapi kalau lagi ngelihat foto-foto		
537		lama Terus ngelihat Ada sesuatu yang		
538		membuat Itu aja sih kak Kadang jadi		
539		gak percaya diri Tapi kalau gak		
540		membandingkan atau gak		
541		melihat Yang lama itu biasa aja		
542	P	Berarti Icah lebih sering		
543		membandingkan Dengan diri Icah		
544		sendiri daripada dengan orang lain		
545		Nah kan tadi ada beberapa Hal yang		
546		Icah buat gak puas Karena kan tubuh		
547		Icah atau diri Icah Nah sejauh		
548		ini Icah dapat menerima diri Icah		
549		sendiri gak?		
550	S	Bisa sih kak		
551	P	Kalau boleh tau sejauh mana nih Icah		
552		menerima diri Icah sendiri Dan apa		
553		sih yang mempengaruhi Untuk Icah		
554		tuh Atau motivasi Icah Dalam		
555		merawat atau memperhatikan		
556		penampilan itu		
557				
558	S	Pokoknya Icah Kalau lagi ngeras Lagi		
559		cantik, lagi rapi Itu pedenya Tapi		
560		kalau misalnya Lagi di rumah		
561		aja Tiba-tiba kaca jeleknya Kayak		
562		gitu aja sih kak		
563	P	Ooh begitu, Oke terima kasih ya		
564		Icah atas waktu dan		
565		kesempatannya Sebelumnya apakah		
566		ada hal lain yang Icah mau		
567		tanyakan? Atau mau sharing and		
568		caring Tentang penampilan		
569		Pengalaman		
570				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

571	S	Kayaknya udah cukup sih		
572	P	Terima kasih banyak ya Icah atas		
573		waktunya		
574	S	Oke sama-sama kak		
575	P	Aku tutup dengan Assalamualaikum		
576		warahmatullahi wabarakatuh		



UIN SUSKA RIAU

LAMPIRAN L

Surat Penelitian

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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.



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-1294E/Un.04/F.VI/PP.00.9/08/2025

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

Nama	: Noerma Nayla Annur Putri
NIM	: 12260125373
Jurusan	: Psikologi S1
Semester	: VII (Tujuh)

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 Antara Kebersyukuran Dan Self-compassion Terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder Pada Perempuan Dewasa Awal".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 07 Agustus 2025
Dekan,

[Signature]
Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog
NIP. 19791207 200604 2 001

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.



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-1511E/Un.04/F.VI/PP.00.9/09/2025

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

Nama : Noerma Nayla Annur Putri
 NIM : 12260125373
 Jurusan : Psikologi S1
 Semester : VII (Tujuh)

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

"Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Self-compassion Terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 04 September 2025
 Dekan,



Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog
 NIP. 19791207 200604 2 001



Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.

Token : F3tjSxQL



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 RI
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
 FAKULTAS PSIKOLOGI
 كلية علم النفس
 FACULTY OF PSYCHOLOGY
 Jl. H.R. Soebrandt Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT IZIN RISET

Nomor: B-1581E/Un.04/F.VI/PP.00.9/09/2025

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

Nama : Noerma Nayla Annur Putri
 NIM : 12260125373
 Jurusan : Psikologi S1
 Semester : VII (Tujuh)

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

"Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Self-compassion Terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder Pada Perempuan Dewasa Awal".

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 19 September 2025
 Dekan,



Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog
 NIP. 19791207 200604 2 001



Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.

Token : MQm148ab



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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. Soebrandt Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-7E/Un.04/F.VI/PP.00.9/01/2026

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bawah:

Nama : Noerma Nayla Annur Putri
NIM : 12260125373
Tempat Tgl.Lahir : Pekanbaru/ 21 November 2004
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VII (Tujuh)

benar mahasiswa tersebut di atas telah selesai melakukan penelitian di Fakultas Psikologi dengan judul:

"Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Self-compassion Terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder Pada Perempuan Dewasa Awal".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 05 Januari 2026
Dekan,



Dr. Lisy Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog
NIP. 19791207 200604 2 001

UIN SUSKA RIAU



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BBSrE).
Token : HZUFWDaR



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan 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 RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS PSIKOLOGI
كلية علم النفس
FACULTY OF PSYCHOLOGY
Jl. H.R. Soebrandt Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: fpsi@uin-suska.ac.id

Nomor : B-1575E/Un.04/F.VI/PP.00.9/09/2025 Pekanbaru, 19 September 2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Mohon Izin Riset

Kepada Yth.
Kepala Laboratorium Pengukuran
Fakultas Psikologi UIN Suska Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Noerma Nayla Annur Putri
NIM : 12260125373
Jurusan : Psikologi S1
Semester : VII (Tujuh)

akan melakukan riset penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

"Hubungan Antara Kebersyukuran Dan Self-compassion Terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder Pada Perempuan Dewasa Awal".

untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.
Dekan,



Dr. Lisya Chairani, S. Psi., M.A., Psikolog
NIP. 19791207 200604 2 001



Dokumen ini telah ditanda tangani secara elektronik.
Token : 4ryMiUDm



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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



**Laboratorium Pengukuran Psikologi
Fakultas Psikologi
UIN Sultan Syarif Kasim Riau**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau
28203

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor: 001/LAB.PENGUKURAN/IX/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Dina Haya Sufya, M.Si

Jabatan : Kepala Laboratorium Pengukuran

Alamat : Fakultas Psikologi UIN Suska Riau

Menerangkan bahwa:

Nama Lengkap : Noerma Nayla Annur Putri

NIM : 12260125373

Program Studi : Psikologi S1

Semester : VII (Tujuh)

Telah melaksanakan try out dan juga telah selesai melakukan penelitian di Laboratorium Pengukuran dengan judul:

"Hubungan Antara Kebersyukuran dan Self-compassion terhadap Gejala Body Dysmorphic Disorder pada Perempuan Dewasa Awal".

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal **1 Agustus 2025 sampai dengan 21 September 2025** sebagai bagian dari proses penyusunan skripsi.

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 24 September 2025

Dina Haya Sufya, M.Si
NIP. 199009192022032002

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 M

Biografi Peneliti

UIN SUSKA RIAU

BIOGRAFI PENELITI



Noerma Nayla Annur Putri lahir di Pekanbaru pada hari Minggu, 21 November 2004 bertepatan dengan 8 Syawal 1425 H. Peneliti merupakan anak perempuan pertama dari pasangan Ahmad Nizar, S.Si. dan dr. Nurzammi, M.Kes. Peneliti berasal dari Kecamatan Kampar, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau. Pendidikan formal peneliti dimulai dari TK Melati Darma Wanita, kemudian melanjutkan pendidikan dasar di SD Negeri 008 Rumbio. Pendidikan menengah pertama ditempuh di SMP IT Al-Ihsan Boarding School Riau, dan pendidikan menengah atas di MAS Al-Ihsan Boarding School Riau. Atas izin Allah SWT, peneliti melanjutkan pendidikan Strata 1 di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau serta memperoleh Beasiswa Prestasi Pemerintah Provinsi Riau Angkatan 2022.

© 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.