

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-COMPASSION* TERHADAP *FORGIVENESS* PADA DEWASA AWAL PENYINTAS PERUNDUNGAN

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

CITRA AYU DAMAYANTI KUSWOYO
NPM : 1511900112

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2023

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-COMPASSION* TERHADAP *FORGIVENESS* PADA DEWASA AWAL PENYINTAS PERUNDUNGAN

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh:

CITRA AYU DAMAYANTI KUSWOYO

NBI: 1511900112

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2023**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN
SELF-COMPASSION TERHADAP *FORGIVENESS*
PADA DEWASA AWAL PENYINTAS PERUNDUNGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh:
CITRA AYU DAMAYANTI KUSWOYO
NBI: 1511900112**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2023**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 24 Maret 2023



CITRA AYU DAMAYANTI KUSWOYO

NBI: 1511900112



**UNIVERSITAS
17 AGUSTUS
1945 SURABAYA**

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. Semolowaru 45 Surabaya
Tlp. 0315931800
Email : perpus@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Citra Ayu Damayanti Kuswoyo
NBI : 1511900112
Fakultas : Psikologi
Program : Psikologi
Jenis Karya : ~~Tugas Akhir / Skripsi / Tesis / Desertasi / Laporan Penelitian / Makalah~~

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Bada Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Nonexclusive*)** karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Self-Compassion* terhadap *Forgiveness* pada Dewasa Awal Penyintas Perundungan.

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Nonexclusive Royalty-Free Right*)**, Badan perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 20 Juni 2023

Surabaya, 20 Juni 2023



Citra Ayu Damayanti Kuswoyo

1511900112

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Citra Ayu Damayanti Kuswoyo
NPM : 1511900112
Judul : Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Self-Compassion*
dengan *Forgiveness* pada Dewasa Awal Penyintas Perundungan

Surabaya, 20 Juni 2023

Disetujui Oleh :

Dosen Pembimbing I

Dr. Dyan Exita Santj, S. Psi., M. Si

Dosen Pembimbing II

Rahma Kusumandari, M. Psi.,
Psikolog

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi

**Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Dan Diterima Untuk
Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat**

Sarjana Psikologi

Pada Tanggal: Selasa, 27 Juni 2023

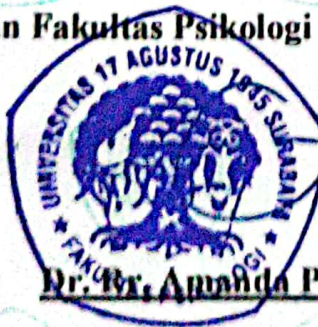
Dewan Penguji:

1. **Dra. Dwi Sarwindah Sukiatni, MS**
2. **Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si**
3. **Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog**

.....
.....
.....

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,



Dr. Br. Ananda Pasca Rini, S.Psi, M.Si, Psikolog

NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

"Rather than being the best, be someone who gives their best. By doing that you will become the best."

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkat, rahmat, dan hidayah-Nya yang telah diberikan sehingga penulisan skripsi ini berjalan dengan baik dan lancar. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan karya dari hasil menuntut ilmu 4 tahun untuk orang-orang terkasih.

Teristimewa Orangtua tercinta, terpenulisng, dan terhormat.

Kepada orangtua penulis yang telah memberikan dukungan, semangat, motivasi, fasilitas, material, serta doa yang melimpah sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik. Penulis berharap dengan hasil dan perjuangan penulis selama ini untuk mendapatkan gelar sarjana membuat orangtua penulis bahagia dan bangga.

Keluarga tercinta

Kepada adik laki-laki dan nenek penulis yang tanpa lelah memberikan dukungan, semangat, motivasi, serta doa yang telah diberikan.

Sahabat dan teman

Kepada sahabat dan teman yang telah menemani, mendukung, dan menyemangati dikala sedang tidak baik-baik saja. Menemani perjalanan dalam pembuatan skripsi hingga dapat berproses menjadi lebih baik. Ucapan terimakasih yang tulus kepada seluruh teman dan sahabat yang menemani hingga akhir.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Citra Ayu Damayanti Kuswoyo
Tempat Lahir : Mojokerto
Tanggal Lahir : 7 Agustus 1999
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jalan Bratang Gede VI G – 26 A Surabaya
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : Citrayu.7899@gmail.com
No. Telepon : 089675611949

B. Riwayat Pendidikan

2006 – 2012 SDN Baratajaya Surabaya
2012 – 2015 SMPN 12 Surabaya
2015 – 2018 SMK IPIEMS Surabaya (Jurusan DKV)
2019 – Universitas 17 Agustus 2945 Surabaya (Fakultas Psikologi)

C. Riwayat Pekerjaan

2018 – 2019 Kasir di PRINTKU Digital Printing
2018 – *Freelancer* desainer grafis

D. Riwayat Organisasi

2019 – 2023 Anggota UKM Kesehatan Untag Surabaya
2021 – 2022 Anggota DPM F Psi Untag Surabaya

E. Kemampuan

1. Menggunakan aplikasi desain seperti *Corel Draw, Adobe Illustrator, Adobe Photoshop, Canva, Pictart*
2. Menggunakan aplikasi edit video seperti *Adobe Premiere, Kine Master*
3. Menggunakan aplikasi pengolahan data seperti *Word, Excel, Power-Point*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan kripsi dengan judul **“Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Self-Compassion* terhadap *Forgiveness* pada Dewasa Awal Penyintas Perundungan”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada program Strata-1 di Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Untuk itu pada kesempatan ini penulis merasa berkewajiban untuk menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya dan sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM, CMA. CPA. selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan program strata satu (S1).
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus Surabaya, atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menjadi mahasiswa Fakultas Psikologi.
3. Amherstia Pasca Rina., M.Psi., Psikolog. selaku Kaprodi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus Surabaya, atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menjadi mahasiswa Program Studi Psikologi.
4. Diah Sofia, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali atas bimbingan yang diberikan selama mengikuti perkuliahan.
5. Dra. Dwi Sarwindah Sukiati, MS selaku Dosen Penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan perhatian serta bantuannya dalam membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan perhatian serta bantuannya dalam membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Rahma Kusumandari, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan


perhatian serta bantuannya dalam membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

8. Untuk orangtua dan adik yang sangat penulis sayangi dan cintai, yang tak pernah lelah untuk memberikan dukungan dan memotivasi penulis dalam proses pengerjaan skripsi.
9. Untuk Fitri, Martha, Alvin, Ali, Marsha, Erika, dan Rina yang sangat penulis sayangi sebagai teman sesama pejuang skripsi, juga selalu memberi dukungan dalam proses pengerjaan skripsi.
10. Untuk Jojo, Dito, Gabriel, Rizal, dan Sofia yang selalu memberikan dukungan dan motivasi dengan memberikan hiburan sederhana kala penulis sedang suntuk dalam proses pengerjaan proposal.
11. Untuk Ade dan Kevin yang sudah memberikan bantuan dan arahan ketika penulis kesulitan dalam mengerjakan skripsi.
12. Untuk Sonny yang selalu membuat penulis bahagia, menemani penulis ketika suntuk dan memotivasi penulis untuk tidak menyerah mengerjakan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis senantiasa terbuka dalam menerima kritik dan saran, yang dapat membangun dari segala pihak untuk menyempurnakan skripsi ini, mengingat keterbatasan dan kekurangan yang ada pada skripsi ini.

Besar harapan penulis agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pihak yang membutuhkan guna perkembangan ilmu pengetahuan.

Surabaya, 25 Juni 2023



Citra Ayu Damayanti Kuswoyo

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-COMPASSION* DENGAN *FORGIVENESS* PADA DEWASA AWAL PENYINTAS PERUNDUNGAN

Citra Ayu Damayanti Kuswoyo
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Email: citrayu.7899@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *self-compassion* dengan *forgiveness* pada dewasa awal penyintas perundungan. Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode korelasional. Partisipan pada penelitian ini sebanyak 126 responden yang merupakan korban perundungan ketika duduk dibangku SD/SMP/SMA/ sederajat dengan usia 19 - 25 tahun. Penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner *google form* melalui media sosial dengan menggunakan skala *Likert*. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan pendekatan *Bayesian*. Penelitian ini menggunakan alat ukur dengan skala *forgiveness*, skala dukungan sosial, dan skala *self-compassion*. Terdapat hubungan yang tidak signifikan antara dukungan sosial dengan *forgiveness* sehingga dukungan sosial tidak dapat menjadi prediktor yang signifikan bagi *forgiveness* yang menunjukkan nilai signifikan $BF_{10} 0,005$ ($BF_{10} < 1,00$). Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *Self-Compassion* dengan *Forgiveness* sehingga *Self-Compassion* dapat menjadi prediktor yang signifikan bagi *Forgiveness* dengan klasifikasi rendah yang menunjukkan nilai signifikan $BF_{10} 1,00$ ($BF_{10} = 1,00$). Artinya semakin tinggi *Self-Compassion* maka semakin tinggi *Forgiveness*, sebaliknya semakin rendah *Self-Compassion* maka semakin rendah *Forgiveness*. Individu dengan *Self-Compassion* yang baik mampu memecahkan masalah dengan berpikir logis dan menghadapi peristiwa tidak menyenangkan dengan pemaafan. Terdapat hubungan yang tidak signifikan antara dukungan sosial dan *Self-Compassion* dengan *forgiveness* sehingga dukungan sosial dan *forgiveness* secara bersamaan tidak dapat menjadi prediktor yang signifikan bagi *forgiveness* yang menunjukkan nilai signifikan $BF_{10} 0,231$ ($BF_{10} < 1,00$).

Kata Kunci: Dukungan Sosial, *Forgiveness*, Perundungan, *Self-Compassion*.

RELATION BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND SELF-COMPASSION WITH FORGIVENESS IN EARLY ADULT SURVIVAL OF BULLYING

Citra Ayu Damayanti Kuswoyo

Faculty of Psychology, University of August 17 1945 Surabaya

Email: citrayu.7899@gmail.com

ABSTRACT

This study was to find out how social support, self-compassion, and forgiveness affect young adults who have been bullied. Correlational methods are used in this type of quantitative research. This study included 126 people who had been bullied while they were in elementary, middle, or high school and in the age between 19 to 25. Using a Likert scale, Google form questionnaires were distributed via social media in this study. This study employs a Bayesian method for data analysis. There is a non-significant relationship between social support and forgiveness so that social support cannot be a significant predictor of forgiveness which shows a significant value of $BF_{10} 0,005$ ($BF_{10} < 1,00$). There is a very significant relationship between Self-Compassion and Forgiveness so that Self-Compassion can be a very significant predictor for Forgiveness with a low classification which shows a significant value of $BF_{10} 1,00$ ($BF_{10} = 1,00$). This means that the higher the Self-Compassion, the higher the Forgiveness, conversely, the lower the Self-Compassion, the lower the Forgiveness. People who have good self-compassion are able to deal with unpleasant situations with forgiveness and think logically to solve problems. There is a non-significant relationship between social support and Self-Compassion with forgiveness so that social support and forgiveness simultaneously cannot be a significant predictor of forgiveness which shows a significant value of $BF_{10} 0,231$ ($BF_{10} < 1,00$).

Keyword: Social Support, Forgiveness, Bullying, Self-Compassion

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	vii
HALAMAN MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
<i>CURRICULUM VITAE</i>	x
KATA PENGANTAR	xi
ABSTRAK	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xiv
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. <i>Forgiveness</i>	9
1. Pengertian <i>Forgiveness</i>	9
2. Faktor-faktor <i>Forgiveness</i>	10
3. Aspek-aspek <i>Forgiveness</i>	12
B. Dukungan Sosial.....	15
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	15
2. Faktor-faktor Dukungan Sosial	17
3. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	18
C. <i>Self-Compassion</i>	20
1. Pengertian <i>Self-Compassion</i>	20
2. Faktor-faktor <i>Self-Compassion</i>	22
3. Aspek-aspek <i>Self-Compassion</i>	25
D. Kerangka Berpikir	27
E. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Populasi dan Partisipan Penelitian.....	31

1. Populasi	31
2. Partisipan	31
B. Desain Penelitian	32
C. Instrumen Pengumpulan Data	32
1. Skala <i>Forgiveness</i>	34
2. Skala Dukungan Sosial	36
3. Skala <i>Self-Compassion</i>	38
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	41
1. Uji Prasyarat	41
2. Analisis Data	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
A. Hasil Penelitian	44
B. Pembahasan	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	61

DAFTAR GAMBAR

Kerangka Berpikir Hubungan Antara Dukungan Sosial dan <i>Self-Compassion</i> dengan <i>Forgiveness</i> pada Dewasa Awal Penyintas Perundungan	28
---	----

1

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Alternatif Jawaban Skala <i>Likert</i>	32
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Forgiveness</i>	33
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Forgiveness</i>	34
Tabel 3.4 Uji Reliabilitas Skala <i>Forgiveness</i>	35
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial	36
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Aitem Skala Dukungan Sosial.....	36
Tabel 3.7 Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial	37
Tabel 3.8 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Compassion</i>	38
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Self-Compassion</i>	39
Tabel 3.10 Uji Reliabilitas Skala <i>Self-Compassion</i>	40
Tabel 3.11 Hasil Uji Normalitas	41
Tabel 3.12 Hasil Uji Linieritas	41
Tabel 3.13 Hasil Uji Multikolinieritas	42
Tabel 3.14 Hasil Uji Heterokedastisitas	43
Tabel 4.1 Rekapitulasi responden berdasar jenis kelamin.....	44
Tabel 4.2 Rekapitulasi responden berdasar usia	44
Tabel 4.3 Rekapitulasi responden berdasar masa dirundung	45
Tabel 4.4 Rekapitulasi responden berdasar jenis perundungan.....	45
Tabel 4.5 Data Deskriptif <i>Forgiveness</i>	46
Tabel 4.6 Frekuensi Kategori <i>Forgiveness</i>	46
Tabel 4.7 Hasil Analisis Dukungan Sosial dengan <i>Forgiveness</i>	47
Tabel 4.8 Hasil Analisis <i>Self-Compassion</i> dengan <i>Forgiveness</i>	47
Tabel 4.9 Hasil Analisis Dukungan Sosial dan <i>Self-Compassion</i> dengan <i>Forgiveness</i>	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Alat Ukur	55
Lampiran 2 Form Kuesioner	56
Lampiran 3 Skala Penelitian	57
Lampiran 4 Rekapitulasi Pengalaman Perundingan Responden	63
Lampiran 5 Tabulasi Data	75
Lampiran 6 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas.....	104
Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas	110
Lampiran 8 Hasil Uji Linieritas	110
Lampiran 9 Hasil Uji <i>Spearman's Rho</i>	110
Lampiran 10 Poster Penyebaran <i>Form</i>	111
Lampiran 11 Hasil Turnitin.....	112