

**PENGARUH *SELF COMPASSIONS* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP RESILIENSI DIRI PADA PELAKU PERCERAIAN
DI PENGADILAN AGAMA KABUPATEN BLITAR**

SKRIPSI



Disusun oleh :

Rizqy Khoiro Ulfa

NIM. 14410138

Fakultas psikologi

Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang

2018

**PENGARUH *SELF COMPASSIONS* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP RESILIENSI DIRI PADA PELAKU PERCERAIAN
DI PENGADILAN AGAMA KABUPATEN BLITAR**

SKRIPSI

Diajukan Kepada :

Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)



Disusun oleh :

Rizqy Khoiro Ulfa

NIM. 14410138

Fakultas psikologi

Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang

2018

PENGARUH *SELF COMPASSIONS* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
RESILIENSI DIRI PADA PELAKU PERCERAIAN DI PENGADILAN
AGAMA KABUPATEN BLITAR

SKRIPSI

Oleh

Rizqy Khoiro Ulfa

NIM. 14410138

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing

Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si

NIP. 197008132001121001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 195507171982031005

SKRIPSI

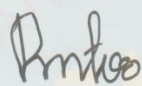
PENGARUH *SELF COMPASSIONS* DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
RESILIENSI DIRI PELAKU PERCERAIAN DI PENGADILAN AGAMA
KABUPATEN BLITAR

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 25 Juli 2018

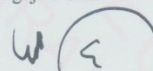
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

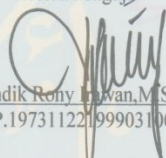


Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si
NIP. 197008132001121001

Anggota Penguji Lain
Penguji Utama



Dr. Mohammad Mahpur, M.Si
NIP. 197605052005011003
Ketua Penguji



Andik Rony Hujan, M.Si
NIP. 197311221999031003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal, 25 Juli 2018

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 196710291994032001

SURAT PERNYATAAN

Tang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rizqy Khoiro Ulfa

NIM : 14410138

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa "skripsi" yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang, dengan judul :

PENGARUH SELF COMPASSIONS DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP RESILIENSI DIRI PADA PELAKU PERCERAIAN DI PENGADILAN AGAMA KABUPATEN BLITAR adalah hasil karya saya sendiri, bukan "duplikasi" dari karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari ada "klaim" dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab dosen pembimbing atau pihak Fakultas Psikologi tetapi menjadi tanggung jawab saya sendiri.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Malang, Juni 2018

at saya,

Rizqy Khoiro Ulfa

Rizqy Khoiro Ulfa

NIM. 14410138

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah yang Maha pengasih lagi Maha Penyayang,

Saya persembahkan karya sederhana ini kepada :

Ibunda dan Ayahanda tercinta, Ibu Siti Mustanginah dan Bapak Mahfudz, yang telah memberikan kasih sayang yang tiada terkira dan doa yang tidak pernah terputus kepada saya serta memberikan dukungan baik moral maupun material sehingga saya dapat menyelesaikan jenjang S1 tanpa ada halangan suatu apapun.

Mama dan Papa mertua saya, Ibu Kunasih dan Bapak Susanto yang telah memberikan kasih sayang serta dukungan serta doa sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian dan skripsi dengan lancar tanpa ada halangan yang berarti.

Suami saya, Mahardika Yoga Perdana yang telah memberikan kasih sayang, perhatian serta dukungan kepada saya baik jasmani maupun rohani, dan menemani berjuang dalam menyelesaikan studi S1 dan juga terwujudnya penelitian ini.

Kakak dan adik peneliti, Moh. Lukman Syafi'i, Linda Novi Susanti, Arindah Mu'asyaroh dan Ahsanul Haq yang telah memberikan dukungan kepada saya sehingga mampu menyelesaikan seluruh tahapan penelitian dengan lancar.

Pembimbing peneliti Bapak Dr. Rahmat Aziz, M.Si yang telah menyediakan waktu guna membantu peneliti dalam menyelesaikan rangkaian skripsi dengan lancar.

Keluarga besar fakultas psikologi UIN Malang 2014 yang telah memberikan warna yang indah dalam kehidupan perkuliahan saya.

HALAMAN MOTTO

Do The Best, God The Rest

Hari ini Harus Lebih Baik Daripada Hari Kemarin



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah S.W.T yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan serangkaian penelitian skripsi ini yang berjudul “ **Pengaruh *Self Compassions* dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Diri Pada Pelaku Perceraian Di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar**” yang menjadi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Strata 1 tanpa halangan suatu Apapun.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan dan pelaksanaan penelitian ini, peneliti mendapat bantuan dari berbagai pihak. Karena hal tersebut peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Prof. Dr. H. Abd. Haris, M.Ag selaku rector Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Drs. H. Suyudi, M.Hum selaku Ketua Pengadilan Agama Kabupaten Blitar yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
3. Dra. Siti Mahmudah selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah melunagkan waktu serta berbagi ilmu yang bermanfaat kepada Peneliti
5. Segenap Dosen Fakultas Psikologi yang telah berbagi ilmu dan pengalaman yang bermanfaat kepada peneliti.
6. Segenap Karyawan dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah membantu administrasi peneliti selama menjalani perkuliahan.

7. Segenap karyawan dan staff Pengadilan Agama Kabupaten Blitar yang telah memberi ruang dan waktu sehingga peneliti dapat melakukan penelitian.
8. Ayah dan ibu peneliti, Bapak Mahfudz dan Ibu Siti Mustanginah yang telah memberikan dukungan baik secara moral dan material sehingga peneliti dapat menyelesaikan serangkaian proses pendidikan dengan lancar.
9. Papa dan mama mertua peneliti, Bapak H. Susanto dan ibu Kunasih yang telah memberikan dukungan sehingga peneliti dapat menyelesaikan serangkaian penelitian tanpa halangan suatu apapun.
10. Suami Peneliti, Mahardika Yoga Perdana yang telah memberikan waktu, tenaga dan juga kasih sayangnya serta dukungan baik secara moral dan material sehingga peneliti dapat menyelesaikan serangkaian proses pendidikan dengan lancar.
11. Kakak dan Adik Peneliti, Moh. Lukman, Linda Novi Susanti, Arindah Mu'asyaroh dan Ahsanul Haq yang telah memberikan dukungan sehingga membuat peneliti selalu merasa nyaman.
12. Sahabat Peneliti, Binti Isnaini dan Sabirah Najah yang telah memberikan dukungan dan meluangkan waktunya sehingga peneliti dapat menyelesaikan serangkaian proses pendidikan dengan nyaman.
13. Teman – Teman angkatan 2014 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan dukungan dan berbagi pengalamannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan serangkaian pendidikan dengan lancar.
14. Seluruh pihak yang mendukung terselesaikannya penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang mendukung peneliti diharapkan demi perbaikan dan kebaikan laporan penelitian ini. Akhirnya peneliti berharap semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dan semoga karya ini memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu dan pengaplikasiannya.

Malang, Juni 2018

Peneliti



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
ABSTRAK	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	9
A. Resiliensi Diri	9

1. Pengertian Resiliensi Diri	9
2. Aspek Resiliensi Diri	10
B. <i>Self Compassions</i>	12
1. Pengertian <i>self compassions</i>	12
2. Aspek <i>Self Compassions</i>	13
C. Dukungan Sosial	15
1. Pengertian Dukungan Sosial	15
2. Bentuk Dukungan Sosial.....	18
D. Perceraian.....	19
1. Pengertian Perceraian.....	19
2. Faktor Penyebab Perceraian.....	20
E. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
A. Rancangan Penelitian	26
B. Identifikasi Variabel.....	26
C. Definisi Operasional	27
1. Resiliensi Diri	27
2. <i>Self Compassions</i>	28
3. <i>Dukungan Sosial</i>	28
D. Populasi Sampel dan Teknik Sampling	28
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
F. Teknik Pengumpulan Data.....	30
G. Instrumen Penelitian	30
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	33

1. Uji Validitas	33
2. Uji Reliabilitas	34
I. Analisis Data	35
a. Kategorisasi.....	36
b. Uji Asumsi	37
1. Uji normalitas.....	37
2. Uji linieritas.....	38
3. Uji heterokidatisitas	38
4. Uji multikorelasi	38
5. Uji hipotesis	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	40
B. Analisis Hasil Penelitian	46
1. Uji Validitas	46
a. Skala resiliensi diri.....	47
b. Skala <i>self compassions</i>	48
c. Skala dukungan sosial	49
2. Uji Reliabilitas	49
C. Analisis Kategorisasi.....	50
a. Analisis Kategorisasi Variabel Resiliensi Diri	51
b. Analisis Kategorisasi Variabel <i>Self Compassions</i>	52
c. Analisis Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial	54
D. Analisis Uji Asumsi	56
a. Uji Normalitas.....	56

b. Uji Linieritas	57
c. Uji Multikorelasi	58
d. Uji Heterokidatisitas	59
E. Hasil Uji Hipotesis	60
a. Uji Regresi Linier Pada Pengaruh <i>Self compassions</i> Terhadap Resiliensi Diri	61
b. Uji Regresi Linier Pada Variabel Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Diri	62
c. Uji Regresi Linier Ganda	63
F. Pembahasan.....	64
1. Tingkat <i>self compassions</i> pada pelaku perceraian	64
2. Tingkat Dukungan Sosial Pada Pelaku Perceraian	66
3. Pengaruh <i>Self Compassions</i> dan Dukungan Sosial Terhadap Pelaku Perceraian.....	68
BAB V PENUTUP.....	71
1. Kesimpulan	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Table 1. Blueprint skala resiliensi diri	31
Tabel 2 Blueprint <i>self compassions scale</i>	32
Tabel 3 Blueprint skala dukungan sosial	33
Tabel 4 Rumus Kategorisasi	37
Tabel 5 Hasil Uji Validitas Skala Resiliensi.....	47
Tabel 6 Uji Validitas Skala <i>Self Compassions</i>	48
Tabel 7 Uji Validitas Skala Dukungan Sosial.....	49
Tabel 8 kategorisasi resiliensi diri	52
Tabel 9 Kategorisasi <i>Self Compassions</i>	53
Tabel 10 Kategorisasi Dukungan Sosial.....	55
Tabel 11 Uji <i>One-Sample Kolmogorov Smirnov Test</i>	57
Tabel 12 Uji Linieritas	57
Tabel 13 Uji Multiroleasi.....	59
Tabel 14 rangkuman hasil uji regresi pengaruh <i>self compassions</i> terhadap resiliensi diri.....	61
Tabel 15 Rangkuman Uji Regresi Linier Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Diri	62
Tabel 16 hasil uji linier regresi ganda	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Grafik Kategorisasi Resiliensi Diri.....	52
Gambar 2 Grafik Kategorisasi Responden Variabel <i>Self</i> <i>Compassions</i>	54
Gambar 3 Grafik Kategorisasi Dukungan Sosial.....	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran – 1 Skala Uji Coba Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 2 Skala Uji Coba Variabel *Self Compassions*

Lampiran – 3 Skala Uji Coba Variabel Dukungan Sosial

Lampiran – 4 Skala Penelitian Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 5 Skala Penelitian Variabel *Self Compassions*

Lampiran – 6 Skala Penelitian Variabel Dukungan Sosial

Lampiran – 7 Data Mentah Hasil Uji Coba Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 8 Data Mentah Hasil Uji Coba Variabel *Self Compassions*

Lampiran – 9 Data Mentah Hasil Uji Coba Variabel Dukungan Sosial

Lampiran – 10 Data Mentah Hasil Penelitian Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 11 Data Mentah Hasil Penelitian Variabel *Self Compassions*

Lampiran – 12 Data Mentah Hasil Penelitian Variabel Dukungan Sosial

Lampiran – 13 Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Uji

Coba Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 14 Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Uji

Coba Variabel *Self Compassions*

Lampiran – 15 Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Uji

Coba Variabel *Dukungan Sosial*

Lampiran – 16 Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala

Penelitian Resiliensi Diri

Lampiran – 17 Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala

Penelitian *Self Compassions*

Lampiran – 18 Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala

Penelitian Dukungan Sosial

Lampiran – 19 Hasil Analisis Uji Normalitas Variabel *Self Compassions*

terhadap Resiliensi Diri

Lampiran – 20 Hasil Analisis Uji Normalitas Variabel Dukungan Sosial

terhadap Resiliensi Diri

Lampiran – 21 Hasil Analisis Uji Linieritas Variabel *Self Compassions*

Terhadap Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 22 Hasil Analisis Uji Linieritas Variabel Dukungan Sosial

Terhadap Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 23 Hasil Analisis Uji Multikorelasi

Lampiran – 24 Hasil Analisis Uji Heterokidatisitas

Lampiran – 25 Hasil Analisis Uji Regresi Linier Sederhana Variabel

Self Compassions Terhadap Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 26 Hasil Analisis Uji Regresi Linier Sederhana Variabel

Dukungan Sosial Terhadap Variabel Resiliensi Diri

Lampiran – 27 Hasil Analisis Uji Regresi Linier Ganda

ABSTRAK

Ulfa, Rizqy Khoiro. 2018 . **Pengaruh Self Compassions dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Diri Pada Pelaku Perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.** Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Pembimbing : Dr. H.Rahmat Aziz, M.Si

Perceraian merupakan pilihan dalam kehidupan berumah tangga. Tidak ada pernikahan yang menginginkan terjadinya perceraian. Namun tidak semua pasangan berhasil mempertahankan biduk rumah tangganya, sehingga banyak pasangan yang memilih untuk mengakhirinya dengan jalan perceraian. Penyebab perceraian bisa beraneka ragam tergantung situasi yang dihadapi oleh setiap pasangan. Namun setiap perceraian tentulah mengakibatkan dampak yang akan di tanggung oleh pasangan tersebut dan orang sekitarnya.

Bukan hal mudah untuk mampu bertahan dalam keputusan yang berat seperti perceraian. Dibutuhkan resiliensi diri untuk mampu bertahan dan kembali bangkit menerima setiap keadaan dan meneruskan kehidupan, maka dari itu tingkat resiliensi menentukan seberapa jauh individu dapat bertahan dalam setiap keadaan.

Dalam membangun resiliensi dibutuhkan factor pendukung. Factor pendukung ini bisa berasal dari dalam diri individu dan juga luar diri individu. Factor internal seperti tingkat *self compassions* dan factor eksternal seperti dukungan sosial diyakini mampu membentuk tingkat resiliensi. Maka dari itu dalam penelitian ini kedua variabel dipilih untuk diuji dalam kaitannya pengaruh terhadap resiliensi diri orang yang sedang berperkara perceraian.

Penelitian ini dilakukan di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar dan melibatkan 75 responden. Responden yang dipilih adalah mereka yang sedang dalam proses persidangan perceraian. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *self compassions scale* (SCS), *multidimensional scale of perceived social support* (MSPSS) dan *connor – Davidson resilience scale* (CD-RISC).

Analisis dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linier sederhana dan uji regresi linier berganda yang dibantu oleh perangkat lunak SPSS versi 16.0. menunjukkan hasil bahwasanya tingkat pengaruh *self compassions* terhadap resiliensi diri menunjukkan hasil pengaruh yang signifikan sebesar $0.031 < 0.05$ dengan prosentase sebesar 62 %. Dan hasil analisis pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi diri menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai $0.035 < 0.05$ dengan prosentase sebesar 59 %. Serta hasil uji linier berganda menunjukkan angka signifikan sebesar $0.012 < 0.05$. maka dari analisa tersebut diketahui bahwa ada pengaruh *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.

Kata Kunci : Perceraian, resiliensi diri, *Self compassions*, dukungan sosial,

ABSTRACT

Ufa, Rizqy Khoiro. 2018 . **The Effect of Self Compassion and Social Support Toward Self Resilience on Divorcee in Religious Court of Blitar Regency.** Thesis. Faculty of Psychology Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Advisor : Dr. H.Rahmat Aziz, M.Si

A divorce is one of the choice in a family's life. There is no marriage wanting to end with a divorce. However, not all couple can successfully hold their voyage in marriage, so that many couples choose to end their relationship with a divorce. The causes of a divorce are vary depending on the situation encountered by each couple. Yet, each divorce, of course, has an impact burdened by the couple and their surrounding.

It is not an easy to bear the big decision such as a divorce. It needs self resilience to be able to bear and rise accepting each condition and continue to live. Therefore, level of resilience determines how far an individual can bear in every condition.

In building resilience, some factors are needed. These supporting factors can be both internal or external. For example, internal factor can be self compassion, and external factor can be social support; these two are believed to be able to build the level of resilience. Therefore, in this research, both of the variables are chosen to be tested in relation to its effect toward the self resilience of people who currently in a divorce case;

This research is done in religious Court of Blitar Regency and involves 75 respondents. The respondents are the individuals that in divorce proceedings. The scales used in this research are *self compassions scale* (SCS), *multidimensional scale of perceived social support* (MSPSS) and *Connor–Davidson resilience scale* (CD-RISC).

The analysis in this research uses linear regression and multiple linear regression tests supported by SPSS software version 16.0. The analysis shows that the self compassion influences significantly toward self resilience, as much as $0.031 < 0.05$ with the percentage of 62%, and the result of the effect of social support toward self resilience analysis shows a significant result with a value of $0.035 < 0.05$, and with the percentage of 59%. In addition, the result of multiple linear regression test shows a significant value as much as $0.012 < 0.05$. Thus, from the analysis, it can be concluded that self compassion and social support influence self resilience of divorcee in Religious Court of Blitar Regency.

Key word : Divorce, Self Resilience, Self Compassion, Social Support

ملخص البحث

ألفا، رزقي خيرة. 2018. تأثير الشفقة الذاتية والدعم الاجتماعي على المرونة الذاتية للطلاق في المحكمة الدينية ببليتار. البحث العلمي. كلية العلوم الإنسانية. جامعة مولانا مالك الإسلامية الحكومية بمالانج. المشرف : الدكتور رحمة عزيز

الطلاق من اختيارات في الحياة الزوجية. لا زوج ولا زوجة يرجو الطلاق في حياتهما. ولكن ليس كل الأزواج ينجحون في الحفاظ على حياتهم الزوجية، حينئذ، يختار البعض منهم إنهاءها عن طريق الطلاق. تختلف أسباب الطلاق وفقا للحالة التي يواجهها كل زوجين. لكن كل طلاق يؤثر تأثيرا سلبيا على الطالق والمطلقة وكذا من حولهما.

ليست من السهل عملية تحمل القرارات الثقيلة نحو الطلاق. يحتاج الشخص إلى المرونة ليكون صابرا على التمسك فينهض بقبول جميع الحالات والاستمرار بالحياة. لذا، تعين مستوى المرونة على مدى قدرة الشخص يتكسك بنفسه في جميع الحالات.

يحتاج الشخص في بناء المرونة إلى العوامل الداعمة، وتأتي العوامل من داخل الشخص ومن خارجه. يمكن أن تبني العوامل الذاتية نحو الشفقة الذاتية والعوامل الخارجية نحو الدعم الاجتماعي مبنى مستوى المرونة. ومن هذه العلة، اختيرت هاتان المتغيرتان للاختبار عما يتعلق بتأثير المرونة الذاتية على الأشخاص الذين هم في الطلاق.

أجري هذا البحث في المحكمة الدينية ببليتار وشارك فيه 75 مستجيبا. وهم من الذين كانوا في خلال عملية الطلاق. من المقاييس المستخدمة في هذا البحث هو مقياس الشفقة الذاتية (SCS)، مقياس متعدد الأبعاد للدعم الاجتماعي المدرك (MSPSS) ومقياس المرونة لكونور - دافيدسون (CD-RISC).

استخدمت عملية التحليل في هذا البحث اختبار الانحدار الخطي البسيط واختبار الانحدار الخطي المتعدد مدعوماً بتجهيز SPSS الإصدار 16.0. أظهرت النتائج أنه تؤثر مستوى الشفقة الذاتية على المرونة الذاتية تأثيراً هاماً بقدر $0.031 > 0.05$ بالنسبة المئوية 62%. وأظهرت نتيجة تحليل تأثير الدعم الاجتماعي أنه يؤثر على المرونة بنتيجة هامة بقدر $0.035 > 0.05$ بالنسبة المئوية 59%. وأظهرت نتائج اختبار الانحدار الخطي عدداً هاماً بقدر $0.012 > 0.05$. فيُعرّف من خلال التحليل المذكور أن في الشفقة الذاتية والدعم الاجتماعي تأثيراً على المرونة الذاتية للطلاق في المحكمة الدينية بليتار.

الكلمات الرئيسية : الطلاق، المرونة الذاتية، الشفقة الذاتية، الدعم الاجتماعي.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia di takdirkan untuk hidup berpasang – pasangan melalui jalan pernikahan. Setiap insan mendambakan kehidupan pernikahan yang bahagia baik secara lahir dan juga secara batin. Saat dua insan menyatu sebagian besar disatukan oleh adanya cinta. Perasaan cinta yang dianggap sebagai rasa yang sacral menjadikan manusia ingin hidup bersama dan saling melengkapi. Santrock (2012) menjelaskan bentuk cinta ada dua macam yaitu cinta romantic dan cinta afektif. Cinta romantic memiliki komponen seperti gairah yang kuat sedangkan cinta afektif lebih kepada cinta karena kedekatan. Stenberg (1988) menyatakan bahwa bentuk cinta bukan hanya cinta romantic dan cinta afektif semata namun cinta dipandang sebagai kesatuan antara keintiman, gairah dan komitmen. Cinta yang sempurna yang dapat melatar belakangi terciptanya pernikahan yang bahagia haruslah memiliki ketiga komponen secara utuh. Apabila salah satu dari keintiman, gairah dan komitmen telah memudar atau sirna maka berkurang pula cinta yang dirasakan. Saat cinta sudah berkurang atau bahkan tidak ada karena tidak terpenuhinya ketiga komponen tersebut maka dalam kehidupan pernikahan seringlah terjadi ketidak cocokan yang berakhir pada perceraian.

Tidak semua pasangan berhasil mempertahankan keutuhan antara hubungan keintiman, gairah dan komitmen. Disertai dengan banyak sebab yang melatarbelakangi tidak terciptanya kebahagiaan, salah satunya masalah

ekonomi, tidak adanya tanggung jawab, kekerasan dan banyak lagi. Ada banyak pasangan yang memilih jalan berpisah ketika merasa tidak mampu mempertahankan biduk rumah tangga. Menurut data Pengadilan Agama Kabupaten Malang tahun 2014 terjadi perceraian sebanyak 8687 kasus. Secara global perceraian di Jawa Timur menempati urutan pertama perceraian di Indonesia. Menurut data Badan Pusat Statistik, pada tahun 2014 terjadi 89 ribu kasus sedangkan pada tahun 2015 terjadi 87 ribu kasus. Pada tahun 2017 Jawa Timur menyumbang sebanyak 47% angka perceraian atau hampir separuh dari kasus perceraian yang ada di Indonesia, hal ini di beritakan dalam harian kompas yang mengutip pernyataan Menteri Sosial.

Perceraian merupakan pilihan terakhir dari ketidak mampuan mempertahankan keutuhan rumah tangga, atau bahkan menjadi jalan tengah dalam menyelesaikan permasalahan yang berlarut – larut dan apabila di biarkan akan ada pihak yang terluka atau tidak bahagia. Perceraian merupakan keputusan bersama untuk mengakhiri permasalahan dan perselisihan yang tidak dapat diselesaikan. Apabila akan bercerai umumnya terjadi pada usia awal pernikahan, perceraian umumnya terjadi pada usia lima sampai sepuluh tahun pernikahan (pusat nasional untuk statistic kesehatan, 2000). Saat dua orang menikah maka akan dituntut adanya dua kepribadian yang berbeda yang harus selalu bersama dalam satu lingkungan intim. Hal ini terkadang menimbulkan masalah apabila tidak dapat menyesuaikan diri serta saling menerima. Biasanya di lima tahun awal pernikahan kedua individu berusaha untuk dapat mengerti dan menyatukan kedua kepribadian, hal ini dilakukan terus menerus. Apabila dalam perjalanannya dianggap tidak ada kecocokan

dan tidak ada keselarasan maka individu akan memilih jalan berpisah atau bercerai.

Dalam perceraian berarti terjadi perubahan besar dalam hidup seseorang. Dari yang awalnya berdua menjadi kembali hidup sendiri. Hal ini mengharuskan individu untuk mampu beradaptasi dan memulai menerima yang terjadi. Berbagai stereotip yang berkembang di masyarakat pada umumnya, perceraian seringkali masih dianggap tabu oleh sebagian besar masyarakat. Perceraian bukan sesuatu yang mudah untuk di hadapi. Saat seseorang memutuskan bercerai dirinya harus siap untuk mulai menanggung kehidupannya sendiri, mengurus hidupnya sendiri bahkan membesarkan anaknya sendiri. Kadang kala dalam beberapa kasus perceraian tidak menyelesaikan masalah, karena masalah tetap berlarut meskipun kedua pasangan telah bercerai, seperti perebutan hak asuh anak, perebutan pembagian harta gono gini dan lain sebagainya. Pasangan juga menghadapi tantangan setelah bercerai. Tanpa melihat jenis kelamin banyak diantaranya yang mengaku merasa kesepian, ketidak tahuan akan hidup selanjutnya serta ketakutan untuk memulai akrab dengan orang baru. Rotterman (2007) melakukan penelitian yang menunjukkan hasil bahwa individu yang bercerai cenderung memiliki kemungkinan lebih besar mengalami depresi dibandingkan individu yang memutuskan mempertahankan keutuhan rumah tangganya.

Perceraian merupakan keputusan besar yang diambil seseorang dalam kehidupannya. Saat manusia dihadapkan pada satu peristiwa besar dalam dirinya maka dirinya membutuhkan pertahanan diri yang kuat untuk

menghadapainya. Dalam bahasa ilmiah biasa disebut sebagai resiliensi diri. Kemampuan resiliensi diri atau kemampuan untuk bertahan dan bergerak maju setelah terjadi masalah besar itu sangat berbeda-beda bagi setiap individu. Banyak hal yang melatar belakangi munculnya resiliensi dan juga banyak factor penyebab yang menjadi landasan seberapa kuat atau lemahnya resiliensi individu. Resiliensi menjadi sangat penting untuk mengatasi distress psikologis yang terjadi pasca perceraian. Penelitian yang di lakukan oleh Fatimah (2017) menunjukkan hasil bahwa adanya pengaruh negative antara resiliensi dan distress psikologis, hal ini dapat diartikan bahwa saat seseorang memiliki resiliensi yang tinggi maka kemungkinan munculnya distress psikologis akan menurun, sebaliknya saat resiliensi yang dimiliki oleh seseorang itu rendah, maka kemungkinan munculnya distress psikologis akan tinggi.

Individu yang bercerai atas alasan apapun dimungkinkan telah terjadi ketidak seimbangan antara keintiman, gairah dan komitmen yang dirasakan dengan pasangannya. Suatu guncangan besar dalam kehidupan yang harus dihadapi dengan kemampuan yang dapat menjadikan individu tetap stabil dan bergerak maju. Saat individu mampu bersikap biasa kepada sesuatu yang luar biasa disitulah individu tersebut memiliki resiliensi. Namun kemampuan resiliensi diri setiap individu sangat berbeda – beda tergantung pada kemampuannya dalam menghadapi masalah dan menghadapi lingkungannya.

Resiliensi merupakan salah satu variabel penting yang harus dimiliki oleh individu dalam menjalani kehidupan, karena ada banyak hal yang mengharuskan individu untuk melakukan gerakan lenting setelah terjatuh

dalam kehidupan. Penelitian mengenai resiliensi banyak dilakukan dalam berbagai bidang. Seperti untuk mengukur tingkat kualitas hidup seseorang dilakukan penelitian yang berjudul *Relationship between resilience and quality of life in Chinese undergraduate university students* (2013), hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa resiliensi menentukan kualitas hidup seseorang, dengan kata lain dengan semakin tingginya tingkat resiliensi yang dimiliki seseorang maka kualitas hidup yang terbentuk akan semakin meningkat serta semakin rendah resiliensi diri seseorang maka kualitas hidup yang dimilikinya akan semakin rendah pula. Hal ini dapat dilihat pula dalam konteks perceraian, saat terjadi masalah yang kian pelik dalam kehidupan serta adanya peristiwa besar dalam hidup seseorang maka dibutuhkan adanya resiliensi untuk dapat bertahan dan terus bergerak maju.

Resiliensi menjadi sangat mendesak untuk diteliti karena dalam berbagai hal manusia membutuhkan adanya resiliensi, seperti anak korban perceraian dia membutuhkan resiliensi untuk tetap mampu berprestasi dalam pendidikannya, penelitian yang dilakukan oleh Salsabila (2017) menjelaskan bahwa anak yang terdampak perceraian dari kedua orang tuanya adalah anak – anak yang rentan mengalami stress, namun mereka yang menunjukkan hasil resiliensi yang tinggi akan mampu mengalihkan konsentrasinya pada hal lain selain masalah kedua orang tuanya dan mampu mengubah dampak – dampak seperti stress kearah yang lebih positif seperti semakin rajin belajar, sedangkan mereka yang memiliki tingkat resiliensi rendah akan mengalami stress dan memburuknya prestasi belajar . maka bagaimana dengan mereka yang mengalami langsung perceraian, kedua individu yang karena suatu hal

harus bercerai. Maka menjadi konsen peneliti tentang bagaimana resiliensi mempengaruhi kehidupan mereka saat perceraian terjadi.

Menurut berbagai penelitian yang telah dilakukan baik dalam bidang medis, pendidikan, sosial dan lain sebagainya resiliensi memiliki banyak penyebab yang melatar belakangi sehingga adanya perbedaan dari setiap individu. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Alayya (2017) dijelaskan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dengan resiliensi. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh seseorang yang sedang terpuruk maka tingkat resiliensi yang dimiliki juga akan naik. Penelitian lain menjelaskan penyebab dari tingkat resiliensi salah satunya adalah regulasi emosi (Erlina, 2012) dalam penelitian ini menjelaskan individu yang memiliki regulasi emosi yang tinggi maka resiliensi nya juga akan tinggi, sedangkan seseorang yang memiliki regulasi emosi yang rendah maka tingkat resiliensi yang dimilikinya juga semakin rendah.

Resiliensi menjadi hal penting dalam penelitian ini dikarenakan perceraian dianggap sebagai salah satu peristiwa berat dalam kehidupan seseorang. Pentingnya resiliensi menentukan apakah individu yang bercerai mampu melewati hal tersebut dengan baik – baik saja dan terus melangkah maju ataukah semakin terpuruk dan terjatuh. Resiliensi dianggap sebagai salah satu kemampuan dalam diri individu untuk mampu bertahan dan memperjuangkan keberlangsungan kehidupannya tanpa gangguan stress dan depresi yang mungkin timbul akibat perceraian.

Saat individu memutuskan untuk bercerai pastilah dilatar belakangi adanya masalah yang tidak terselesaikan antara dirinya dengan pasangan. Banyak individu yang menyalahkan dirinya serta menganggap ada yang tidak benar dengan dirinya. Bahkan individu bisa merasa bahwa dirinya adalah orang yang paling tidak beruntung di dunia karena mengalami perceraian. Maka saat terjadi hal tersebut individu haruslah mampu menyayangi dan mengasihi dirinya sendiri. Disaat terberat dalam hidup maka pelukan pada diri sendiri dianggap mampu untuk memberikan rasa aman dan nyaman. kemampuan individu untuk menyayangi dan mengasihi diri sendiri dapat memberikan kekuatan yang mampu mengantarkan individu bergerak maju. Maka dalam penelitian ini kemampuan menyayangi dan mengasihi diri yang disebut sebagai *self compassions* dianggap sebagai salah satu factor yang dapat mengurangi dampak buruk dari perceraian. Maka dicarilah pengaruh antara *self compassions* dan resiliensi pada pelaku perceraian.

Selanjutnya selain kemampuan untuk menyayangi dan mengasihi diri sendiri yang dapat menciptakan kenyamanan dan kekuatan dalam menghadapi cobaan ada factor lain dari luar dirinya yaitu adanya dukungan sosial. Diyakini ataupun tidak saat terjadi suatu masalah atau tengah terpuruk seperti bercerai adanya dukungan sosial sangat mempengaruhi kestabilan emosi dan juga kemampuan untuk bertahan. Hildha (2016) dalam jurnalnya membahas mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan kepuasan perkawinan pada istri, yang mana menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima semakin tinggi pula tingkat kepuasan perkawinan. Sejalan dengan penelitian tersebut dapat ditarik benang merah bahwa dukungan sosial

memiliki andil dalam penentuan kualitas hidup seseorang, baik saat menjalani perkawinan atau sedang menghadapi permasalahan. Dukungan sosial berperan sebagai factor eksternal diluar diri individu. Dukungan dari berbagai pihak atas keputusan besar yang sedang diambilnya diharapkan mampu meningkatkan pertahanan diri individu dalam menghadapi perceraian. Saat lingkungan mennerimanya tanpa syarat maka perceraian bukan lagi suatu momok melainkan sebagai salah satu solusi atau jalan keluar dari permasalahan yang tidak dapat terselesaikan.

Maka dari itu dalam penelitian ini peneliti berusaha mencari pembuktian tentang pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian. Dari situlah penelitian ini mengangkat judul : **Pengaruh *Self Compassions* dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Diri Pada Pelaku Perceraian di Kabupaten Blitar.**

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *self compassions* pada pelaku perceraian?
2. Bagaimana tingkat Dukungan sosial pada pelaku perceraian?
3. Bagaimana pengaruh antara *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada pelaku perceraian?

C. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui tingkat *self compassions* pada pelaku perceraian.
2. Mengetahui tingkat dukungan sosial pada pelaku perceraian.
3. Mengetahui pengaruh antara *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada pelaku perceraian

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Resiliensi Diri

1. Pengertian Resiliensi Diri

Resiliensi Diri berasal dari bahasa latin “resile” yang berarti melambung tinggi. Dalam *The Resilience center* (2005) dijelaskan resiliensi dalam dunia psikologi diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk cepat pulih dari adanya perubahan, kemalangan, rasa sakit dan juga kesulitan. Sedangkan secara etimologis resiliensi merujuk pada istilah asing “*resilience*” yang berarti daya lenting, yaitu kemampuan seseorang untuk kembali ke bentuk semula setelah terjadi tekanan, perubahan dan juga kemalangan. Reivich K dan Shatte (2002) menjelaskan resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk dapat bertahan dalam keadaan sulit dan juga mampu bergerak maju serta menyesuaikan pada kondisi sulit yang tengah di alami.

Lebih jauh Newcomb (2006) menjelaskan resiliensi dapat diartikan sebagai mekanisme pertahanan seseorang yang melindungi dirinya sebagai mekanisme dalam mempertahankan saat terjadi masa – masa kritis yang terjadi sepanjang kehidupannya. Kemampuan daya lenting untuk mampu kembali ke kondisi normal setelah terjadi hantaman yang dahsyat dalam kehidupan adalah esensi dari yang disebut resiliensi.

Sedangkan Masten (2001) menjelaskan resiliensi sebagai bentuk pola adaptasi positif yang dikembangkan oleh seseorang dalam menghadapi kesulitan dalam hidupnya. Menurutnya ada tiga factor yang

melatarbelakangi terbentuknya resiliensi pada diri seseorang yaitu factor resiko, factor protektif dan juga hasil. Grotberg (1999) menjelaskan bahwa resiliensi bukanlah kekuatan *magic* yang hanya bisa dimiliki dan dikembangkan oleh orang tertentu saja, serta resiliensi bukanlah serta merta pemberian dari sang pencipta yang diberikan kepada orang – orang pilihan saja, namun resiliensi merupakan kemampuan manusia untuk menghadapi kesulitan yang terjadi, menjadi kuat dan bergerak maju setelah terjadi kesulitan dalam proses kehidupannya. Maka resiliensi dapat dimiliki oleh setiap manusia.

Dari beberapa pendapat ahli tentang pengertian resiliensi maka dapat di artikan bahwa resiliensi diri merupakan kemampuan setiap individu untuk mampu bertahan dan bergerak maju saat terjadi masa – masa kritis dalam proses kehidupan. Kemampuan resiliensi dapat dikembangkan oleh setiap manusia, tinggal bagaimana cara individu tersebut dalam mengembangkan pola adaptasi positif saat kesulitan, kemalangan dan rasa sakit itu muncul.

2. Aspek Resiliensi

Reivich K. & Shatte A. (2002: 36-46) memaparkan tujuh aspek dari resiliensi, aspek-aspek tersebut adalah regulasi emosi (emotional regulation), kontrol impuls (impulse control), optimisme (optimism), analisis kausal (causal analysis), empati (empathy), efikasi diri (self efficacy), dan pencapaian (reaching out). Aspek – aspek yang menentukan resiliensi dapat dipaparkan sebagai berikut :

1. Regulasi emosi (emotional regulation)

Yang dimaksud dengan regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk tetap mengatur emosinya menjadi stabil di bawah keadaan yang tidak menguntungkan atau bahkan dibawah tekanan.

2. Kontrol impuls (impulse control)

Kontrol impuls ialah kemampuan individu untuk mengendalikan kemampuan, kesukaan, dorongan bahkan tekanan yang muncul dalam dirinya sendiri.

3. Optimisme (optimism)

Reivich K. & Shatte A (2002) menyatakan bahwa optimis merupakan kemampuan melihat dan meyakini bahwa masa depan lebih baik dari pada yang dialami sekarang. Sehingga saat terjadi kesulitan dirinya dapat memiliki keteguhan hati bahwa semua kesulitan akan berakhir dan masa depan akan lebih baik dari apa yang dialaminya sekarang.

4. Kemampuan menganalisis masalah (causal analysis)

Kemampuan menganalisis masalah pada diri individu dapat dilihat dari bagaimana individu dapat mengidentifikasi secara akurat sebab-sebab dari permasalahan yang menimpanya.

5. Empati (empathy)

Empati adalah kemampuan seseorang untuk mampu merasakan apa yang dialami oleh orang lain, bukan hanya bersimpati namun juga mampu memahami dan mengerti apa yang dirasakan. Sehingga

mampu berpikir luas terhadap keadaan yang sedang terjadi pada orang lain, bukan hanya melihat dari sudut pandangnya sebagai pengamat.

6. Efikasi Diri (self efficacy)

Definisi Efikasi Diri Bandura (1986) ialah mengacu pada kepercayaan individu akan kemampuannya untuk sukses dalam melakukan sesuatu. Sedangkan Santrock (2007) menjelaskan efikasi diri merupakan kepercayaan seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang menguntungkan.

7. Pencapaian (reaching out)

Pencapaian menggambarkan kemampuan individu untuk meningkatkan aspek-aspek yang positif dalam kehidupannya yang mencakup pula keberanian seseorang untuk mengatasi segala ketakutan-ketakutan yang mengancam dalam kehidupannya

B. *Self compassions*

1. *Pengertian Self Compassions*

Neff dalam Hidayati (2015) menjelaskan *Self-compassions* adalah sebuah konsep yang diadaptasi dari ajaran budha tentang keharusan untuk mengasihi diri sendiri. Rasa kasih pada diri sendiri layaknya rasa yang muncul saat melihat orang lain dalam kesulitan atau kesusahan. Kristin Neff membawa konsep *self compassion* kepada ranah penelitian ilmiah. Konsep *compassion* yang merupakan salah satu dari unsur cinta melibatkan perasaan terbuka baik kepada orang lain maupun kepada diri sendiri. Perasaan cinta dan mengasihi yang sepenuhnya dan mendalam. Perasaan ini haruslah perasaan yang tulus bukan perasaan untuk

melindungi diri sendiri atau menghakimi baik orang lain atau keadaan. Konsep lain dari *compassions* adalah kemampuan individu untuk mampu meringankan penderitaan, kognisi yang terkait untuk memahami penyebab penderitaan dan perilaku yang muncul untuk bertindak berdasarkan belas kasihan. Maka *self compassion* dalam pandangan Neff diartikan sebagai kemampuan individu untuk mampu menerima dan bersikap baik kepada diri sendiri atas kegagalan – kegagalan pribadi atau hal sulit lain karena memahami bahwa tidak ada seorangpun yang sempurna.

Definisi lain dari Neff dkk (2007) menyatakan bahwa *self compassions* sebagai sikap memiliki perhatian serta kebaikan terhadap diri sendiri ketika dihapakan pada kesulitan atau kekurangan diri serta kegagalan, dan mengerti bahawa semua situasi sulit yang terjadi pada dirinya adalah bagian dari kehidupannya sebagai seorang manusia.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *self compassion* adalah keadaan dimana seorang individu dapat mengasihih dirinya secara tulus, sehingga saat terjadi kesulitan, kegagalan , rasa sakit dan sebagainya seorang individu dapat mengasihinya dan menerima apa yang terjadi. keadaan lain yaitu saat hal sulit terjadi seseorang yang memiliki *self compassions* baik maka individu tersebut dapat menerima setiap situasi tersebut sebagai bagian dari perjalanannya sebagai seorang manusia.

2. Aspek Self Compassions

Aspek *self Compassions* menurut teori dari Neff (2011) terdiri dari beberapa hal, yaitu:

1. *Self-kindness*

Self kindness sebagai salah satu aspek dalam *self compassions* dimaknai sebagai kemampuan individu untuk tetap lembut dan baik kepada diri sendiri tanpa menghakimi. *Self kindness* membuat individu menjadi lebih hangat kepada diri sendiri dan juga mampu bersikap baik kepada diri sendiri. Kemampuan mengasihi diri yang muncul dari dalam diri dan terhindar dari perasaan menyalahkan dan menyiksa diri sendiri.

Saat terjadi masalah atau guncangan dalam kehidupannya orang yang memiliki *self kindness* akan terhindar dari menyakiti, menyalahkan dan memberi kritikan negative kepada dirinya sendiri. Individu tersebut akan mampu memahami permasalahan dengan lembut terhindar dari perasaan menyalahkan diri sendiri. Sehingga perasaan positif yang dikembangkan dapat berakibat pada pemberian kenyamanan pada diri sendiri yang memudahkan untuk menemukan penyelesaian masalah.

2. *common humanity*

Common Humanity dimaknai sebagai kemampuan manusia dalam memandang setiap kegagalan, rasa sakit dan guncangan sebagai suatu keadaan yang dialami juga pada umumnya manusia bukan hanya dirinya saja. *Common humanity* membawa manusia pada keadaan dimana dia memandang kelemahannya sebagai keadaan yang juga dimiliki oleh manusia pada umumnya, sehingga terhindar dari perasaan subjektif yang dapat mengganggu kenyamanan.

3. *Mindfulness*

Mindfulness dimaknai sebagai kemampuan untuk melihat secara luas dan berpikir kedepan dan menghadapi ketika situasi sulit dan

terhindar dari perasaan menghakimi diri sendiri. Kemampuan menerima dengan segenap hati bahwa keadaan sulit memang sedang terjadi dan mampu berpikir dengan tenang sehingga individu tersebut dapat melihat masalah secara objektif bukan hanya subjektif.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Norris dan Kanniasty (1996) menjelaskan dukungan sosial sebagai hubungan yang di jalin oleh individu dengan individu lainnya berupa dukungan nyata yang mampu memberikan arti bahwa dirinya diterima, dihargai dan dicintai dalam suatu sistem sosial. Maka dukungan sosial memiliki dua aspek utama menurut pengertian diatas. Bahwa kedua aspek tersebut ialah dukungan yang diterima atau *received support* dan dukungan yang dirasakan atau *perceived support*.

Rook dalam Smet (1994) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah bentuk dari ikatan sosial. Setiap manusia hidup dengan ikatan sosial masing – masing dimana manusia ditakdirkan untuk memiliki hubungan interpersonal dengan orang lain. tidak ada manusia yang mampu hidup sendiri tanpa bantuan orang lain. saat hubungan itu menjadi dekat dan mengikat maka disitulah akan terbentuk yang namanya ikatan sosial yang akan menghasilkan dukungan sosial. Ikatan yang lekat dengan orang lain dianggap akan memberikan ikatan emosional dengan orang lain. keberadaan orang lekat akan memberikan pengaruh secara emosional kepada individu. Dukungan sosial dapat melindungi individu dari pengaruh stress. Saat individu memiliki hubungan lekat dengan

orang lain dan mampu menciptakan dukungan yang positif maka individu akan merasa lebih tenang, nyaman dan diterima. Saat individu merasa didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah bagi individu tersebut.

Keberadaan, dukungan, kasih sayang dan penerimaan dari orang – orang disekitar adalah bentuk lain dari dukungan sosial, hal ini dinyatakan oleh serason dalam kuntjoro (2002). Saat individu merasa di sayangi dan diterima keberadaannya oleh lingkungan maka saat itu pula kepercayaan dirinya akan meningkat, hal inilah yang menjadikan individu merasa lebih kompeten dan mampu untuk mengatasi segala hal yang terjadi pada kehidupannya. Dukungan sosial sering kali mencakup beberapa hal besar yang menjadikan dukungan tersebut efektif. Diantaranya ialah perspektif individu tentang seberapa banyak orang yang dapat dia andalkan dalam kehidupannya. Hal ini mencakup tentang kuantitas. Semakin banyak orang yang dianggapnya mampu diandalkan dalam kehidupan maka dirinya akan semakin nyaman dan percaya diri berada dimanapun. Selanjutnya tentang tingkat kepuasan individu terhadap dukungan yang ia terima. Hal ini mencakup tentang kualitas dukungan itu sendiri. Seberapa besar dukungan yang ia terima dapat berperan positif dalam diri individu menentukan pula seberapa efektif dan bergunanya dukungan yang ia terima.

Dukungan sosial bukan hanya berbicara tentang pemberian dukungan dan bantuan. Namun lebih dari itu, dukungan sosial membahas lebih luas yaitu bagaimana persepsi si penerima dukungan tentang

kegunaan dukungan yang ia terima. Persepsi si penerima ini lebih mengarah kepada seberapa mampu ia mampu merasakan dukungan yang diterimanya dan juga seberapa kuat ia mampu menggunakan dukungan yang telah diterima. Saat dukungan sebenarnya terlihat besar dari luar namun tidak ada unsur penerimaan dari diri individu maka dukungan tersebut tidak akan berarti bagi individu tersebut. Hal ini berhubungan erat dengan pemahaman makna terhadap kedalaman dukungan. Saat individu mampu melihat makna dari dukungan sosial tersebut maka itu akan berimbas pada pribadi individu. Pemahaman makna dari dukungan yang diterimanya akan membuat individu merasa puas terhadap hubungan sosial yang ia jalani.

Dukungan sosial berarti memberikan pengertian kepada orang lain bahwa dirinya diterima dan disayangi. Menurut Chaplin (2005) dukungan sosial dapat diartikan sebagai upaya memberikan dukungan dan perhatian kepada orang lain untuk membantunya menyelesaikan masalah. Saat seseorang memiliki orang lain untuk berbagi terutama saat dirinya terpuruk maka akan memudahkan dirinya dalam mengambil sikap dan penyelesaian dari masalah yang ia hadapi. Dukungan sosial lebih kepada umpan balik dari apa yang dirasakan oleh orang lain yang mampu memberinya pandangan dari sudut yang berbeda dalam bersikap dan memahami suatu kejadian. Dukungan sosial tidak selalu menjanjikan penyelesaian, namun terkadang dapat memudahkan seseorang dalam menemukan penyelesaian itu sendiri. Semakin banyak orang yang memberikan dukungan sosial terhadap individu maka akan memudahkan

individu tersebut dalam menemukan jalan penyelesaian masalah. Dukungan sosial dapat bersumber dari siapapun, yang terpenting adalah orang yang mampu memberi pengaruh positif terhadap individu tersebut. Secara garis besar dukungan sosial sangat efektif saat diberikan oleh orang terdekat dari individu tersebut, seperti keluarga, teman, sahabat. Semakin banyak perhatian dan penerimaan yang ia terima maka individu akan merasa semakin dicintai dan dihargai. Dukungan sosial dapat berupa penerimaan tanpa syarat, nasihat, anjuran, saran dan juga semangat.

2. Bentuk Dukungan Sosial

Bentuk dukungan sosial secara umum bermacam – macam. House dalam Cohen dan Syme (1985) membagi dukungan sosial kedalam empat macam, yang pertama yaitu dukungan emosional. Dukungan emosional bersifat perasaan dan dukungan yang diberikan oleh orang lain kepada diri dalam bentuk emosi, seperti perasaan cinta, empati, kepercayaan sehingga mampu memberikan motivasi yang positif. Bentuk kedua dari dukungan sosial ialah informasi. Informasi yang diberikan dari orang lain kepada diri untuk mendukung penyelesaian masalah ataupun untuk meningkatkan semangat, contohnya seperti nasehat dan pemberian semangat. Bentuk dukungan sosial yang ketiga ialah dukungan materi. Dukungan materi berupa segala hal yang mampu mendukung kebutuhan keseharian, seperti tempat tinggal, dana pendidikan, pangan serta transportasi dan lain sebagainya. Bentuk dukungan sosial yang terakhir menurut House adalah dukungan penilaian. Yaitu pemberian penilaian positif oleh orang lain

kepada individu yang berguna untuk meningkatkan kepercayaan diri, citra diri serta pandangan positif terhadap perkembangan kepribadian.

Bentuk dukungan sosial dapat diterima dari berbagai sumber yang ada di sekitar individu. Menurut Brenzit dalam Kartikasari (1995) sumber dukungan sosial antara lain orang tua, saudara kandung, kerabat, pasangan hidup, anak, sahabat, tetangga, rekan kerja. Dukungan sosial akan sangat berpengaruh apabila diperoleh dari orang – orang yang memiliki kedekatan dengan individu tersebut. Manfaat dukungan sosial diantaranya dapat menurunkan stress , menurunkan tingkat kecemasan dan juga sebagai tempat berbagai informasi serta sebagai pembanding keadaan (Buunk dalam Hewstone, 1996).

D. Perceraian

1. Pengertian Perceraian

Istilah “Perceraian” terdapat dalam Pasal 38 Undang- Undang Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan yang memuat tentang ketentuan fakultatif bahwa “perkawinan dapat putus karena : a. Kematian, b. Perceraian, c. Atas putusan pengadilan”. Jadi, istilah “perceraian” secara yuridis berarti putusnya perkawinan, yang mengakibatkan putusnya hubungan sebagai suami istri atau berhenti berlaki bini.

Istilah perceraian menurut UU No. 1 Tahun 1974 sebagai aturan hukum positif tentang perceraian menunjukkan adanya: 1. Tindak hukum yang dapat dilakukan oleh suami atau istri untuk memutus hubungan perkawinan diantara mereka; 2. Peristiwa hukum yang memutuskan hubungan suami dan istri, yaitu kematian suami atau istri yang

bersangkutan, yang merupakan ketentuan yang pasti dan langsung ditetapkan oleh Tuhan yang Maha Kuasa; 3. Putusan hukum yang dinyatakan oleh pengadilan yang berakibat hukum putusnya hubungan perkawinan antara suami istri (Syarifuddin, 2013).

2. Faktor Penyebab Perceraian

Menurut data yang dihimpun oleh Pengadilan Agama seluruh Indonesia ada berbagai alasan dan penyebab mengapa perceraian tersebut terlaksana, yaitu :

a. Poligami Tidak Sehat

Seperti yang diketahui bersama bahwa tidak adanya larangan tentang poligami di Indonesia ini, namun bagaimana bisa poligami menjadi masalah yang banyak menyebabkan perceraian. Dalam hal ini yang menyebabkan perceraian adalah adanya poligami yang tidak sehat. Bukan rahasia lagi bahwa pada dasarnya tidak ada manusia yang rela dipoligami, namun pada kenyataannya ada sebagian kecil manusia yang mampu menerimanya. Kecenderungan poligami yang menjadi penyebab terjadinya perceraian adalah kondisi dimana dirasakan terdapat ketidakadilan didalamnya. Ada perbedaan perlakuan dan juga perbedaan – perbedaan lain yang mungkin dirasakan oleh salah satu pasangan. Dan juga selain itu bentuk poligami yang menjadikan penyebab keretakan rumah tangga diantaranya poligami yang tidak didasarkan izin dari pihak pertama. Ada pernikahan bawah tangan yang terjadi sehingga membuat pasangan resmi merasa ditipu dan dikhianati.

b. Krisis Moral

Dewasa ini banyak terjadi kemerosotan moral dalam kehidupan. Krisis moral yang menjadi penyebab perceraian biasanya terjadi karena ada pihak yang tidak mengikuti norma atau membuat pasangan merasa tidak nyaman. kematangan moral menjadi penting dalam urusan pernikahan. Apabila hal ini sudah terjadi maka akan menjadi pemicu awal adanya keretakan dalam rumah tangga.

c. Cemburu

Banyak kasus perceraian disebabkan oleh kecemburuan. Entah terbukti atau tidak namun rasa cemburu yang berlebih dapat menjadi pemicu keretakan rumah tangga. Kecemburuan yang dirasakan bisa berawal dari kecurigaan atau bahkan fakta. Tidak selalu sudah terbukti namun rasa cemburu yang tidak dapat dikendalikan merupakan penyebab perceraian.

d. Kawin Paksa

Disadari atau tidak praktik kawin paksa masih terjadi di beberapa daerah di Indonesia. Banyak factor yang menyebabkan terlaksananya kawin paksa. Saat perkawinan tidak di mulai dengan kerelaan dan penerimaan maka akan memicu awal dari terjadinya pertengkaran dan ketidakcocokan, karena di butuhkan waktu lebih dan usaha yang lebih untuk saling mengenal dan menerima keadaan. Meskipun tidak semua berujung perceraian namun kawin paksa dapat memicu terjadinya perceraian.

e. Ekonomi

Kesulitan ekonomi menjadi pemicu awal dimulainya ketidak cocokan dari pasangan suami istri. Kesulitan ekonomi yang dirasakan

mengakibatkan sebagian pasangan memutuskan untuk bercerai. Terkadang ketimpangan ekonomi yang terjadi mampu menjadi alasan pasangan suami istri untuk mengakhiri kehidupan pernikahannya. Banyak di antaranya bercerai karena salah satu pihak merasa mampu hidup mandiri tanpa kehadiran pasangan.

f. Tidak ada tanggung jawab

Tidak ada pertanggung jawaban sering kali terjadi. beberapa hal yang menjadi pemicu perceraian adalah istri merasa sang suami tidak bertanggung jawab atas keberlangsungan kehidupan rumah tangganya. Mulai dari suami jarang dirumah, tidak berpenghasilan dan lain sebagainya.

g. Kawin dibawah umur

Pernikahan di bawah umur menjadi tradisi bagi sejumlah daerah di Indonesia. Selain menjadi tradisi ada banyak hal yang membuat seseorang memutuskan untuk menikah di bawah umur, tentunya baik dengan dispensasi pernikahan maupun pernikahan dibawah tangan. Pernikahan yang dilakukan pada usia yang belum matang secara psikologis bisa menjadi pemicu terjadinya keretakand alam biduk rumah tangga. Keadaan emosi yang belum stabil, kesulitan beradaptasi, kesulitan mencari pekerjaan dan lain sebagainya, belum lagi dirinya merasa kehilangan saat – saat bermain bersama temannya. Hal ini bisa menjadi alasan untuk terjadinya sebuah perceraian.

h. Menyakiti jasmani

Kekerasan dalam rumah tangga adalah tindakan yang tidak pernah dibenarkan dalam peraturan manapun. Terjadinya kekerasan pada rumah tangga baik dilakukan oleh suami dan mungkin saja dilakukan oleh istri adalah suatu hal yang menjadikan biduk rumah tangga retak. Ada kekerasan secara fisik dapat mengakibatkan trauma dan hilangnya rasa cinta. Banyak kasus perceraian yang dilaporkan di pengadilan di karenakan adanya tindakan menyakiti jasmani dari pasangannya.

i. Dihakim

Ketidakhadiran pasangan secara fisik selama selang waktu lama bisa menjadi pemicu awal terjadinya perceraian. Saat salah satu pihak berurusan dengan hukum dan terpaksa berada di penjara menjadi satu ujian berat dalam kehidupan pernikahan. Kesulitan dalam bertemu, adanya tekanan dari lingkungan dan lain sebagainya mengakibatkan perpecahan dalam kehidupan rumah tangga.

j. Cacat biologis

Keadaan pasangan yang tidak seperti sedia kala merupakan suatu cobaan yang membutuhkan penerimaan dari pasangannya. Apapun penyebab dari terjadinya kecacatan secara biologis dapat menjadi pemicu awal terjadinya perceraian. Saat pasangan tidak mampu menerima dan mengasihi pasangannya seperti sedia kala hal inilah yang menyebabkan terjadinya perceraian.

k. Politis

Diyakini atau tidak gejala perpolitikan di negara ini terkadang berpengaruh pada kehidupan pribadi para pelakunya. Adanya politisasi

yang dibawa masuk kepada kehidupan rumah tangga dapat memicu terjadinya keretakan dalam rumah tangga. Terkadang perbedaan pandangan politik serta perbedaan –perbedaan lain dalam menyikapi pergolakan politik menjadi salah satu alasan terjadinya gugatan perceraian.

l. Gangguan pihak ketiga

Dewasa ini dengan meningkatnya penggunaan media sosial dan gadget menjadikan manusia seperti tak terbatas antara satu dengan yang lainnya. hal ini berimbas pula pada kehidupan pernikahan. Mudahnya berkenalan dan berkomunikasi dengan dunia luar memicu terjadinya perselingkuhan. Banyak gangguan dari pihak ketiga yang merusak keharmonisan rumah tangga dan berujung pada perceraian. Ketidak mampuan melihat sisi baik dari pasangan dan silau akan gemerlap yang ditawarkan oleh orang lain menjadikan gangguan orang ketiga dapat masuk dalam biduk rumah tangga. Gangguan ini tidak selalu berasal dari pihak suami namun terkadang juga dari pihak isteri.

m. Tidak ada keharmonisan

Keharmonisan dan kerukunan menjadi hal penting dari penentu kebahagiaan kehidupan pernikahan. Saat keharmonisan sudah tidak tercipta maka tidak ada kenyamanan yang dirasakan oleh pasangan suami istri untuk terus hidup bersama. Terjadi pertengkaran yang berkepanjangan, menyalahkan pasangan dan tidak ada itikad untuk memperbaiki kehidupan pernikahan merupakan salah satu alasan untuk pasangan melakukan perceraian.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara yang diajukan oleh peneliti sampai terbukti berdasarkan data dalam penelitian. Maka dari itu hipotesis menurut peneliti adalah :

Ha : Terdapat Pengaruh antara *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar

Ho : Tidak terdapat pengaruh antara *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar

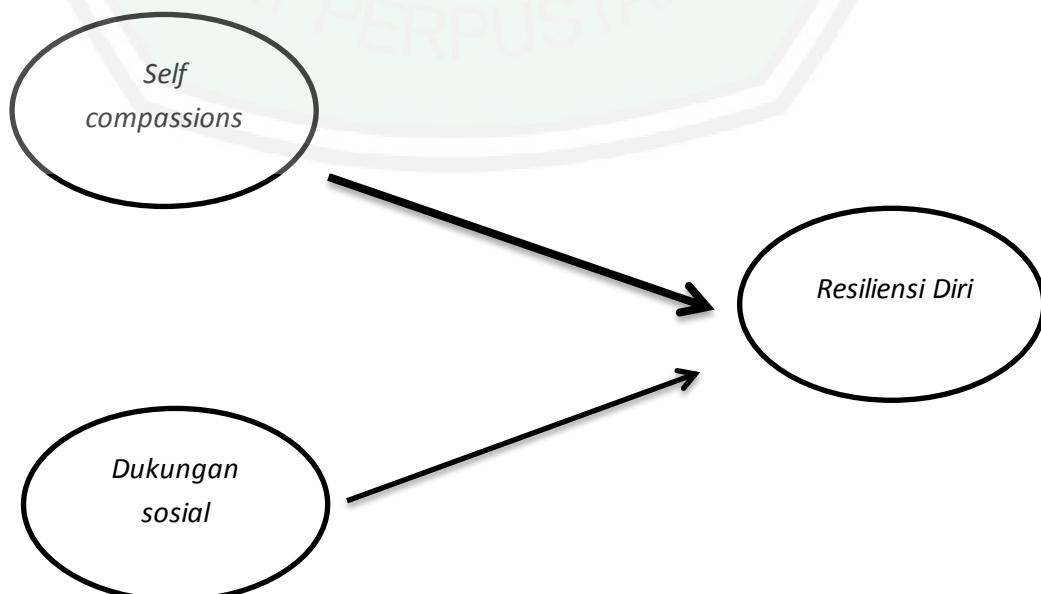
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode ini dipilih karena menyesuaikan masalah yang diangkat bersifat global dan meluas. Maka penelitian kuantitatif dianggap sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Yang dibahas dalam penelitian ini adalah resiliensi pada pelaku perceraian. Maka karena ciri dan sifat sampel sudah ditentukan dan dapat diteliti pada siapa saja yang melakukan perceraian. Sugiyono (2009) menjelaskan bahwasanya metode kuantitatif adalah metode yang berlandas pada positivism, dengan cara mengujikan instrument kepada sampel yang telah di tentukan, pengujian menggunakan instrument yang telah di tentukan pula. Dalam pengujiannya menggunakan uji kuantitatif atau uji statistic dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah di tentukan.

B. Identifikasi Variabel



Variabel bebas menurut Tulus (2012) adalah variabel yang juga disebut sebagai variabel pengaruh, variabel perlakuan, variabel kuasa. Variabel treatment, independent variabel atau biasanya disingkat variabel X. menyatakan bahwa variabel yang apabila bersama dengan variabel lainnya maka variabel lainnya tersebut dapat berubah atau diduga mempengaruhi perubahan.

Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang berubah karena terpengaruh oleh variabel lainnya. Variabel terikat sering pula di sebut sebagai variabel terpengaruh, variabel dependent, variabel efek dan juga variabel tergantung. Variabel terikat dilambangkan dengan Y. Dalam penelitian ini variabel terikat yang dipilih oleh peneliti adalah variabel resiliensi diri.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih variabel bebas dan variabel terikat sebagai berikut:

Variabel Bebas (X1) = *Self compassions*

Variabel Bebas (X2) = dukungan sosial

Variabel Terikat (Y) = Resiliensi Diri

C. Definisi Operasional

1. Resiliensi Diri

Kemampuan individu untuk mampu bertahan dan kembali ke bentuk semula (daya lenting) serta beradaptasi dengan segala kondisi

keadaan dalam menghadapi situasi sulit, rasa sakit dan kemalangan serta mampu tetap berpikir maju saat terjadi guncangan.

2 *Self Compassion*

Kemampuan individu untuk mengasihi serta menyayangi diri sendiri sehingga mampu memiliki pandangan obyektif terhadap diri

3. . Dukungan sosial

Hubungan yang dilakukan individu satu dengan yang lainnya dalam bentuk bantuan yang nyata guna meyakinkan bahwa individu tersebut diterima, disayangi dan dicintai.

D. Populasi Sampel Teknik Sampling

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua individu yang bercerai tanpa melihat penyebab mereka melakukan perceraian. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pasangan atau individu yang bercerai di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar dan juga Pengadilan Negeri Kabupaten Blitar.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik sampel purposive. Dalam Tulus (2012) menjelaskan bahwa teknik ini adalah sampel yang ciri dan sifat nya sudah diketahui sebelumnya, sehingga sifat khusus sampel menjadi penentuan pengambilan sampel. Maka dalam penelitian ini diketahui bahwa ciri dan sifat khusus yang diinginkan dalam penelitian ini adalah pelaku yang bercerai. Semua sampel yang digunakan sebagai responden adalah orang yang sedang berperkara perceraian. Terlepas dari

apakah cerai gugat maupun cerai talak. Dalam penelitian ini yang digunakan adalah responden yang sedang dalam proses perceraian baik sidang pertama maupun sidang terakhir.

Jumlah populasi yang ada di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar kurang dari 100 orang, maka menurut kaidah apabila jumlah populasi kurang dari 100 orang maka semua populasi digunakan sebagai sampel. Dalam proses uji coba responden yang digunakan sebanyak 65 responden, kesemuanya memenuhi persyaratan yang ditentukan oleh peneliti. Selanjutnya dalam proses penelitian responden yang digunakan sebanyak 75 orang yang sedang berperkara perceraian.

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian yang membahas tentang pengaruh *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian ini dilakukan di Kantor Pengadilan Agama Kabupaten Blitar. Skala di sebarakan kepada para pelaku perceraian yang berada di ruang tunggu Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.

Waktu yang di butuhkan untuk melakukan penelitian ini kurang lebih selama satu bulan dari mulai tanggal 13 Maret sampai 19 April 2018. Penelitian di lakukan setiap hari senin sampai kamis pada setiap minggunya. Penelitian dimulai pada pukul 09.00 sampai pukul 14.00 setiap harinya.

F. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data digunakan untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang sedang diteliti, hal ini selaras dengan pernyataan Azwar (2013). Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan cara pengisian skala oleh subjek yang berada di Pengadilan Agama maupun Pengadilan Negeri Kabupaten Blitar. Skala yang digunakan terdiri dari 3 skala yang mengukur tentang variabel resiliensi diri, variabel *self compassions* dan variabel dukungan sosial. Setiap responden diminta untuk mengisi ketiga skala tersebut.

G. Instrumen Penelitian

Azwar (2013) menyatakan skala adalah sekumpulan pernyataan yang disusun sedemikian rupa guna mengungkap variabel yang sedang diteliti. Skala bersandar pada penguraian indikator yang menyusun variabel tersebut. Skala yang digunakan adalah skala yang relevan dengan variabel yang dikaji. Skala yang digunakan adalah skala resiliensi, skala dukungan sosial dan skala *self compassions*.

Pada penginterpretasian data digunakan standart *Likert* yang berisi pernyataan yang mendukung variabel maupun menentang variabel. Setiap butir berisi pernyataan yang menginterpretasikan indikator penyusun dari setiap variabel. Pada setiap aitem yang tersedia akan direspon oleh responden dengan memilih diantara lima jawaban yang tersedia yang menggambarkan dirinya. Kelima jawaban yang disediakan adalah : Sangat setuju (SS), setuju (S), Netral (N), tidak setuju (ST) dan sangat tidak setuju (STS). Setiap

jawaban mengandung skor yang akan diinterpretasikan menjadi sebuah data responden. Untuk bulir favorable atau yang mendukung variabel digunakan skor :

Sangat Setuju	5
Setuju	4
Netral	3
Tidak setuju	2
Sangat tidak setuju	1

Sedangkan untuk aitem yang bersifat nonfavorable atau aitem yang tidak mendukung terbentuknya variabel maka digunakan nilai variabel sebesar :

Sangat Setuju	1
Setuju	2
Netral	3
Tidak setuju	4
Sangat tidak setuju	5

Skala pertama yang digunakan dalam penelitian ini Connor Davidson Resilience scale (CD-RISC). Skala ini digunakan untuk mengukur resiliensi diri responden. Skala yang disediakan mengandung 25 butir. Skala yang digunakan adalah adaptasi langsung tanpa pengurangan dan penambahan aitem. Blueprint skala resiliensi diri yang digunakan sebagai berikut :

Table 1. Blueprint skala resiliensi diri

Variabel	Indicator	Nomer aitem
Resiliensi Diri	Kompetensi pribadi	7,11,15,18, 22
	Standar yang tinggi	10,17,25
	Keuletan	5,14,24
	Kepercayaan dalam seseorang	8,12,20

Toleransi terhadap efek yang negative	4,9,19
Penerimaan positif terhadap perubahan	6,16,23.1
Hubungan yang baik dengan orang lain	13,21,2
Pengaruh spiritual	3

Selanjutnya skala kedua yang diujikan adalah skala yang mengukur tentang variabel *self compassions*. Skala ini mengadaptasi dari skala yang dikembangkan oleh Teori Dr. Kristin Neff (SCS). Skala yang digunakan mengandung 26 butir aitem yang merepresentasikan indikator yang menyusun variabel. Dengan blueprint sebagai berikut :

Tabel 2 Blueprint *self compassions scale*

Indicator	Nomor aitem	
	F	U
<i>Self-kindness items</i>	5,12, 19,23 ,26	-
<i>Self-judgment items</i>	-	1,8,1 1,16, 21
<i>Common humanity items</i>	3,7,1 0,15	-
<i>Isolation items</i>	-	4,13, 18,25
<i>Mindfulness items</i>	9,14, 17,22	-
<i>Over-identified items</i>	-	2,6,2 0,24

Sedangkan untuk mengukur dukungan sosial digunakan skala Multidimensional Scale of Perceived Social Support oleh Zimet, Dahlem, Zimet & Farley, 1998 . dalam skala ini dilihat dukungan sosial yang diberikan

oleh keluarga, teman, serta orang lain. terdapat 12 aitem yang menjadi jabaran dari setiap indicator. Blueprint skala dukungan sosial sebagai berikut :

Tabel 3 Blueprint skala dukungan sosial

Indicator	Nomor aitem
Dukungan keluarga	3,4,8,11
Dukungan teman	6,7,9,12
Dukungan orang dekat	1,2,5,10

H. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas adalah sesuatu yang digunakan sebagai patokan yang mengukur kevalidan dan keabsahan dari suatu instrument. Hal ini selaras dengan pernyataan Arikunto (2002) bahwasanya validitas digunakan untuk mengukur keabsahan dari instrument yang di ujikan. Dalam sebuah penelitian uji validitas menjadi salah satu syarat wajib guna melakukan analisa data. Sehingga data yang dihasilkan dapat dipercaya dan menunjukkan tingkat akurasi yang meyakinkan. Instrument yang baik adalah istrumen yang memiliki tingkat validitas yang tinggi, sebaliknya instrument penelitian yang dianggap kurang baik adalah instrument yang memiliki tingkat validitas yang rendah.

Arikunto (2002) menjelaskan bahwasanya tinggi rendahnya tingkat validitas menunjukkan menyimpang atau tidaknya instrument yang digunakan dalam mengungkap varabel yang diinginkan. Instrument haruslah memiliki tingkat validitas yang mampu mengungkap variabel yang diinginkan secara tepat. Semakin tinggi tingkat validitas semakin baik pula instrument tersebut

mampu mengungkap variabel secara tepat. Sehingga data yang dihasilkan dapat dipercaya keabsahannya.

Dalam menyatakan dan menentukan nilai validitas dalam penelitian ini digunakan patokan 0.3 per item dibandingkan dengan nilai *corrected item total correlation*. Apabila nilai analisis per aitem kurang dari 0.3 maka aitem dianggap tidak valid dan tidak dapat digunakan sebagai data penelitian. Namun apabila nilai uji validitas aitem menunjukkan angka di atas 0.3 maka data dianggap valid dan data yang dihasilkan mampu di gunakan dan diinterpretasikan sebagai data penelitian, hal ini selaras dengan pendapat nisfianoor (2009).

Dengan patokan diatas peneliti dapat mengetahui validitas dari instrument yang di gunakan. Sehingga dalam proses penelitian dilakukan proses uji coba guna menguji apakah instrument yang digunakan sesuai dengan responden yang di harapkan. Selanjutnya aitem yang memenuhi kaidah diatas digunakan sebagai penyusun instrument penelitian yang sesungguhnya. Apabila aitem dalam uji coba menunjukkan nilai di bawah standart maka aitem tersebut tidak dapat digunakan dalam proses penelitian selanjutnya. Analisis ini menggunakan perangkat lunak SPSS versi 16.0 guna membantu peneliti dalam melakukan uji validitas.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas di gunakan untuk menguji apakah instrument yang digunakan memiliki ketetapan dan keajegan saat digunakan kapanpun dan dimanapun. Dalam pengujian ini peneliti ingin mengetahui sejauh mana

reliabilitas dari instrument yang digunakan. Sehingga hasil yang dihasilkan akan menunjukkan data yang tidak jauh berbeda saat diujikan oleh peneliti lain. uji ini menjadi penting guna menunjukkan keobjektifan dari data penelitian. Menurut Arikunto (2002) uji reliabilitas digunakan guna menguji kepercayaan data yang dihasilkan oleh penelitian karena instrument yang digunakan sudah universal atau baik.

Menurut Azwar (2002) dalam menguji reliabilitas digunakan patokan angka 0 sampai 1.00. dengan interpretasi yang diyakini ialah apabila nilai *alpha* dari perhitungan reliabilitas mendekati angka 1 maka aitem dalam instrument memiliki deskriminasi baik, sehingga data yang dihasilkan semakin reliable. namun apabila nilai perhitungan menunjukkan nilai *alpha* yang mendekati angka 0 maka aitem dalam instrument memiliki nilai deskriminasi yang semakin rendah sehingga memiliki tingkat reliabilitas yang semakin rendah. Dalam perhitungan ini digunakan patokan angka 0.7 dalam penentuan nilai *alpha* yang mampu dianggap bahwa instrument yang diujikan reliable. dalam pengujian reliabilitas peneliti menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS versi 16.0.

I. Analisis Data

Analisis data yang digunakan adalah menggunakan analisis regresi linier berganda dibantu dengan software SPSS. Teknik analisis ini dipilih untuk mengetahui arah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen, untuk mengetahui apakah antara variabel independen dan variabel dependen berhubungan positif atau berhubungan negative.

Azwar (2013) menjelaskan kegiatan analisa data merupakan suatu cara yang dirandang sedemikian rupa sehingga data yang dihasilkan dalam proses penelitian mampu di baca dan juga mampu ditafsirkan. Dalam proses analisa data pengujian berbagai aspek merupakan suatu usaha yang dilakukan peneliti guna membaca dan menafsirkan data penelitian.

a. Kategorisasi

Dalam proses analisa data digunakan uji kategorisasi. Uji ini sendiri untuk mengetahui tingkat masing – masing variabel dalam mengelompokkan responden. Pengelompokan di lakukan berdasarkan data yang dihasilkan. Pengelompokan atau kategorisasi memudahkan peneliti guna mengetahui seberapa berpengaruh variabel dalam kehidupan responden. Dalam proses menguji kategorisasi yang pertama harus dicari adalah *mean* dan *standart deviasi* dari data penelitian. Rumus *mean* sebagai berikut :

Mean hipotetik

$$M_{hip} = \frac{1}{2} (I_{max} + I_{min}) \Sigma$$

Standart Deviasi Hipotetik

$$SD_{hip} = \frac{1}{6} (X_{max} - X_{min})$$

Setelah data *mean* dan *standart deviasi* dari variabel yang diujikan telah diketahui maka peneliti mampu menentukan kategorisasi dari setiap variabel yang diujikan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Rumus dari ketiga kategori sebagai berikut :

Tabel 4 Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Kriteria
Tinggi	$X \geq M + 1 SD$
Sedang	$M - 1SD \leq x \leq M + 1SD$
Rendah	$X \leq M - 1SD$

Dalam proses penelitian ini, peneliti dibantu perangkat lunak *Microsoft excel* guna memudahkan perhitungan dan penginputan data pada perangkat lunak SPSS versi 16.0.

b. Uji Asumsi

Saat data analisa yang dibutuhkan oleh peneliti telah diperoleh, maka yang selanjutnya dilakukan ialah uji asumsi peneliti. Uji ini mengarah pada uji regresi linier berganda. Namun sebelum menyelesaikan data dengan uji linier berganda dilakukan beberapa uji sebelumnya, diantaranya :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang dihasilkan oleh peneliti berdistribusi secara normal atau tidak. Dalam penelitian ini diujikan normalitas dengan menggunakan perhitungan *one – sample Kolmogorov test* yang diujikan kepada 75 responden. Menurut Sarjono dan Juliana (2011) uji normalitas adalah membandingkan data yang dimiliki oleh peneliti dengan data berdistribusi normal yang memiliki *mean* dan *standart deviasi* yang sama. Sebuah penelitian yang baik haruslah aitem yang terkandung dalam instrument berdistribusi secara normal. Sehingga data yang dihasilkan dapat diinterpretasikan dengan baik.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk menguji apakah data yang dihasilkan dalam penelitian ini mengikuti garis linier atau tidak. Menurut Sarjono dan Julianita (2011) sebuah penelitian yang baik haruslah mengikuti garis linier. Sehingga perubahan kuantitas pada salah satu variabel akan mempengaruhi pergerakan pada variabel yang lainnya.

3. Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas dilakukan guna mengetahui bahwa varians variabel akan menunjukkan hasil yang tidak sama pada penelitian lainnya. Penelitian yang dianggap baik ialah penelitian yang menghasilkan data homokedastisitas, atau kata lain data yang dihasilkan akan mirip atau menunjukkan data yang tidak jauh berbeda saat dilakukan oleh pengamatan baik oleh peneliti maupun oleh pengamat lainnya. Uji ini menjadi penting guna menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh dari penelitian menunjukkan data yang reliabel.

4. Uji Multikorelasi

Pengujian ini digunakan untuk mengetahui apakah antar variabel bebas memiliki hubungan atau tidak. Variabel bebas haruslah berpengaruh pada variabel terikat, bukan variabel bebas. Maka penelitian yang baik diharapkan antar variabel bebas tidak terjadi hubungan atau pengaruh. Uji ini dilakukan saat jumlah variabel bebas lebih dari satu, seperti yang dilakukan pada penelitian ini.

5. Uji Hipotesis

Dalam pengujian hipotesis dilakukan uji linier sederhana dan selanjutnya dilakukan uji linier berganda. Dalam uji linier sederhana diketahui apakah antar satu variabel bebas memiliki pengaruh terhadap variabel terikat. Begitu pula dengan variabel yang lainnya. dalam uji linier sederhana diujikan variable bebas secara satu persatu tentang pengaruhnya terhadap variabel terikat.

Selanjutnya uji linier berganda digunakan guna mengetahui adakah pengaruh antara variabel bebas (X_1 dan X_2) terhadap variabel terikat (Y) saat digunakan secara bersama – sama. Dalam pengujian ini pula akan diketahui apakah H_0 diterima atau ditolak, ataukah H_a yang diterima atau ditolak.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

Pengadilan Agama Kabupaten Blitar bertempat di Jalan Imam Bonjol No. 42 Kota Blitar. Pengadilan Agama Kabupaten Blitar berdiri dengan berjalannya pemerintahan Indonesia. Awalnya berdiri sesuai dengan peraturan dari pemerintah Hindia Belanda pada tahun 1882. Berlanjut hingga sekarang dengan berbagai pembaharuan dan penyesuaian dengan dinamika yang terjadi pada pemerintahan Indonesia.

Pengadilan Agama Kabupaten Blitar memiliki visi yaitu *Terwujudnya Peradilan Agama Blitar Yang Agung. Untuk mewujudkan visi tersebut Pengadilan Agama Kabupaten Blitar menerapkan misi – misi sebagai berikut :*

- a. Meningkatkan profesionalisme aparatur Pengadilan Agama Blitar.
- b. Mewujudkan manajemen Pengadilan Agama Blitar yang modern.
- c. Meningkatkan kepemimpinan Pengadilan Agama Blitar yang bersih dan berwibawa.
- d. Meningkatkan kredibilitas dan transparansi pelayanan pada Pengadilan Agama Blitar.

Sebagai penjabaran dari visi ditentukanlah misi, karena dengan misi tersebut seluruh anggota organisasi harus terlibat keberadaan dan perannya sebagai salah satu penyelenggara pemerintahan di bidang yudikatif. Adapun misi Pengadilan Agama Blitar sangat terkait dengan

kewenangan sesuai dengan tugas pokok dan fungsi yang di milikinya.

Yakni :

- a. Menjaga kemandirian aparaturnya pengadilan agama.
- b. Meningkatkan kualitas pelayanan hukum yang berkeadilan, kredibel dan transparan.
- c. Mewujudkan kesatuan hukum sehingga diperoleh kepastian hukum bagi masyarakat.
- d. Meningkatkan pengawasan dan pembinaan

Struktur organisasi yang berlaku di Pengadilan Agama Kabupaten

Blitar menurut Perma No.7 Tahun 2015 ialah sebagai berikut :

Ketua : Drs. H. Suyudi, M.Hum

Wakil Ketua : Drs. H. Marwan, M.H

Hakim : Drs. H. Abd. LATif, M.H

Drs. H. M. Nurkhan, S.H

Drs. H. Maksum, M.Hum

Drs. H. Sudono, M.H

Dra. Hj. Siti Mu'arofah Sa'adah. S.H

Drs. H. Nur Khasan, S.H, M.H

Drs. Suyadi, M.H

Drs. H. Achmad Suyuti, M.H

Drs. H. Munasik, M.H

Dra. Hj. Siti Roikanah, S.H,M.H

Dra. Hj. Nur Ita Aini, S.H, M,HES

Drs. Romelan,M.H

Drs. H. Moh Fadli, S.H, M.A

Drs. M. Yahya

Panitera : Drs. H. A. Nurul Mujahidin, M.H

Panitera Muda Permohonan : H. Ropingi,S.H,M.H

Panitera Muda Gugatan : Moh Daroini,S.H,M.H

Panitera Muda Hukum : Hj. Nur Chomariyati,S.H,M.H

Sekretaris : Achmad Fadilillah,M,S.H,M.H

Berdasarkan Undang – Undang Nomor 3 Tahun 2006 tentang Peradilan

Agama

a. Perkawinan

Hal-hal yang diatur dalam atau berdasarkan Undang-undang mengenai perkawinan yang berlaku yang dilakukan menurut syari'ah, antara lain :

1. Izin beristri lebih dari seorang;
2. Izin melangsungkan perkawinan bagi orang yang belum berusia 21 (dua puluh satu) tahun, dalam hal orang tua wali, atau keluarga dalam garis lurus ada perbedaan pendapat;

3. Dispensasi kawin;
4. Pencegahan perkawinan;
5. Penolakan perkawinan oleh Pegawai Pencatat Nikah;
6. Pembatalan perkawinan;
7. Gugatan kelalaian atas kewajiban suami dan istri;
8. Perceraian karena talak;
9. Gugatan perceraian;
10. Penyelesaian harta bersama;
11. Penguasaan anak-anak;
12. Ibu dapat memikul biaya pemeliharaan dan pendidikan anak bilamana bapak yang seharusnya bertanggung jawab tidak mematuhi;
13. Penentuan kewajiban memberi biaya penghidupan oleh suami kepada bekas istri atau penentuan suatu kewajiban bagi bekas istri;
14. Putusan tentang sah tidaknya seorang anak;
15. Putusan tentang pencabutan kekuasaan orang tua;
16. Pencabutan kekuasaan wali;
17. Penunjukan orang lain sebagai wali oleh pengadilan dalam hal kekuasaan seorang wali dicabut;
18. Penunjukan seorang wali dalam hal seorang anak yang belum Cukup umur 18 (delapan belas) tahun yang ditinggal kedua orang tuanya;
19. Pembebanan kewajiban ganti kerugian atas harta benda anak yang ada di bawah keusaannya;
20. Penetapan asal-usul seorang anak dan penetapan pengangkatan anak berdasarkan hukum Islam;

21. Putusan tentang hal penolakan pemberian keterangan untuk melakukan perkawinan campuran;
22. Pernyataan tentang sahnya perkawinan yang terjadi sebelum Undang-Undang nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan dan dijalankan menurut peraturan yang lain

b. .waris

Penentuan siapa yang menjadi ahli waris, penentuan mengenai harta peninggalan, penentuan bagian masing-masing ahli waris, dan melaksanakan pembagian harta peninggalan tersebut, serta penetapan pengadilan atas permohonan seseorang tentang penentuan siapa yang menjadi ahli waris, penentuan bagian masing-masing ahli waris

c. Wasiat

Perbuatan seseorang memberikan suatu benda atau manfaat kepada orang lain atau lembaga/badan hukum, yang berlaku setelah yang memberi tersebut meninggal dunia

d. Hibah

Pemberian suatu benda secara sukarela dan tanpa imbalan dari seseorang kepada orang lain yang masih hidup untuk dimiliki.

e. Wakaf

Perbuatan seseorang atau sekelompok orang (wakif) untuk memisahkan dan/atau menyerahkan sebagian harta benda miliknya untuk dimanfaatkan selamanya atau untuk jangka waktu tertentu sesuai dengan kepentingannya guna keperluan ibadah dan/atau kesejahteraan umum menurut syari'ah.

f. Zakat

Harta yang wajib disisihkan oleh seorang muslim atau badan hukum yang dimiliki oleh orang muslim sesuai dengan ketentuan syari'ah untuk diberikan kepada yang berhak menerimanya.

g. Infak

Perbuatan seseorang memberikan sesuatu kepada orang lain guna menutupi kebutuhan, baik berupa makanan, minuman, mendermakan, memberikan rezeki (karunia), atau menafkahkan sesuatu kepada orang lain berdasarkan rasa ikhlas dan karena Allah Subhanahu Wata'ala.

h. Shodaqoh

Perbuatan seseorang memberikan sesuatu kepada orang lain atau lembaga/badan hukum secara spontan dan sukarela tanpa dibatasi oleh waktu dan jumlah tertentu dengan mengharap ridho Allah swt. dan pahala semata

i. Ekonomi Syariah

Perbuatan atau kegiatan usaha yang dilaksanakan menurut prinsip syari'ah, antara lain meliputi:

Bank syari'ah;

Lembaga keuangan mikro syari'ah;

Asuransi syari'ah;

Reasuransi syari'ah;

Reksa dana syari'ah;

Obligasi syari'ah dan surat berharga berjangka menengah syari'ah;

Sekuritas syari'ah;
Pembiayaan syari'ah;
Pegadaian syari'ah;
Dana pensiun lembaga keuangan syari'ah;
Bisnis syari'ah;

B. Analisis Hasil Penelitian

1. Uji Validitas

Sejauhmana akurasi data yang di hasilkan oleh suatu alat ukur ditentukan oleh uji validitas dan reliabilitas dari alat ukur itu sendiri. Uji validitas di perlukan guna mengetahui keefektifan penggunaan alat ukur dalam melihat dan memetakan atas variabel yang diteliti. Alat ukur yang valid memiliki nilai validitas yang tinggi dan sebaliknya alat ukur yang menunjukkan hasil yang tidak valid akan memiliki nilai validitas yang rendah. Dalam penelitian ini digunakan rumus *korelasi product moment pearson* yang dibantu dengan program computer SPSS versi 16.00.

Kriteria pemilihan aitem menggunakan batasan $r_{ix} \geq 0.300$. dalam penelitian ini aitem yang digunakan adalah aitem yang memiliki koefisien korelasi ≥ 0.300 . aitem yang memiliki koefisien korelasi ≥ 0.300 dianggap memiliki daya beda yang memuaskan. Sehingga data yang dihasilkan dapat dijadikan data penelitian. Sedangkan aitem yang memiliki koefisien korelasi ≤ 0.300 diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya deskriminasi rendah. Menurut Azwar (2013) sangat tidak disarankan untuk menggunakan aitem yang memiliki

koefisien korelasi ≤ 0.200 karena data yang dihasilkan tidak dapat dipercaya kevalidannya.

a. Skala Resiliensi Diri

Dalam uji validitas skala resiliensi diri terdapat 26 aitem. Skala yang digunakan adalah adaptasi dari skala CD RISC. Dalam uji coba skala pada 65 responden pelaku perceraian di Pengadilan Agama Blitar di ketahui bahwa ada 2 aitem yang gugur karena memiliki koefisien korelasi kurang dari 0.300. aitem yang gugur adalah salah satu aitem pada indikator penerimaan positif pada perubahan serta indikator menjalin hubungan yang aman dengan orang lain. dari 25 aitem yang tersedia gugur 2 aitem maka yang dapat digunakan saat penelitian adalah 22 aitem. Pada proses penelitian 22 aitem diujikan kepada 75 responden pelaku perceraian di Pengadilan Agama Blitar. Tabulasi skala resiliensi sebagai berikut :

Tabel 5 Hasil Uji Validitas Skala Resiliensi

Indicator	Aitem valid	Aitem gugur	Jml
Kompetensi pribadi	7,11,15,18,22	-	4
Standar yang tinggi	10,17,25	-	3
Keuletan	5,14,24	-	3
Kepercayaan dalam naluri seseorang	8,12,20	-	3
Toleransi terhadap efek yang negative	4,9,19	-	3
Penerimaan positif terhadap perubahan	6,16,23	1	4
Hubungan yang baik dengan orang lain	13,21	2	3
Pengaruh spiritual	3	-	1
Jumlah	22	3	25

Pada table diatas dapat diketahui bahwa aitem yang gugur sebanyak dua aitem yang merupakan salah satu aitem pada indicator penerimaan positif terhadap perubahan dan juga aitem pada indicator hubungan yang baik dengan orang lain. maka dari itu dari 25 aitem tersisa 22 aitem.

b. Skala *Self Compassions*

Skala yang digunakan untuk menguji variabel *self compassions* adalah skala yang diadaptasi langsung dari skala yang disusun oleh Kristen Neff yaitu SCS. Dalam penelitian ini aitem yang digunakan sebanyak 26 aitem. Pada uji coba keseluruhan aitem di ujikan pada 65 aitem yang keseluruhan memiliki koefisien korelasi ≥ 0.300 . dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa seluruh aitem memiliki tingkat validitas yang memuaskan. Sehingga aitem yang sama digunakan pada saat penelitian yang melibatkan 75 responden pelaku perceraian di Pengadilan Agama Blitar. Berikut hasil uji validitas pada skala *self compassions* :

Tabel 6 Uji Validitas Skala *Self Compassions*

Indicator	Aitem valid		Aitem gugur		Jml
	F	U	F	U	
<i>Self-kindness items</i>	5,12, 19,23 ,26	-	-	-	5
<i>Self-judgment items</i>	-	1,8,1 1,16, 21	-	-	5
<i>Common humanity items</i>	3,7,1 0,15	-	-	-	4
<i>Isolation items</i>	-	4,13, 18,25	-	-	4
<i>Mindfulness items</i>	9,14,	-	-	-	4

	17,22			
<i>Over-identified items</i>	-	2,6,2 0,24	-	- 4
Jumlah	13	13	-	- 26

c. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan adaptasi dari skala yang dikeluarkan oleh Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley (1988) yang berjudul *Multidimensional Scale Of Perceived Social Support (MSPSS)*. Dalam skala ini mengandung 12 aitem yang secara keseluruhan mencakup tiga indikator utama, yaitu dukungan sosial keluarga, dukungan sosial teman dan juga dukungan sosial orang terdekat. Skala ini di uji coba kan pada 65 responden yang sedang dalam proses perceraian. Hasil yang di keluarkan adalah tidak ada aitem yang gugur, maka keseluruhan aitem di gunakan lagi dalam proses penelitian yang di ujikan pada 75 responden yang sedang berperkara perceraian.

Tabel 7 Uji Validitas Skala Dukungan Sosial

Indicator	Aitem valid	Aitem gugur	Jml
Dukungan keluarga	3,4,8,11	-	4
Dukungan teman	6,7,9,12	-	4
Dukungan orang dekat	1,2,5,10	-	4
Jumlah	12	0	12

2. Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas memiliki makna yang menunjukkan kepada taraf kepercayaan dan juga taraf konsistensi hasil yang pengukuran. Azwar (2012) menjelaskan bahwa minimal skor koefisien reliabilitas

yang dapat digunakan oleh suatu skala adalah apabila mencapai ≥ 0.600 . apabila skor yang dihasilkan kurang dari ≥ 0.600 maka skala yang digunakan dianggap tidak memiliki reliabilitas. Dalam penggunaannya semakin mendekati angka 1 maka skala tersebut memiliki reliabilitas yang baik.

Dalam penelitian ini digunakan tiga skala yang diujikan kepada responden yang sedang berperkara perceraian di Pengadilan Agama Blitar sebanyak 75 responden. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala *Self Compassions* yang di ujikan menunjukkan hasil perhitungan *alpha cronbach's* sebesar 0.843. hasil tersebut menurut pernyataan Azwar dapat diinterpretasikan bahwa memiliki tingkat reliable yang bagus karena mendekati angka 1.

Selanjutnya skala pengukuran yang kedua mengukur tentang variabel dukungan sosial menunjukkan hasil perhitungan *alpha cronbach's* sebesar 0.944. sedangkan skala yang ketiga mengukur tentang variabel resiliensi diri menunjukkan perhitungan *alpha cronbach's* 0.929. maka dapat di simpulkan bahwa ketiga skala pengukuran menunjukkan hasil yang reliable. sehingga pengukuran yang di hasilkan dapat dikatakan reliable dan akan menunjukkan hasil yang kurang lebih sama apabila di ujikan ulang.

3. Analisis Kategorisasi.

Peneliti menggunakan teknik kategorisasi jenjang (ordinal) yang berfungsi mengelompokkan individu kedalam kelompok berjenjang. Hal ini didasarkan pada teori yang dijelaskan oleh Azwar (2012)

bahwa kategorisasi bertujuan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok – kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur. Kriteria kategorisasi yang digunakan oleh peneliti adalah tinggi, rendah dan sedang. Berikut hasil kategorisasi pada ketiga variabel:

a. Analisis Kategorisasi Variabel Resiliensi Diri

Analisis kategorisasi pada penelitian ini didasarkan pada perhitungan *mean* dan *standart Deviasi* pada tiap tiap hasil uji skala. Perhitungan pada hasil pengukuran skala resiliensi diri adalah sebagai berikut :

Mean hipotetik

$$\begin{aligned} M_{hip} &= \frac{1}{2} (I_{max} + I_{min}) \Sigma \\ &= 91.46667 \end{aligned}$$

Standart Deviasi Hipotetik

$$\begin{aligned} SD_{hip} &= \frac{1}{6} (X_{max} - X_{min}) \\ &= 9.986928 \end{aligned}$$

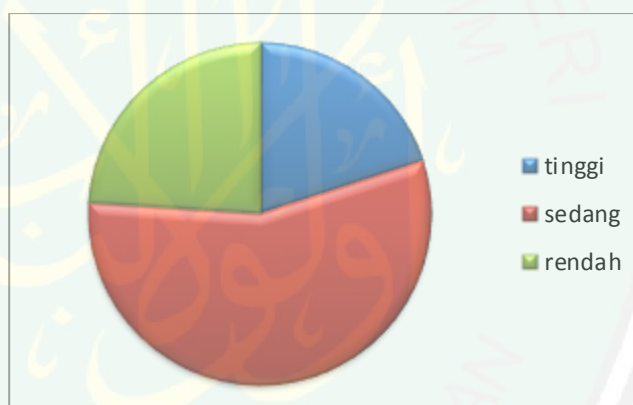
Setelah diketahui nilai *mean* dan *standart deviasi hipotetik* maka dapat diketahui kategorisasi dari individu pada pengukuran resiliensi diri. Seperti yang disebutkan di atas pada penelitian ini digunakan tiga kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Hasil kategorisasi di paparkan pada table di bawah ini :

Tabel 8 kategorisasi resiliensi diri

Kriteria	Norma	Kategorisasi	F	%
$X \geq M + 1 SD$	$X \geq 101$	Tinggi	15	20%
$M - 1SD \leq x \leq M + 1SD$	$81 \leq X \leq 101$	Sedang	42	56%
$X \leq M - 1SD$	$X \leq 81$	Rendah	18	24%
	Total		75	100%

Berdasarkan perhitungan kategorisasi responden pada perhitungan variabel resiliensi diri maka dapat di paparkan dengan grafik seperti di bawah ini :

Gambar 1 Grafik Kategorisasi Resiliensi Diri



Menurut grafik dan table diatas maka dapat diketahui bahwa tingkat resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Blitar sebagian besar berada pada tingkat sedang. Responden yang menunjukkan tingkat tinggi dan rendah menunjukkan hasil yang hampir sama.

b. Analisis Kategorisasi Variabel *Self Compassions*

Kategorisasi responden pada variabel *self Compassions* juga digunakan tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah.

Dalam menentukan kategorisasi dilakukan perhitungan *mean* dan *standart Deviasi Hipotetik*. Perhitungan keduanya seperti berikut :

Mean

$$\begin{aligned} M_{\text{hip}} &= \frac{1}{2} (I_{\text{max}} + I_{\text{min}}) \Sigma \\ &= 94.94667 \end{aligned}$$

Standart Deviasi Hipotetik

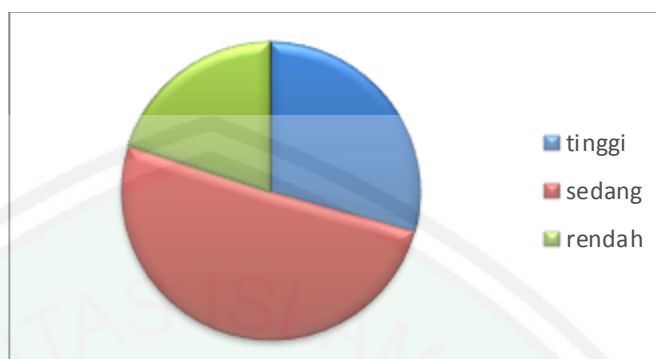
$$\begin{aligned} SD_{\text{hip}} &= \frac{1}{6} (X_{\text{max}} - X_{\text{min}}) \\ &= 5.997507 \end{aligned}$$

Setelah diketahui nilai *mean* dan *Standart Deviasi Hipotetik* maka dapat dihitung nilai yang menunjukkan kategorisasi responden. Penjabaran kategorisasi responden pada variabel *self compassions* sebagai berikut :

Tabel 9 Kategorisasi *Self Compassions*

Kriteria	Norma	Kategorisasi	F	%
$X \geq M + 1 \text{ SD}$	$X \geq 100$	Tinggi	22	29%
$M - 1\text{SD} \leq x \leq M + 1\text{SD}$	$89 \leq X \leq 100$	Sedang	38	50%
$X \leq M - 1\text{SD}$	$X \leq 89$	Rendah	15	20%
	Total		75	100%

Berdasarkan table di atas kategorisasi responden dapat dijabarkan dengan menggunakan grafik sebagai berikut :

Gambar 2 Grafik Kategorisasi Responden Variabel *Self**Compassions*

Menurut paparan tabel dan grafik diatas dapat di simpulkan bahwa sebagian besar responden menempati kategori sedang, sehingga sebagian besar responden memiliki tingkat *self compassions* sedang. 29 % responden memiliki tingkat *self compassions* pada kategorisasi tinggi dan sisanya pada tingkat rendah.

c. Analisis Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial

Responden pada pengukuran tingkat dukungan sosial dikategorisasikan kedalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Dalam menentukan kategorisasi dibutuhkan perhitungan *mean* dan *standart Deviasi*. Perhitungan keduanya sebagai berikut :

Mean

$$M_{hip} = \frac{1}{2} (I_{max} + I_{min}) \Sigma$$

$$= 49.37333$$

Standart Deviasi Hipotetik

$$SD_{hip} = \frac{1}{6} (X_{max} - X_{min})$$

$$= 8.855863$$

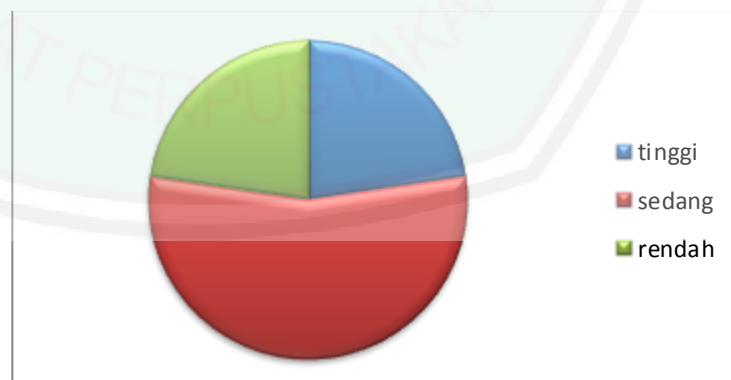
Setelah diketahui nilai *mean* dan *standart Deviasi* diatas maka dapat diketahui kategorisasi responden pada pengukuran variabel dukungan sosial. Perhitungan kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 10 Kategorisasi Dukungan Sosial

Kriteria	Norma	Kategorisasi	F	%
$X \geq M + 1 SD$	$X \geq 58$	Tinggi	17	23%
$M - 1SD \leq x \leq M + 1SD$	$40 \leq X \leq 58$	Sedang	41	54%
$X \leq M - 1SD$	$X \leq 40$	Rendah	17	23%
Total			75	100%

Berdasar paparan kategorisasi diatas maka hasil prosentase dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut :

Gambar 3 Grafik Kategorisasi Dukungan Sosial



Berdasarkan perhitungan diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kategorisasi dukungan sosial pada tingkat sedang. Sedangkan responden yang memiliki

tingkat dukungan sosial tinggi dan rendah memiliki jumlah yang sama besar.

4. Analisis Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas di butuhkan untuk mengetahui data yang dihasilkan berdistribusi dengan normal atau tidak. Hal ini merujuk pada pendapat yang dijelaskan oleh Nisfianoor (2009) bahwa hal ini diperlukan untuk memastikan bahwa data yang dihasilkan dari hasil penelitian mendekati angka normal atau tidak.

Metode yang digunakan untuk melakukan uji normalitas ialah teknik *One-Sample Kolmogorov Smirnov Test* yang dibantu dengan SPSS versi 16.00. dalam pengujian nilai normalitas memiliki kaidah bahwasanya data yang dihasilkn harus lebih tinggi dari ≥ 0.05 . apabila data yang dihasilkan lebih dari 0.05 maka data yang dihasilkan dapat diinterpretasikan berada pada tingkat normal. Namun apabila data yang dihasilkan memiliki tingkat signifikan kurang dari 0.05 maka dapat diinterpretasikan bahwa data tersebut tidak normal atau keluar dari batas normal.

Dalam penelitian ini variabel Y atau sebagai variabel terikat adalah Resiliensi diri. Maka setiap variabel X di ujikan normalitasnya dengan Variabel Y, dan didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 11 Uji *One-Sample Kolmogorov Smirnov Test*

Variabel Y	Variabel X	K-S-Z	Sign.
Resiliensi	Self Compassions	1.519	0.200
	Dukungan Sosial	0.925	0.359

Berdasarkan table diatas dapat dipaparkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 pada seluruh pengujian hasil penelitian. Maka dapat dikatakan bahwa data yang dihasilkan bersifat normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas di butuhkan untuk mengetahui adakah pengaruh yang linier antara variabel bebas dan variabel terikat. Dasar penentuan linieritas menggunakan nilai signifikansi dari *deviation from linierity* yang mana dalam penentuannya menggunakan nilai lebih dari 0.05. apabila nilai signifikansi melebihi 0.05 maka dapat dikatakan bahwa variabel tersebut linier. Sedangkan apabila nilai signifikansi kurang dari 0.05 maka dapat diinterpretasikan bahwa tidak ada hubungan linieritas antara variabel bebas dari variabel terikat.

Dalam penelitian ini pengujian linieritas dibantu dengan perangkat lunak yaitu SPSS versi 16.0. data yang dihasilkan oleh perhitungan linieritas dipaparkan dalam table di bawah ini :

Tabel 12 Uji Linieritas

Variabel Y	Variabel X	F	Sig.Dfl
Resiliensi Diri	Self Compassions	0.841	0.570
	Dukungan Sosial	0.551	0.737

Berdasarkan data diatas dapat diinterpretasikan bahwa antara variabel bebas dan variabel Terikat terdapat hubungan yang liner. Hal ini mengandung arti bahwa apabila ada penambahan kuantitas baik pada variabel bebas maupun pada variabel terikat akan terdapat hubungan atau saling mempengaruhi. Dalam penelitian ini antara resiliensi diri dan *self compassions* memiliki nilai signikasi *devisiasi from linierity* sebesar 0.570. nilai yang ditunjukkan lebih besar dari 0.05 maka antara resiliensi yang bertindak sebagai variabel terikat memiliki hubungan linier dengan *self compassions* yang bertindak sebagai variabel bebas begitu pula sebaliknya. Selanjutnya untuk hasil signikasi *devisiasi from linierity* sebesar 0.737. nilai yang ditunjukkan juga lebi besar dari 0.05, maka antara resiliensi diri dan dukungan sosial memiliki hubungan yang linier.

c. Uji Multikorelasi

Uji multikorelasi dibutuhkan untuk melihat apakah adanya hubungan antar variabel bebas. Dalam sebuah penelitian haruslah tidak ada korelasi antar variabel bebas. Untuk melihat hal tersebut digunakan patokan nilai VIF (*Variance – Inflating Factor*). Apabila nilai VIF kurang dari 10.00 maka tidak ada multikorelasi antara variabel bebas, namun apabila nilai VIF lebih dari 10.00 maka terjadi multikorelasi pada variabel bebas. Perhitungan pada penelitian ini menggunakan perangkat lunak SPSS versi 16.00 yang menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 13 Uji Multikolinearitas

Variabel Bebas	Tolerance	VIF
<i>Self Compassions</i>	0.997	1.003
Dukungan Sosial	0.997	1.003

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai VIF yang ditunjukkan adalah 1.003. nilai ini berada di bawah 10.00, maka dapat diinterpretasikan tidak ada hubungan linieritas atau multikorelasi pada variabel bebas yang digunakan.

d. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan guna menunjukkan bahwa dalam penelitian ini hasil yang dihasilkan oleh responden memiliki varian dari satu pengamatan ke pengamatan yang lain. uji heteroskedastisitas digunakan guna menunjukkan bahwa varians yang dihasilkan oleh penelitian ini tidak akan sama antara satu responden ke responden yang lainnya. hasil yang digunakan sebagai patokan adalah apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 maka tidak terjadi heteroskedastisitas. Sedangkan apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0.05 maka telah terjadi heteroskedastisitas.

Hasil uji heteroskedastisitas dalam penelitian ini yang dibantu oleh perangkat lunak SPSS menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari variabel *Self Compassions* sebesar 0.538. merujuk pada kaidah yang digunakan maka nilai signifikansi lebih besar dari 0.05, maka dapat diinterpretasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas.

Sedangkan hasil uji heteroskedastisitas yang dilakukan pada variabel dukungan sosial menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.116. berdasar

kaidah diatas pula bahwa nilai tersebut lebih besar daripada 0.05, maka dapat diinterpretasikan bahwa tidak terjadi heterokidasitas. Dengan hasil yang ditunjukkan menunjukkan bahwa dalam penelitian ini varian yang akan tetap menghasilkan hasil yang tidak jauh berbeda baik dalam pengamatan yang dilakukan oleh peneliti atau peneliti yang lainnya atau dalam bahasa lain bersifat homoskedastisitas.

5. Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi antara satu variabel dengan variabel lainnya. variabel terikat di ujikan memiliki pengaruh dengan variabel bebas. Pengujian hipotesis menggunakan analogi sebagai berikut

H_a = Terdapat pengaruh *Self Compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.

H_0 = Tidak terdapat pengaruh *Self Compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.

Dasar dari pengambilan probabilitas berdasar pada kaidah berikut :

- a. Jika nilai signifikansi < 0.05 maka H_a di terima dan H_0 di tolak
- b. Jika nilai signifikansi > 0.05 maka H_a di tolak di H_0 di terima

Dalam penelitian ini uji hipotesis yang digunakan adalah uji regresi linier berganda. Uji ini digunakan untuk menguji apakah ada pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Dalam penenlitian ini diuji apakah ada pengaruh antara *self compassions* terhadap resiliensi

diri dan juga apakah ada pengaruh antara dukungan sosial terhadap resiliensi diri. Uji regresi linier sederhana dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 16.00. berikut adalah ringkasan uji regresi linier berganda :

a. Uji regresi linier pada pengaruh antara *self compassions* terhadap resiliensi diri

Tabel 14 rangkuman hasil uji regresi pengaruh *self compassions* terhadap resiliensi diri

R	R square	Sign.
0.249	0.62	0.031

Berdasarkan rangkuman data diatas dapat dilihat bahwa nilai R merupakan simbol yang menunjukkan nilai korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Apabila nilai yang dihasilkan semakin mendekati angka 1 maka pengaruh yang dihasilkan semakin kuat. Pada penelitian ini nilai korelasi menunjukkan nilai 0.249 yang mana belum mendekati nilai 1 maka dapat diinterpretasikan bahwa antara *self compassions* dan resiliensi memiliki pengaruh yang lemah.

Diketahui pula nilai R square dalam analisis hipotesis dalam penelitian ini. Nilai R square menunjukkan seberapa besar pengaruh *self compassions* terhadap resiliensi diri. Dari data tersebut menunjukkan hasil R square sebesar 0.62 yang dapat menunjukkan arti bahwa *self compassions* mempengaruhi

pembentukan resiliensi diri pada pelaku perceraian sebesar 62 %.

Hasil signifikansi yang ditunjukkan dari perhitungan regresi linier sederhana menunjukkan nilai 0.031. nilai tersebut berarti lebih kecil daripada 0.05. maka menurut analogi diatas dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh antara *self compassions* terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.

b. Uji Regresi linier pada variabel dukungan sosial terhadap resiliensi diri

Tabel 15 Rangkuman Uji Regresi Linier Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Diri

R	R square	Sign.
0.244	0.59	0.035

Data dalam table di atas merupakan rangkuman dari uji regresi linier sederhana yang di lakukan antara variabel dukungan sosial dan variabel resiliensi diri. Uji regresi di lakukan guna mengetahui adakah pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat.

Dalam table diatas dapat dilihat nilai R yang ditunjukkan sebesar 0.244. hal ini dapat diartikan bahwa angka 0.244 belum mendekati angka 1. Maka dapat diinterpretasikan tingkat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar. Menurut

hasil di atas tingkat pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi diri berada pada tingkat yang kurang signifikan.

Selanjutnya dalam uji regresi dapat dilihat pula nilai R square sebesar 0.59. angka tersebut dapat diinterpretasikan bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap pembentukan resiliensi diri pada diri responden sebesar 59%. Sisanya dalam pembentukan resiliensi di pengaruhi oleh factor – factor lainnya.

Nilai signifikansi yang di hasilkan dari uji regresi pada variabel dukungan sosial terhdap variabel resiliensi adalah sebesar 0.035. menurut analogi di atas bahwasanya nilai maksimal untuk dapat dikatakan bahwa variabel tersebut berpengaruh adalah 0.05. maka dari itu nilai 0.035 lebih kecil dari pada 0.05, sehingga terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial terhadap variabel resiliensi diri.

c. Uji Linier Regresi Ganda

Tabel 16 hasil uji linier regresi ganda

Variabel Y	Variabel X	Sign.	Sign.F
Resiliensi	<i>Self Compassions</i>	0.036	0.012
	Dukungan Sosial	0.041	

Berdasarkan data diatas diketahui bahwa variabel *self compassions* memiliki nilai signifikansi sebesar 0.036 ($p < 0.05$). hal ini memiliki arti bahwa *self compassions* berpengaruh signifikan terhadap variabel resiliensi. Begitu pula dengan variabel dukungan sosial yang menunjukkan hasil uji

signifikansi sebesar 0.041 ($p < 0.05$), maka variabel dukungan sosial juga berpengaruh signifikan terhadap variabel resiliensi diri.

Data hasil uji regresi linier berganda juga menunjukkan hasil signifikansi F, yang mana mengandung maksud adalah nilai signifikansi apabila kedua variabel digunakan bersama dalam mempengaruhi variabel terikat. Dalam perhitungan menunjukkan nilai signifikansi F sebesar 0.012 ($p < 0.05$). Hasil ini dapat diartikan bahwa kedua variabel berpengaruh signifikan terhadap pembentukan resiliensi diri pada saat digunakan secara bersama – sama. Maka dari itu dari analisa diatas dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini diketahui bahwa H_a diterima dan H_0 di tolak. Dalam bahasa lain dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara *Self Compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Kabupaten Blitar.

C. Pembahasan

1. Tingkat *Self Compassions* pada pelaku perceraian

Neff (2007) menjelaskan bahwasanya *self compassions* sebagai sikap memiliki perhatian serta kebaikan terhadap diri sendiri ketika dihadapkan pada kesulitan atau kekurangan diri serta kegagalan dan mengerti bahwa semua situasi sulit yang terjadi pada dirinya adalah bagian dari kehidupannya sebagai seorang manusia. Hal tersebut merupakan definisi umum dari *self compassions*. Pada pelaku perceraian pengambilan

keputusan untuk bercerai bukanlah situasi yang mudah dan dapat dilakukan oleh siapa saja. Setiap manusia yang memulai untuk hidup bersama dalam biduk pernikahan tentunya tidak menginginkan adanya perceraian.

Saat manusia memutuskan untuk bercerai dibutuhkan kemampuan untuk bertahan dan menerima setiap keadaan. tidak jarang yang menganggap bahwa perceraian adalah bentuk sebuah kegagalan. Maka dalam menerima kegagalan dan kekurangan yang terjadi dalam kehidupannya manusia membutuhkan sikap untuk mampu tetap menyayangi dan mengasihi diri sendiri serta mampu berpikir obyektif. Dalam menentukan sikap yang dilakukan untuk dirinya sendiri inilah tingkat *self compassions* sangat menentukan.

Belum banyak penelitian yang membahas tentang *self compassions* pada pelaku perceraian sebelumnya. Penelitian ini berusaha mengupas bagaimana seseorang tetap mampu menyayangi dirinya dalam keadaan terpuruk sekalipun. Ada berbagai aspek dalam *self compassions* yang dijelaskan oleh Neff (2011). Beberapa aspek tersebut membutuhkan pemahaman dan pengenalan terhadap diri sendiri. Dalam aspek tersebut dijelaskan bahwasanya pemahaman dan penerimaan terhadap diri sendirilah yang menentukan manusia untuk mampu bertahan dalam kehidupan yang berat.

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mereka yang mampu bertahan dan menerima keadaan memiliki *self compassions* yang berperan

aktif dalam dirinya. Hasil penelitian menunjukkan ada 62 % pengaruh *self compassions* terhadap pembentukan resiliensi diri pada pelaku perceraian. Ada pengaruh positif antara *self compassions* dan resiliensi diri. Sehingga mereka yang memiliki *self compassions* tinggi juga memiliki resiliensi diri yang tinggi. Sehingga saat manusia berada dalam keterpurukan dan mereka memiliki kemampuan untuk menyayangi diri sendiri akan meningkatkan pula kemampuan untuk bertahan dan meneruskan kehidupan.

2. Tingkat Dukungan Sosial Pada Pelaku Perceraian

Dukungan sosial merupakan penerimaan dan sikap menyayangi yang diberikan oleh orang lain kepada individu. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari Rook dalam Smet (1994) bahwasanya dukungan sosial merupakan bentuk dari ikatan sosial. Saat manusia menjalin relasi sosial dengan individu lain maka akan terbentuk dukungan sosial. Dukungan sosial akan efektif saat sang penerima dapat memahami makna dan kedalaman dari dukungan itu sendiri. Saat dukungan telah diberikan namun si penerima tidak mampu memahami maksud dan menggunakannya maka dukungan tersebut akan sia – sia.

Dukungan sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri sehingga memudahkan individu dalam menentukan penyelesaian dari masalah yang sedang dihadapinya. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari Serason dalam Kuntjoro (2002) bahwasanya bentuk – bentuk dari dukungan sosial bisa

berupa keberadaan, dukungan dan kasih sayang dari orang lain yang mampu membuat individu lebih percaya diri.

Pengambilan keputusan untuk bercerai tentunya didasarkan pada pertimbangan panjang oleh individu. Saat keputusan sudah dipilih tidak jarang individu yang merasa terpuruk dan merasa telah mengalami kegagalan dalam hidupnya. Sehingga disinilah bentuk dukungan sosial sangat diperlukan. Dukungan sosial dapat diberikan oleh keluarga, teman, orang terdekat dan juga lingkungan yang bersinggungan langsung dengan individu. Semakin erat hubungan antara individu dengan orang lain maka dukungan yang dirasakan akan semakin besar.

Dukungan sosial tidak hanya berupa semangat namun juga bisa berupa nasihat, pemberian alternative, penerimaan tanpa syarat dan pemberian dukungan. Manusia saat mengalami suatu masalah akan merasa terpuruk. Keterpurukan akan berlarut – larut atau tidak ditentukan oleh seberapa besar individu mampu bertahan. dalam penelitian ini dicari adakah pengaruh antara dukungan sosial terhadap tingkat resiliensi pada pelaku perceraian.

Pada penelitian ini diketahui bahwasanya ada pengaruh positif antara dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian. Pada responden diketahui sekitar 59% dukungan sosial mampu membantu individu untuk memiliki resiliensi diri yang baik. Sehingga semakin tinggi dukungan sosial yang diterima semakin tinggi pula resiliensi yang tercipta pada pelaku perceraian.

3. Pengaruh *self Compassions* dan dukungan sosial terhadap pelaku perceraian

Dalam penentuan dan pembentukan resiliensi diri pada pelaku perceraian dibutuhkan dua factor utama, yaitu factor internal dan juga factor eksternal. Factor internal merupakan sikap – sikap dan perlakuan yang berasal dari dalam diri individu untuk pembentukan resiliensi. Sedangkan factor eksternal merupakan pengaruh diluar individu yang turut membentuk terbentuknya resiliensi.

Dalam penelitian ini digunakan variabel *self compassions* sebagai factor internal dan dukungan sosial sebagai factor eksternal yang diujikan pengaruhnya dalam pembentukan resiliensi diri. Keberadaan kedua factor ini dianggap penting dalam menentukan apakah pelaku perceraian mampu bertahand alam situasi yang berat atau tidak.

Penelitian Fatimah (2017) menunjukkan hasil bahwasanya seseorang yang memiliki resiliensi yang tinggi akan memiliki tingkat stress yang rendah. Penurunan tingkat stress sejalan dengan pernyataan dari serason dalam kuntjoro (2002) bahwasanya dukungan sosial mampu membuat si penerima merasa disayangi dan diterima. Saat individu merasa disayangi, diterima maka individu tidak akan merasa bahwa dirinya sendirian. Tingkat stress akan berkurang saat individu tidak merasa sendiri lagi.

Dalam penelitian ini di lakukan analisa regresi linier dengan bantuan SPSS versi 16.0. hasil analisa pada uji regresi linier sederhana

menunjukkan adanya pengaruh positif antara *self compassions* terhadap resiliensi diri dan juga ada pengaruh positif antara dukungan sosial terhadap resiliensi diri. Hal ini mengandung arti bahwasanya saat *self compassions* atau dukungan sosial meningkat maka resiliensi diri pada diri individu akan meningkat pula.

Uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwasanya pengaruh internal dan juga eksternal berpengaruh dalam pembentukan resiliensi diri pada pelaku perceraian. Pengaruh *self compassions* terhadap pembentukan resiliensi diri diketahui memiliki tingkat taraf signifikan sebesar $0.031 < 0.05$. Hasil ini mengandung makna bahwasanya ada pengaruh antar *self compassions* terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian. *Self compassions* berperan sekitar 62 % dalam diri individu dalam pembentuk resiliensi diri. Semakin tinggi seseorang menyayangi dan menerima dirinya semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimiliki oleh pelaku perceraian.

Penelitian ini membahas pula tentang pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi diri. Digunakan uji regresi linier sederhana untuk mengetahui hal tersebut. Hasil analisa yang dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan hasil taraf signifikansi sebesar $0.035 < 0.05$. Hasil tersebut mengandung arti bahwasanya ada pengaruh positif antara dukungan sosial terhadap resiliensi diri. Maka saat dukungan sosial meningkat dalam diri individu akan meningkatkan pula resiliensi diri. Saat orang yang berperkaranya cerai mendapat dukungan sosial yang baik dari lingkungannya

maka tingkat resiliensi diri pada diri individu tersebut akan meningkat pula.

Analisis regresi linier berganda yang dilakukan dalam penelitian ini berfungsi untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara variabel bebas yang di ujikan terhadap variabel terikat ketika kedua variabel bebas digunakan secara bersama – sama. Hasil analisis regresi linier berganda dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikasi F sebesar $0.012 < 0.05$. hasil tersebut dapat ditafsirkan bahwasanya ada pengaruh positif antara *self compassions* dan dukungan sosial saat digunakan bersama – sama akan membentuk resiliensi diri pada pelaku perceraian.

Kehadiran factor internal dan juga factor eksternal dalam diri pelaku perceraian memiliki pengaruh yang hampir sama terhadap pembentukan resiliensi diri. Saat kedua variabel terkombinasi dengan baik maka resiliensi diri akan tercipta. Individu yang memiliki resiliensi diri yang baik akan mampu bertahan dan melanjutkan kehidupannya dengan baik.

BAB V

PENUTUP

1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan beberapa hasil sebagai berikut :

- a. Tingkat dukungan sosial pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar berdasarkan analisis diketahui bahwasanya dukungan sosial atau pengaruh eksternal memiliki peranan yang penting dalam kemampuan resiliensi para pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar. Hasil analisis menunjukkan nilai sebesar 59 % dukungan sosial mempengaruhi ketahanan dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang pada pelaku perceraian.
- b. Tingkat *self compassions* atau dalam hal ini factor internal dalam diri pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar menunjukkan prosentase sebesar 62 % dalam pembentukan resiliensi diri. Factor internal memiliki peranan penting dalam menghadapi setiap dinamika kehidupan.
- c. Pengaruh dukungan sosial dan *self compassions* pada pembentukan resiliensi diri pelaku perceraian di Kabupaten Blitar menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai 0.012 (< 0.05). dengan artian variabel dukungan sosial dan *self compassions* berpengaruh positif terhadap pembentukan resiliensi diri. Semakin baik tingkat dukungan sosial dan juga *self compassions* akan semakin meningkat pula resiliensi diri pelaku perceraian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini Okha Devi . *Hubungan Antara Efikasi Diri dan Resiliensi Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas XII SMAN 1 Trawas*. Jurnal Konseling Indonesia Vol.2 No.2 April 2017 , hlm. 50 – 56
- Apriawal Jabbal.*Resiliensi Pada Karyawan Yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja*.EMPATHY Vol. 1 No 1 Desember 2012
- Azzahra Fatimah. *Pengaruh resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa*.ISSN : 2301 – 8267. Vol. 05, No.1 Januari 2017
- Chaplin, J P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Pres
- Cohen,S. Syme , SL. 1985. *Social support and Health*. Florida : Academid Press Inc.
- Data Badan Pusat Statistik tentang jumlah perceraian di Indonesia (<https://www.bps.go.id/KegiatanLain/view/id/140>)
- Data factor penyebab perceraian dari Pengadilan Agama Kabupaten Malang tahun 2010 – 2016 (<http://www.pa-malangkab.go.id/>)
- Data Jumlah Perceraian di Kabupaten Malang (<https://www.pa-malangkab.go.id/frontend/img/laporanperkaraditerima2016.jpg>)
- Dewanti Ayu.2014.*Resiliensi Remaja Putri terhadap problematika Pasca Orang Tua Bercerai*..Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Volume 2,No.3 Desember 2014

Febrinabila Rizki . *Hubungan Antara Self Compassion dengan Resiliensi Diri Pada Mantan Pecandu Narkoba Dewasa Awal*. Jurnal tidak diterbitkan

Grotberg, Edith H, 1999. *Tapping Your Inner Strength : How to Find the Resilience to Deal with Anything*. Oakland, CA : New Harbinger Publications, Inc

Halimah . 2014 . *Kontribusi Kepribadian dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Isteri Dalam Menghadapi Perceraian*. *Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol. 5, No.1, Juni 2014

Halimah. 2014 . *Kontribusi dan Dukungan Sosial terhadap Tingkat Kecemasan Istri dalam Menghadapi Perceraian*. Vol. 5 No. 1 Juni 2014

Hewstone,M. Stroebe, G.M. 1996 . *Introduction of Social Psychology*. 2nded. England : Blackwell Publishers.

Kumalasari,Fani. 2012. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan*. Vo. 1 No. 1, Tahun 2012

Kuntjoro Z, 2002. *Dukungan Sosial Pada Lansia*.<http://www.e-psikologi.co.id>
Tanggal akses: 1 Mei 2018

Masten, A. (2001). *Ordinary Magic: Resilience Process in Development*. *American Psychologist*, 56, 227-228.

Mufidah , Alaiya Choiril . *Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri* . Jurnal sains psikologi, jilid 6 , nomor 2, November 2017, hlm 69 – 75

Neff, K. D. (2003). Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223-250.

Pratiwi,Hildha. 2016. *Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kepuasan perkawinan pada istri*. Calyptra : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol. 5 No. 1

Rahim Abdul . *Hubungan Antara Resiliensi dengan Motivasi Belajar*.Psikoborneo,2017, 5 (3) : 427 – 440

Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor ; 7 Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York, Broadway Books

Santrock, John W., (2008). *Psikologi Pendidikan*, Edisi Kedua. Jakarta: Kencana.

Santrock,John.W. 2012. *Life Span Development jilid 2*. Jakarta : Erlangga

Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT Grasindo

The Resiliency Center, www.resiliencycenter.com.

Undang – Undang Pernikahan no. 1 tahun 1974

Wahyu Salsabila *Resiliensi Remaja Berprestasi dengan latar Belakang Orang Tua Bercerai*. Jurnal Penelitian dan PKM juli 2017 Vol.4 NO.2 Hal 129 – 389 ISSN 2442-448x(p), 2581 – 1126 (e)

Website Resmi Pengadilan Agama Kabupaten Blitar <http://pablitar.net/>

Widuri.Erlina Listyanti.2012. *Regulasi Emosi dan Resiliensi Pada Mahasiswa*

Tahun Pertama. Humanitis, Vol.IX No.2 Agustus 2012

Winarsunu,Tulus.2012. *Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan.*

Malang : UMM Press



L



LAMPIRAN – LAMPIRAN



Lampiran – 1**Skala Uji Coba Variabel Resiliensi Diri**

Saya bersedia menjadi responden

YA

TIDAK

Nama :

Usia :

Instruksi :

Silahkan memberikan tanda ceklis pada kolom respon. Untuk kolom SS = Sangat Setuju, kolom S = Setuju, kolom N = Netral, kolom TS = Tidak Setuju dan kolom STS = Sangat Tidak Setuju. Semua jawaban pada skala ini tidak ada kategori salah maupun benar. Pilihlah yang sesuai dengan keadaan pada diri setiap individu.

No.	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya mampu beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi					
2.	Saya mampu menjalin hubungan yang dekat dan aman dengan orang lain					
3.	Saya meyakini nasib dan Tuhan memiliki pengaruh dalam menolong saya					
4.	Saya dapat berkompromi dengan apapun yang terjadi dalam kehidupan					
5.	Keberhasilan pada masa lalu memberi saya keyakinan dalam menghadapi tantangan yang baru					
6.	Saya mampu melihat sisi lucu dari sesuatu yang terjadi					
7.	Saya mampu untuk mengelola stress					
8.	Saya cenderung segar kembali setelah					

	sembuh dari rasa sakit					
9.	Saya meyakini bahwa sesuatu terjadi karena alasan tertentu					
10.	Saya selalu mengusahakan yang terbaik tidak peduli apapun yang terjadi					
11.	Saya memiliki tujuan dan mampu mencapainya					
12.	Pada saat sesuatu tampak tidak memberikan harapan lagi, saya tidak akan menyerah					
13.	Saya tahu kapan harus meminta pertolongan					
14.	Walaupun berasa dalam suatu tekanan, saya akan tetap bisa fokus dan berpikir dengan jernih					
15.	Saya cenderung untuk memimpin atau mengawali dalam pemecahan masalah					
16.	Saya tidak mudah berkecil hati karena kegagalan					
17.	Saya merasa diri sendiri adalah orang yang kuat					
18.	Saya berani membuat keputusan yang sulit dan tidak biasa					
19.	Saya mampu mengatasi perasaan tidak nyaman					
20.	saya harus melakukan sesuatu terhadap suatu dugaan atau firasat					
21.	Saya peka terhadap maksud yang disampaikan oleh orang lain					
22.	Saya mampu mengendalikan kehidupan diri sendiri					
23.	Saya menyukai tantangan					

24.	Saya bekerja untuk mencapai tujuan					
25.	Saya bangga terhadap hasil atau prestasi yang telah dicapai					



Lampiran – 2

Skala Uji Coba Variabel *Self Compassions*

Saya bersedia menjadi responden

YA

TIDAK

Nama :

Usia :

Instruksi :

Silahkan memberikan tanda ceklis pada kolom respon. Untuk kolom SS = Sangat Setuju, kolom S = Setuju, kolom N = Netral, kolom TS = Tidak Setuju dan kolom STS = Sangat Tidak Setuju. Semua jawaban pada skala ini tidak ada kategori salah maupun benar. Pilihlah yang sesuai dengan keadaan pada diri setiap individu.

No.	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya tidak menerima dan selalu menghakimi kekurangan dan ketidakcakapan pada diri sendiri					
2.	Ketika saya merasa terjatuh saya meyakini dan memastikan bahwa segala sesuatu tersebut salah					
3.	Saat sesuatu berubah menjadi buruk, saya melihat kesulitan adalah bagian dari kehidupan yang dialami setiap manusia.					
4.	Ketika berpikir tentang ketidakmampuan diri, itu membuat saya merasa semakin jauh dan dikucilkan dari masyarakat.					
5.	Saya mencoba untuk lebih menyayangi diri sendiri ketika merasakan kesakitan					
6.	Ketika saya mengalami kegagalan terhadap sesuatu yang penting dalam kehidupan, saya terus berpikir tentang					

	ketidakmampuan diri.					
7.	Ketika terjatuh dan terpuruk, saya mengingatkan diri sendiri bahwa banyak manusia di dunia ini yang merasakan hal yang sama					
8.	Ketika sangat sulit, saya memelihara pikiran buruk tentang diri sendiri					
9.	Ketika sesuatu mengganggu, saya mencoba menjaga emosi tetap stabil					
10.	Ketika saya merasa tidak mampu dalam melewati sesuatu, saya mencoba untuk mengingatkan diri sendiri bahwa perasaan tidak mampu dapat dibagi dengan orang lain.					
11.	Saya tidak mentoleransi dan tidak bersabar dalam menghadapi setiap bagian dari kepribadian diri yang tidak saya suka					
12.	Ketika saya melewati masa yang berat, saya bersikap lembut dan memberi perhatian kepada diri sendiri					
13.	Ketika merasa terpuruk, saya merasa kebanyakan orang mungkin lebih bahagia disbanding diri saya					
14.	Saat sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk berpikiran obyektif					
15.	Saya mencoba melihat kegagalan diri sebagai bagian dari kehidupan manusia					
16.	Saya menyalahkan diri sendiri atas bagian dari kepribadian yang tidak saya suka					
17.	Ketika gagal atas sesuatu yang penting,					

	saya tetap menjaga pandangan baik atas hal tersebut.					
18.	Saat saya sedang berjuang akan sesuatu, saya merasa orang lain memilikinya dengan sangat mudah					
19.	Saya baik pada diri sendiri ketika mengalami penderitaan					
20.	Saat sesuatu mengganggu, itu mempengaruhi perasaan saya					
21.	Saya menjadi lebih dingin kepada diri sendiri ketika mengalami penderitaan					
22.	Ketika terpuruk, saya mencoba tetap menjaga perasaan dengan keingintahuan dan keterbukaan					
23.	Saya mampu menerima ketidakmampuan dan ketidakcakapan diri					
24.	ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi saya membiarkan hal tersebut menjadi semakin besar dari semestinya					
25.	Saat gagal akan sesuatu yang penting, saya merasa sendiri dalam menghadapi kegagalan tersebut					
26.	Saya mencoba mengerti dan bersabar dalam menerima setiap bagian dari kepribadian diri yang tidak saya sukai					

Lampiran – 3

Skala Uji Coba Variabel Dukungan Sosial

Saya bersedia menjadi responden

YA

TIDAK

Nama :

Usia :

Instruksi :

Silahkan memberikan tanda ceklis pada kolom respon. Untuk kolom SS = Sangat Setuju, kolom S = Setuju, kolom N = Netral, kolom TS = Tidak Setuju dan kolom STS = Sangat Tidak Setuju. Semua jawaban pada skala ini tidak ada kategori salah maupun benar. Pilihlah yang sesuai dengan keadaan pada diri setiap individu.

No.	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya memiliki orang special yang selalu ada disekitarku ketika membutuhkannya					
2.	Saya memiliki orang special untuk berbagi kebahagiaan dan dukacita					
3.	Keluarga saya selalu membantu					
4.	Saya mendapat dukungan emosi dan support dari keluarga					
5.	Saya memiliki orang special yang mampu membuat saya nyaman					
6.	Teman – teman selalu membantu saya					
7.	Saya tidak dapat menghitung jumlah teman saya saat terjadi suatu kesulitan					
8.	Keluarga mendengarkan masalah saya					
9.	Saya memiliki teman yang dengannya dapat berbagi kebahagiaan dan dukacita					
10.	Saya memiliki teman dekat yang					

	mengerti perasaan saya					
11.	Keluarga membantu saya mengambil keputusan					
12.	Saya dapat membicarakan masalah saya dengan teman - teman					



Lampiran – 4

Skala Penelitian Variabel Resiliensi Diri

Saya bersedia menjadi responden

YA

TIDAK

Nama :

Usia :

Instruksi :

Silahkan memberikan tanda ceklis pada kolom respon. Untuk kolom SS = Sangat Setuju, kolom S = Setuju, kolom N = Netral, kolom TS = Tidak Setuju dan kolom STS = Sangat Tidak Setuju. Semua jawaban pada skala ini tidak ada kategori salah maupun benar. Pilihlah yang sesuai dengan keadaan pada diri setiap individu.

No.	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya meyakini nasib dan Tuhan memiliki pengaruh dalam menolong saya					
2.	Saya dapat berkompromi dengan apapun yang terjadi dalam kehidupan					
3.	Keberhasilan pada masa lalu memberi saya keyakinan dalam menghadapi tantangan yang baru					
4.	Saya mampu melihat sisi lucu dari sesuatu yang terjadi					
5.	Saya mampu untuk mengelola stress					
6.	Saya cenderung segar kembali setelah sembuh dari rasa sakit					
7.	Saya meyakini bahwa sesuatu terjadi karena alasan tertentu					

8.	Saya selalu mengusahakan yang terbaik tidak peduli apapun yang terjadi					
9.	Saya memiliki tujuan dan mampu mencapainya					
10.	Pada saat sesuatu tampak tidak memberikan harapan lagi, saya tidak akan menyerah					
11.	Saya tahu kapan harus meminta pertolongan					
12.	Walaupun berasa dalam suatu tekanan, saya akan tetap bisa fokus dan berpikir dengan jernih					
13.	Saya cenderung untuk memimpin atau mengawali dalam pemecahan masalah					
14.	Saya tidak mudah berkecil hati karena kegagalan					
15.	Saya merasa diri sendiri adalah orang yang kuat					
16.	Saya berani membuat keputusan yang sulit dan tidak biasa					
17.	Saya mampu mengatasi perasaan tidak nyaman					
18.	saya harus melakukan sesuatu terhadap suatu dugaan atau firasat					
19.	Saya peka terhadap maksud yang disampaikan oleh orang lain					
20.	Saya mampu mengendalikan kehidupan diri sendiri					
21.	Saya menyukai tantangan					
22.	Saya bekerja untuk mencapai tujuan					
23.	Saya bangga terhadap hasil atau prestasi yang telah dicapai					

Lampiran – 5

Skala Penelitian Variabel *Self Compassions*

Saya bersedia menjadi responden

YA

TIDAK

Nama :

Usia :

Instruksi :

Silahkan memberikan tanda ceklis pada kolom respon. Untuk kolom SS = Sangat Setuju, kolom S = Setuju, kolom N = Netral, kolom TS = Tidak Setuju dan kolom STS = Sangat Tidak Setuju. Semua jawaban pada skala ini tidak ada kategori salah maupun benar. Pilihlah yang sesuai dengan keadaan pada diri setiap individu.

No.	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya tidak menerima dan selalu menghakimi kekurangan dan ketidakcakapan pada diri sendiri					
2.	Ketika saya merasa terjatuh saya meyakini dan memastikan bahwa segala sesuatu tersebut salah					
3.	Saat sesuatu berubah menjadi buruk, saya melihat kesulitan adalah bagian dari kehidupan yang dialami setiap manusia.					
4.	Ketika berpikir tentang ketidakmampuan diri, itu membuat saya merasa semakin jauh dan dikucilkan dari masyarakat.					
5.	Saya mencoba untuk lebih menyayangi diri sendiri ketika merasakan kesakitan					
6.	Ketika saya mengalami kegagalan terhadap sesuatu yang penting dalam kehidupan, saya terus berpikir tentang					

	ketidakmampuan diri.					
7.	Ketika terjatuh dan terpuruk, saya mengingatkan diri sendiri bahwa banyak manusia di dunia ini yang merasakan hal yang sama					
8.	Ketika sangat sulit, saya memelihara pikiran buruk tentang diri sendiri					
9.	Ketika sesuatu mengganggu, saya mencoba menjaga emosi tetap stabil					
10.	Ketika saya merasa tidak mampu dalam melewati sesuatu, saya mencoba untuk mengingatkan diri sendiri bahwa perasaan tidak mampu dapat dibagi dengan orang lain.					
11.	Saya tidak mentoleransi dan tidak bersabar dalam menghadapi setiap bagian dari kepribadian diri yang tidak saya sukai					
12.	Ketika saya melewati masa yang berat, saya bersikap lembut dan memberi perhatian kepada diri sendiri					
13.	Ketika merasa terpuruk, saya merasa kebanyakan orang mungkin lebih bahagia disbanding diri saya					
14.	Saat sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk berpikiran obyektif					
15.	Saya mencoba melihat kegagalan diri sebagai bagian dari kehidupan manusia					
16.	Saya menyalahkan diri sendiri atas bagian dari kepribadian yang tidak saya sukai					
17.	Ketika gagal atas sesuatu yang penting,					

	saya tetap menjaga pandangan baik atas hal tersebut.					
18.	Saat saya sedang berjuang akan sesuatu, saya merasa orang lain memilikinya dengan sangat mudah					
19.	Saya baik pada diri sendiri ketika mengalami penderitaan					
20.	Saat sesuatu mengganggu, itu mempengaruhi perasaan saya					
21.	Saya menjadi lebih dingin kepada diri sendiri ketika mengalami penderitaan					
22.	Ketika terpuruk, saya mencoba tetap menjaga perasaan dengan keingintahuan dan keterbukaan					
23.	Saya mampu menerima ketidakmampuan dan ketidakcakapan diri					
24.	ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi saya membiarkan hal tersebut menjadi semakin besar dari semestinya					
25.	Saat gagal akan sesuatu yang penting, saya merasa sendiri dalam menghadapi kegagalan tersebut					
26.	Saya mencoba mengerti dan bersabar dalam menerima setiap bagian dari kepribadian diri yang tidak saya sukai					

Lampiran – 6

Skala Penelitian Variabel Dukungan Sosial

Saya bersedia menjadi responden

YA

TIDAK

Nama :

Usia :

Instruksi :

Silahkan memberikan tanda ceklis pada kolom respon. Untuk kolom SS = Sangat Setuju, kolom S = Setuju, kolom N = Netral, kolom TS = Tidak Setuju dan kolom STS = Sangat Tidak Setuju. Semua jawaban pada skala ini tidak ada kategori salah maupun benar. Pilihlah yang sesuai dengan keadaan pada diri setiap individu.

No.	Item	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya memiliki orang special yang selalu ada disekitarku ketika membutuhkannya					
2.	Saya memiliki orang special untuk berbagi kebahagiaan dan dukacita					
3.	Keluarga saya selalu membantu					
4.	Saya mendapat dukungan emosi dan support dari keluarga					
5.	Saya memiliki orang special yang mampu membuat saya nyaman					
6.	Teman – teman selalu membantu saya					
7.	Saya tidak dapat menghitung jumlah teman saya saat terjadi suatu kesulitan					
8.	Keluarga mendengarkan masalah saya					
9.	Saya memiliki teman yang dengannya dapat berbagi kebahagiaan dan dukacita					
10.	Saya memiliki teman dekat yang					

	mengerti perasaan saya					
11.	Keluarga membantu saya mengambil keputusan					
12.	Saya dapat membicarakan masalah saya dengan teman - teman					



Lampiran – 7

Data mentah uji coba variabel resiliensi diri

No. Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
2	4	5	3	4	4	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
4	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
6	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
7	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
8	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
9	4	5	3	4	4	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
11	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
12	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
13	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
14	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
15	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
16	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
17	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
18	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
19	4	5	3	4	4	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
20	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
21	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
22	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5

23	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	
24	4	5	3	4	4	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3	
25	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	
26	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	5	
27	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	
28	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	
29	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	5	
30	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	
31	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
32	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
33	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
34	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
35	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	5	
36	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
37	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
38	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
39	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
40	4	5	3	4	4	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
41	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
42	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
43	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
44	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
45	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
46	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
47	4	5	3	4	4	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
48	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
49	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5



50	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
51	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
52	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
53	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
54	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
55	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
56	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
57	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
58	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
59	4	5	3	4	4	2	4	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
61	4	3	5	3	4	2	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
62	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
63	5	5	5	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
64	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
65	4	4	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4



Lampiran – 8

Data mentah uji coba variabel self compassions

No. Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
1	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	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	3	3
5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
6	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
7	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
8	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
9	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
11	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
12	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
13	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
14	4	3	5	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
15	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
16	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
17	4	3	5	3	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
18	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
20	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
21	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4
22	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4

23	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	
25	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	
26	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	
27	5	3	5	3	4	5	3	4	5	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	
28	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
29	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	4	
30	3	3	5	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	
31	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
33	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
34	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
35	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
36	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	
37	4	3	5	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	
38	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
39	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	
40	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
41	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	
42	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
43	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
44	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
45	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
46	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
47	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
48	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
49	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3



50	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
51	4	3	5	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
52	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
53	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
54	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
55	3	3	5	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
56	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
57	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
58	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
59	4	3	5	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
60	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
61	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
62	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
63	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
64	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
65	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4



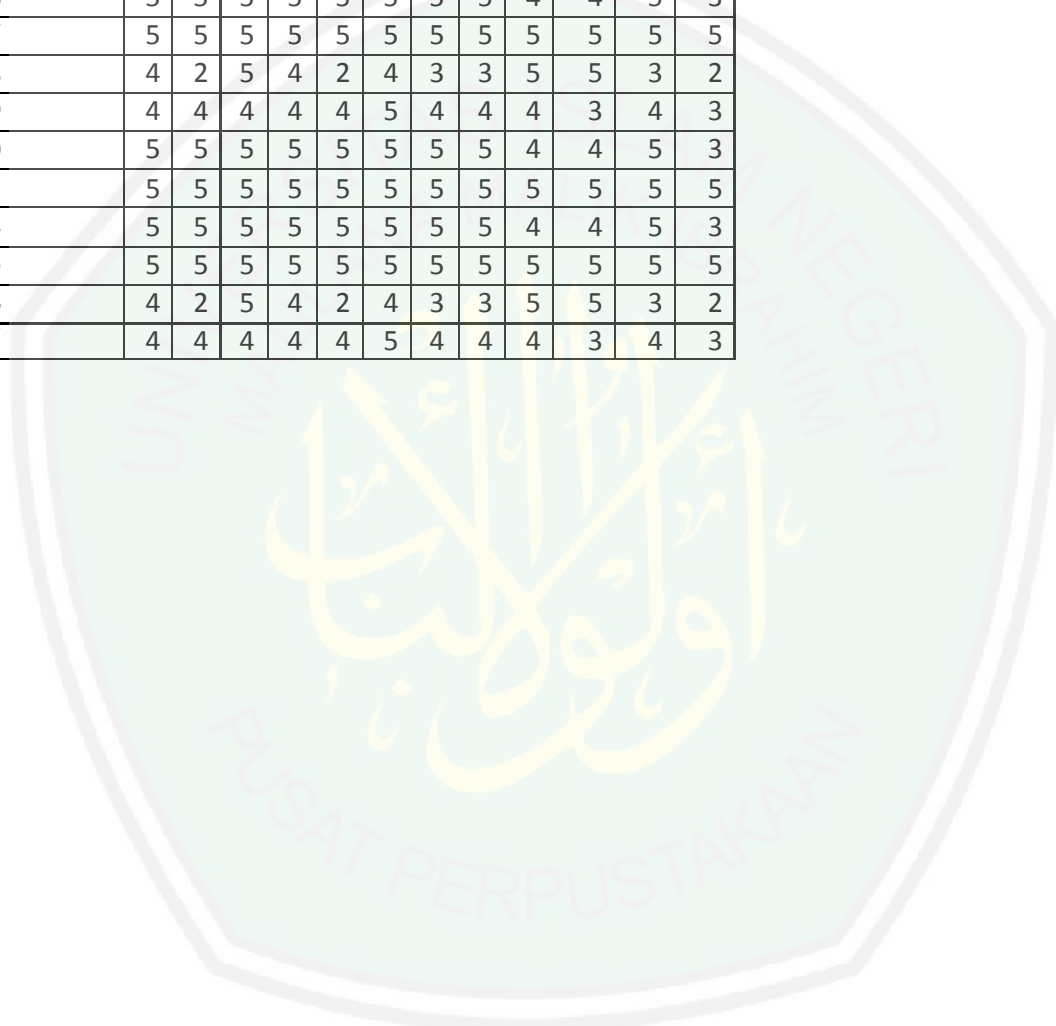
Lampiran – 9

Data mentah uji coba variabel Dukungan Sosial

No. Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
2	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
6	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
7	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
8	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
9	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
10	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
11	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
12	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
13	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
14	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
15	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
16	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
17	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
18	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
19	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
20	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
21	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
22	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2

23	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
24	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
25	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
26	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
27	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
28	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
29	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
30	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
31	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
32	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
33	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
34	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
35	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
36	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
37	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
38	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
39	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
40	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
41	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
42	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
43	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
44	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
45	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
46	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
47	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
48	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
49	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2

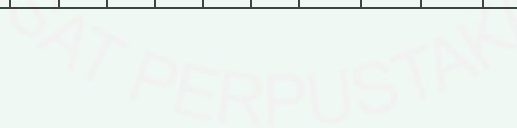
50	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
51	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
52	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
53	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
54	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
55	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
56	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
57	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
58	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
59	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
60	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
61	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
62	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
63	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
64	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
65	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3



Lampiran – 10

Data mentah penelitian variabel Resiliensi Diri

No. Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	5	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
2	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
4	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
6	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
7	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
8	5	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
9	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
10	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
11	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
12	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
13	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
14	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
15	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
16	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
17	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
18	5	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
19	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
20	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
21	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
22	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5



23	5	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	
24	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
25	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	
26	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	5	
27	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	
28	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	
29	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	5	
30	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	
31	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	
32	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	
33	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	
34	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	
35	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	5	
36	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	
37	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	
38	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	
39	5	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	
40	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	3	
41	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	
42	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	
43	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	
44	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	
45	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	
46	5	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	
47	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	3	
48	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	
49	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	5	

50	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
51	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
52	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
53	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
54	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
55	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
56	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
57	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
58	5	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
59	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
61	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
62	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
63	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
64	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
65	5	4	4	1	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
66	3	4	4	2	4	5	5	3	5	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	2	4	3
67	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
68	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
69	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
70	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
71	5	3	4	2	3	5	4	4	3	3	3	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5
72	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5
73	5	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4
74	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	5	5	5
75	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5



Lampiran – 11

Data mentah hasil penelitian variabel *self compassions*

No. Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
1	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
3	5	3	5	3	4	5	3	4	5	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
5	3	3	5	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
6	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
7	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
8	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
9	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
10	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
11	5	3	5	3	4	5	3	4	5	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
12	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
14	4	3	5	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
15	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
16	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	4	3	5	3	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
18	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
20	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4
21	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
22	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4

23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
24	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
25	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
26	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
27	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
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
29	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4
30	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
31	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
33	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
34	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
35	4	3	5	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
36	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
37	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
38	4	3	5	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
39	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
41	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
42	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
43	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
44	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
45	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
46	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
47	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
48	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
49	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4

50	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
51	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
52	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
53	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
54	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
55	3	3	5	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
56	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
57	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
58	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
59	4	3	5	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
60	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
61	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
62	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
63	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
64	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
65	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
66	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
67	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
68	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4
69	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	3	5	3	5	5	5	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
70	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
71	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4
72	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
73	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3
74	4	3	5	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
75	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4



Lampiran – 12

Data mentah hasil penelitian variabel dukungan sosial

No. Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
2	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
6	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
7	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
8	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
9	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
10	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
11	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
12	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
13	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
14	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
15	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
16	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
17	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
18	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
19	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
20	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
21	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
22	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2

23	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
24	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
25	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
26	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
27	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
28	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
29	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
30	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
31	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
32	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
33	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
34	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
35	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
36	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
37	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
38	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
39	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
40	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
41	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
42	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
43	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
44	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
45	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
46	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
47	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
48	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
49	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2

50	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
51	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
52	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
53	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
54	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
55	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
56	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
57	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
58	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
59	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
60	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
61	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
62	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
63	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
64	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
65	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
66	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
67	4	2	5	4	2	4	3	3	5	5	3	2
68	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3
69	4	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	3
70	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	2
71	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	4	2
72	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
73	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
74	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3
75	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5

Lampiran – 13

Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Uji Coba Variabel Resiliensi Diri

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	65	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	65	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.922	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	99.72	112.703	.267	.923
VAR00002	99.51	112.660	.234	.924
VAR00003	99.15	112.413	.302	.922
VAR00004	99.88	107.297	.759	.916
VAR00005	99.57	107.624	.887	.915
VAR00006	100.74	93.477	.825	.914
VAR00007	99.88	107.297	.759	.916
VAR00008	99.75	107.376	.659	.917
VAR00009	99.49	114.629	.180	.923
VAR00010	99.91	107.148	.454	.921
VAR00011	99.43	107.187	.643	.917

VAR00012	99.65	109.826	.442	.920
VAR00013	100.02	104.640	.826	.914
VAR00014	99.88	107.297	.759	.916
VAR00015	100.26	124.384	-.742	.932
VAR00016	99.88	107.297	.759	.916
VAR00017	99.82	107.965	.444	.921
VAR00018	99.69	107.841	.468	.920
VAR00019	99.71	105.054	.811	.914
VAR00020	100.37	100.705	.781	.914
VAR00021	100.14	108.309	.540	.919
VAR00022	99.71	105.054	.811	.914
VAR00023	99.52	106.285	.491	.920
VAR00024	99.45	107.626	.854	.915
VAR00025	99.42	107.965	.586	.918

Lampiran – 14**Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Uji Coba Variabel *Self Compassions*****Reliability**

[DataSet0]

Scale: ALL VARIABLES**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	65	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	65	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.846	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	91.55	32.313	.554	.834
VAR00002	91.72	33.391	.444	.839
VAR00003	90.82	30.309	.656	.828
VAR00004	91.42	38.184	-.406	.865
VAR00005	91.34	30.884	.925	.823
VAR00006	91.55	32.313	.554	.834

VAR00007	91.55	32.032	.645	.832
VAR00008	91.18	32.434	.784	.831
VAR00009	91.55	32.313	.554	.834
VAR00010	91.38	31.084	.708	.828
VAR00011	91.71	33.366	.441	.839
VAR00012	91.03	31.249	.684	.829
VAR00013	91.49	32.285	.597	.833
VAR00014	91.18	29.747	.781	.822
VAR00015	90.88	34.203	.350	.842
VAR00016	90.92	29.603	.741	.824
VAR00017	91.32	38.410	-.464	.865
VAR00018	91.71	33.366	.441	.839
VAR00019	91.32	38.410	-.464	.865
VAR00020	91.68	37.785	-.334	.864
VAR00021	91.49	32.285	.597	.833
VAR00022	91.18	32.434	.784	.831
VAR00023	91.32	38.410	-.464	.865
VAR00024	91.18	32.434	.784	.831
VAR00025	91.69	37.904	-.374	.863
VAR00026	91.18	32.434	.784	.831

Lampiran – 15**Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Uji Coba Variabel Dukungan Sosial****Reliability**

[DataSet0]

Scale: ALL VARIABLES**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	65	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	65	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.943	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	44.83	68.330	.880	.936
VAR00002	45.03	64.593	.717	.939
VAR00003	44.52	72.191	.695	.942
VAR00004	44.74	70.634	.862	.939
VAR00005	45.31	58.873	.872	.934
VAR00006	44.71	68.898	.797	.938
VAR00007	45.34	58.634	.964	.929

VAR00008	44.98	63.984	.822	.935
VAR00009	45.18	67.653	.570	.944
VAR00010	45.31	67.216	.563	.945
VAR00011	44.80	68.444	.769	.938
VAR00012	46.11	62.254	.829	.935



Lampiran – 16

Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian Resiliensi Diri

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	75	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	75	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.929	23

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	90.28	112.069	.338	.930
VAR00002	91.01	108.581	.648	.925
VAR00003	90.68	107.653	.885	.923
VAR00004	91.83	94.848	.787	.923
VAR00005	91.47	99.739	.848	.921
VAR00006	90.89	108.691	.560	.926
VAR00007	90.61	114.700	.182	.931
VAR00008	91.03	106.432	.506	.928
VAR00009	90.56	106.817	.679	.925

VAR00010	90.79	111.359	.337	.930
VAR00011	91.15	105.181	.791	.923
VAR00012	91.01	108.581	.648	.925
VAR00013	91.39	123.970	-.697	.939
VAR00014	91.01	108.581	.648	.925
VAR00015	90.93	107.387	.482	.928
VAR00016	90.79	106.386	.561	.927
VAR00017	90.81	104.343	.871	.922
VAR00018	91.47	99.739	.848	.921
VAR00019	91.23	107.124	.624	.925
VAR00020	90.81	104.343	.871	.922
VAR00021	90.64	106.639	.479	.929
VAR00022	90.56	107.682	.858	.923
VAR00023	90.52	107.091	.660	.925

Lampiran – 17

Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian *Self Compassions*

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	75	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	75	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.843	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	91.48	32.172	.556	.831
VAR00002	91.65	33.419	.442	.836
VAR00003	90.75	30.165	.672	.824
VAR00004	91.33	38.333	-.429	.863
VAR00005	91.28	30.853	.928	.819
VAR00006	91.48	32.172	.556	.831
VAR00007	91.49	32.118	.634	.829

VAR00008	91.12	32.431	.782	.828
VAR00009	91.48	32.172	.556	.831
VAR00010	91.32	31.085	.693	.825
VAR00011	91.65	33.473	.431	.836
VAR00012	90.96	31.228	.678	.826
VAR00013	91.44	32.277	.602	.830
VAR00014	91.12	29.702	.776	.819
VAR00015	90.80	34.270	.337	.839
VAR00016	90.85	29.667	.738	.821
VAR00017	91.25	38.489	-.475	.863
VAR00018	91.65	33.473	.431	.836
VAR00019	91.25	38.489	-.475	.863
VAR00020	91.61	37.970	-.364	.862
VAR00021	91.44	32.277	.602	.830
VAR00022	91.12	32.431	.782	.828
VAR00023	91.25	38.489	-.475	.863
VAR00024	91.12	32.431	.782	.828
VAR00025	91.63	38.075	-.401	.861
VAR00026	91.12	32.431	.782	.828

Lampiran – 18**Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian Dukungan Sosial****Reliability****Scale: ALL VARIABLES****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	75	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	75	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.944	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	45.03	68.567	.881	.938
VAR00002	45.21	64.873	.723	.941
VAR00003	44.72	72.475	.701	.944
VAR00004	44.93	70.928	.861	.940
VAR00005	45.48	59.280	.872	.936
VAR00006	44.91	69.167	.798	.939
VAR00007	45.52	58.956	.964	.931

VAR00008	45.17	64.199	.825	.937
VAR00009	45.37	67.859	.581	.945
VAR00010	45.49	67.388	.575	.946
VAR00011	44.99	68.770	.772	.940
VAR00012	46.28	62.339	.831	.937



Lampiran – 19

Hasil Analisis Uji Normalitas Variabel *Self Compassions* terhadap Resiliensi Diri

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	self compassions ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: resiliensi diri

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.249 ^a	.062	.049	9.737

a. Predictors: (Constant), self compassions

b. Dependent Variable: resiliensi diri

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	459.444	1	459.444	4.846	.031 ^a
	Residual	6921.223	73	94.811		
	Total	7380.667	74			

a. Predictors: (Constant), self compassions

b. Dependent Variable: resiliensi diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	52.020	17.955		2.897	.005
	selfcompassions	.415	.189	.249	2.201	.031

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	52.020	17.955		2.897	.005
	self compassions	.415	.189	.249	2.201	.031

a. Dependent Variable: resiliensi diri

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	84.43	93.57	91.47	2.492	75
Residual	-13.566	19.666	.000	9.671	75
Std. Predicted Value	-2.826	.843	.000	1.000	75
Std. Residual	-1.393	2.020	.000	.993	75

a. Dependent Variable: resiliensi diri

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		75
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.67109302
Most Extreme Differences	Absolute	.175
	Positive	.175
	Negative	-.131
Kolmogorov-Smirnov Z		1.519
Asymp. Sig. (2-tailed)		.020

a. Test distribution is Normal.

--	--

Lampiran – 20

Hasil Analisis Uji Normalitas Variabel Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Diri

Regression

[DataSet0]

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	dukungan sosial ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: resiliensi diri

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.244 ^a	.059	.046	9.752

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial

b. Dependent Variable: resiliensi diri

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	437.771	1	437.771	4.603	.035 ^a
	Residual	6942.896	73	95.108		
	Total	7380.667	74			

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial

b. Dependent Variable: resiliensi diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	77.906	6.420		12.135	.000
	dukungan sosial	.275	.128	.244	2.145	.035

a. Dependent Variable: resiliensi diri

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	87.79	94.39	91.47	2.432	75
Residual	-14.385	19.206	.000	9.686	75
Std. Predicted Value	-1.510	1.200	.000	1.000	75
Std. Residual	-1.475	1.969	.000	.993	75

a. Dependent Variable: resiliensi diri

NPAR TESTS
 /K-S (NORMAL) =RES_2
 /MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		75
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	9.68622303
Most Extreme Differences	Absolute	.107
	Positive	.107
	Negative	-.104
Kolmogorov-Smirnov Z		.925
Asymp. Sig. (2-tailed)		.359
a. Test distribution is Normal.		

Lampiran – 21

Hasil Analisis Uji Linieritas Variabel *Self Compassions* Terhadap Variabel Resiliensi Diri

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
resiliensi diri * self compassions	75	100.0%	0	.0%	75	100.0%

Report

resiliensi diri

self compas sions	Mean	N	Std. Deviation
78	98.00	1	.
85	87.17	12	12.044
88	80.00	1	.
90	88.45	11	7.244
95	95.00	2	4.243
96	92.00	1	.
97	84.60	5	7.797
98	94.50	6	10.913
99	93.07	14	8.983
100	94.91	22	10.341
Total	91.47	75	9.987

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
resiliensi diri * self ssions	Between Groups	(Combined)	1108.826	9	123.203	1.277	.266
		Linearity	459.444	1	459.444	4.762	.033
		Deviation from ity	649.382	8	81.173	.841	.570

Within Groups	6271.841	65	96.490	
Total	7380.667	74		

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
resiliensi diri * self compassions	.249	.062	.388	.150



Lampiran – 22

Hasil Analisis Uji Linieritas Variabel Dukungan Sosial Terhadap Variabel Resiliensi Diri

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
resiliensi diri * dukungan sosial	75	100.0%	0	.0%	75	100.0%

Report

resiliensi diri

dukungan sosial	Mean	N	Std. Deviation
36	91.57	7	11.103
38	86.50	10	9.009
42	89.60	10	8.422
47	88.33	9	6.946
52	90.33	6	10.783
56	95.19	16	9.621
60	94.00	17	11.747
Total	91.47	75	9.987

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
resiliensi diri * dukungan sosial	708.282	6	118.047	1.203	.315
Linearity	437.771	1	437.771	4.461	.038

	Deviation from Linearity	270.511	5	54.102	.551	.737
	Within Groups	6672.385	68	98.123		
	Total	7380.667	74			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
resiliensi diri * dukungan sosial	.244	.059	.310	.096



Lampiran – 23

Hasil Analisis Uji Multikorelasi

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	dukungan sosial, self compassions ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: resiliensi diri

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.340 ^a	.115	.091	9.522

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial, self compassions

b. Dependent Variable: resiliensi diri

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	852.032	2	426.016	4.698	.012 ^a
	Residual	6528.635	72	90.675		
	Total	7380.667	74			

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial, self compassions

b. Dependent Variable: resiliensi diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	41.098	18.327		2.243	.028		
	self compassions	.395	.185	.237	2.137	.036	.997	1.003

dukungan sosial	.260	.125	.231	2.081	.041	.997	1.003
-----------------	------	------	------	-------	------	------	-------

a. Dependent Variable: resiliensi diri

Coefficient Correlations^a

Model		dukungan sosial	self compassions
1	Correlations	dukungan sosial	1.000
		self compassions	-.053
	Covariances	dukungan sosial	.016
		self compassions	-.001

a. Dependent Variable: resiliensi diri

Collinearity Diagnostics^a

Model	Dimensi on	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions		
				(Constant)	self compassions	dukungan sosial
1	1	2.977	1.000	.00	.00	.00
	2	.021	11.926	.02	.04	.98
	3	.002	39.271	.98	.96	.02

a. Dependent Variable: resiliensi diri

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	84.57	96.23	91.47	3.393	75
Residual	-15.189	21.383	.000	9.393	75
Std. Predicted Value	-2.031	1.404	.000	1.000	75
Std. Residual	-1.595	2.246	.000	.986	75

a. Dependent Variable: resiliensi diri

Lampiran – 24

Hasil Analisis Uji Heterokidatisitas

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	dukungan sosial, self compassions ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: resiliensi diri

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.340 ^a	.115	.091	9.522

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial, self compassions

b. Dependent Variable: resiliensi diri

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	852.032	2	426.016	4.698	.012 ^a
	Residual	6528.635	72	90.675		
	Total	7380.667	74			

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial, self compassions

b. Dependent Variable: resiliensi diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	41.098	18.327		2.243	.028
	selfcompassions	.395	.185	.237	2.137	.036

dukungan sosial	.260	.125	.231	2.081	.041
-----------------	------	------	------	-------	------

a. Dependent Variable: resiliensi diri

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	84.57	96.23	91.47	3.393	75
Residual	-15.189	21.383	.000	9.393	75
Std. Predicted Value	-2.031	1.404	.000	1.000	75
Std. Residual	-1.595	2.246	.000	.986	75

a. Dependent Variable: resiliensi diri

```
COMPUTE RES2=ABS_RES (RES_1) .
EXECUTE .
REGRESSION
/MISSING LISTWISE
/STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA
/CRITERIA=PIN (.05) POUT (.10)
/NOORIGIN
/DEPENDENT RES2

/METHOD=ENTER compassions dukungan.
```

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	dukungan sosial, self compassions ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: RES2

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.194 ^a	.038	.011	5.04789

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial, self compassions

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	71.669	2	35.834	1.406	.252 ^a
	Residual	1834.644	72	25.481		
	Total	1906.312	74			

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial, self compassions

b. Dependent Variable: RES2

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.403	9.715		.865	.390
	self compassions	-.061	.098	-.072	-.619	.538
	dukungan sosial	.105	.066	.184	1.589	.116

a. Dependent Variable: RES2

Lampiran – 25

Hasil Analisis Uji Regresi Linier Sederhana Variabel *Self Compassions* Terhadap Variabel Resiliensi Diri

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	compassions ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: resiliensi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.249 ^a	.062	.049	9.737

a. Predictors: (Constant), compassions

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	459.444	1	459.444	4.846	.031 ^a
	Residual	6921.223	73	94.811		
	Total	7380.667	74			

a. Predictors: (Constant), compassions

b. Dependent Variable: resiliensi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	52.020	17.955		2.897	.005
	compassions	.415	.189	.249	2.201	.031

a. Dependent Variable: resiliensi

Lampiran – 26

Hasil Analisis Uji Regresi Linier Sederhana Variabel Dukungan Sosial Terhadap Variabel Resiliensi Diri

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	dukungan ^a		Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: resiliensi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.244 ^a	.059	.046	9.752

a. Predictors: (Constant), dukungan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	437.771	1	437.771	4.603	.035 ^a
	Residual	6942.896	73	95.108		
	Total	7380.667	74			

a. Predictors: (Constant), dukungan

b. Dependent Variable: resiliensi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	77.906	6.420		12.135	.000
	dukungan	.275	.128	.244	2.145	.035

a. Dependent Variable: resiliensi

Lampiran – 27

Hasil Analisis Uji Regresi Linier Ganda

Regression

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	dukungan, compassions ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: resiliensi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.340 ^a	.115	.091	9.522

a. Predictors: (Constant), dukungan, compassions

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	852.032	2	426.016	4.698	.012 ^a
	Residual	6528.635	72	90.675		
	Total	7380.667	74			

a. Predictors: (Constant), dukungan, compassions

b. Dependent Variable: resiliensi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	41.098	18.327		2.243	.028
	compassions	.395	.185	.237	2.137	.036
	dukungan	.260	.125	.231	2.081	.041

a. Dependent Variable: resiliensi



RESILIENSI DIRI PELAKU PERCERAIAN

Rizqy Khoiro Ulfa

Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

E-Mail : khoirorizqy@gmail.com. 081216069916

Abstrak. Dalam kehidupan pernikahan semua orang akan mendambakan kehidupan yang bahagia serta harmonis. Namun dalam perjalanan kehidupan terkadang ada berbagai permasalahan atau ketidakselarasan antara suami dan istri yang menyebabkan suatu keputusan untuk berpisah atau bercerai harus diambil. Keputusan bercerai bukanlah sebagai suatu yang tabu namun dianggap sebagai salah satu solusi yang tepat untuk kedua belah pihak. Dalam menghadapi perceraian dibutuhkan kemampuan resiliensi diri untuk mampu bertahan dan melanjutkan kehidupan dengan sebaik – baiknya. Resiliensi diri menjadi salah satu aspek penting dalam diri individu saat menghadapi permasalahan yang mengguncang kehidupannya. Variabel *self compassions* diharapkan mampu meningkatkan kemampuan resiliensi diri, selain itu variabel eksternal seperti dukungan sosial diasumsikan memiliki pengaruh terhadap pembentukan resiliensi diri pada individu yang tengah berada dalam proses perceraian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pelaku perceraian. Subjek penelitian berjumlah 75 responden yang berada di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *simple random sampling* untuk menentukan subjek secara acak. Instrument yang digunakan dalam pengambilan data adalah CD-RISC, SCS dan MSPSS. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik regresi linier ganda. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh positif *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.

Kata kunci : *self compassions, dukungan sosial, resiliensi diri*

Manusia di takdirkan untuk hidup berpasang – pasangan melalui jalan pernikahan. Setiap insan mendambakan kehidupan pernikahan yang bahagia baik secara lahir dan juga secara batin. Saat dua insan menyatu sebagian besar disatukan oleh adanya cinta. Perasaan cinta yang dianggap sebagai rasa yang sacral menjadikan manusia ingin hidup bersama dan saling melengkapi. Santrock (2012) menjelaskan bentuk cinta ada dua macam yaitu cinta romantic

dan cinta afektif. Cinta romantic memiliki komponen seperti gairah yang kuat sedangkan cinta afektif lebih kepada cinta karena kedekatan. Stenberg (1988) menyatakan bahwa bentuk cinta bukan hanya cinta romantic dan cinta afektif semata namun cinta dipandang sebagai kesatuan antara keintiman, gairah dan komitmen. Sayangnya, Tidak semua pasangan berhasil mempertahankan keutuhan antara hubungan keintiman, gairah dan komitmen. Disertai dengan banyak sebab yang melatarbelakangi tidak terciptanya kebahagiaan, salah satunya masalah ekonomi, tidak adanya tanggung jawab, kekerasan dan banyak lagi.

Menurut data Pengadilan Agama Kabupaten Malang tahun 2014 terjadi perceraian sebanyak 8687 kasus. Secara global perceraian di Jawa Timur menempati urutan pertama perceraian di Indonesia. Menurut data Badan Pusat Statistik, pada tahun 2014 terjadi 89 ribu kasus sedangkan pada tahun 2015 terjadi 87 ribu kasus. Pada tahun 2017 Jawa Timur menyumbang sebanyak 47% angka perceraian atau hampir separuh dari kasus perceraian yang ada di Indonesia, hal ini di beritakan dalam harian kompas yang mengutip pernyataan Menteri Sosial. Perceraian merupakan pilihan terakhir dari ketidak mampuan mempertahankan keutuhan rumah tangga, atau bahkan menjadi jalan tengah dalam menyelesaikan permasalahan yang berlarut - larut dan apabila di biarkan akan ada pihak yang terluka atau tidak bahagia. Perceraian merupakan keputusan bersama untuk mengakhiri permasalahan dan perselisihan yang tidak dapat diselesaikan. Apabila akan bercerai umumnya terjadi pada usia awal pernikahan, perceraian umumnya terjadi pada usia lima sampai sepuluh tahun pernikahan (pusat nasional untuk statistic kesehatan, 2000).

Dalam perceraian berarti terjadi perubahan besar dalam hidup seseorang. Dari yang awalnya berdua menjadi kembali hidup sendiri. Rotterman (2007) melakukan penelitian yang menunjukkan hasil bahwa individu yang bercerai cenderung memiliki kemungkinan lebih besar mengalami depresi dibandingkan individu yang memutuskan mempertahankan keutuhan rumah tangganya. Perceraian merupakan keputusan besar yang diambil seseorang dalam kehidupannya. Saat manusia dihadapkan pada satu peristiwa besar dalam dirinya maka dirinya membutuhkan pertahanan diri yang kuat untuk

menghadapinya. Dalam bahasa ilmiah biasa disebut sebagai resiliensi diri. Kemampuan resiliensi diri atau kemampuan untuk bertahan dan bergerak maju setelah terjadi masalah besar itu sangat berbeda-beda bagi setiap individu.

Penelitian yang dilakukan oleh Fatimah (2017) menunjukkan hasil bahwa adanya pengaruh negative antara resiliensi dan distress psikologis, Individu yang bercerai atas alasan apapun dimungkinkan telah terjadi ketidakseimbangan antara keintiman, gairah dan komitmen yang dirasakan dengan pasangannya. Menurut berbagai penelitian yang telah dilakukan baik dalam bidang medis, pendidikan, sosial dan lain sebagainya resiliensi memiliki banyak penyebab yang melatar belakangi sehingga adanya perbedaan dari setiap individu. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Alayya (2017) dijelaskan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dengan resiliensi. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh seseorang yang sedang terpuruk maka tingkat resiliensi yang dimiliki juga akan naik.

Saat individu memutuskan untuk bercerai pastilah dilatar belakangi adanya masalah yang tidak terselesaikan antara dirinya dengan pasangan. Banyak individu yang menyalahkan dirinya serta menganggap ada yang tidak benar dengan dirinya. Bahkan individu bisa merasa bahwa dirinya adalah orang yang paling tidak beruntung di dunia karena mengalami perceraian. Maka saat terjadi hal tersebut individu haruslah mampu menyayangi dan mengasihi dirinya sendiri. Disaat terberat dalam hidup maka pelukan pada diri sendiri dianggap mampu untuk memberikan rasa aman dan nyaman. Kemampuan individu untuk menyayangi dan mengasihi diri sendiri dapat memberikan kekuatan yang mampu mengantarkan individu bergerak maju. Maka dalam penelitian ini kemampuan menyayangi dan mengasihi diri yang disebut sebagai *self compassions* dianggap sebagai salah satu factor yang dapat mengurangi dampak buruk dari perceraian. Selanjutnya selain kemampuan untuk menyayangi dan mengasihi diri sendiri yang dapat menciptakan kenyamanan dan kekuatan dalam menghadapi cobaan ada factor lain dari luar dirinya yaitu adanya dukungan sosial. Diyakini ataupun tidak saat terjadi suatu masalah atau tengah terpuruk seperti bercerai adanya dukungan sosial sangat mempengaruhi kestabilan emosi dan juga kemampuan untuk bertahan.

Tujuan dari penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui tingkat *self compassions* pada pelaku perceraian, (2) mengetahui tingkat dukungan sosial pada pelaku perceraian serta (3) mengetahui pengaruh *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar. Rumusan masalah yang dipaparkan adalah untuk menjawab pertanyaan tentang bagaimana tingkat *self compassions* dan dukungan sosial pada pelaku perceraian serta bagaimana pengaruh *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.

Newcomb (2006) menjelaskan resiliensi dapat diartikan sebagai mekanisme pertahanan seseorang yang melindungi dirinya sebagai mekanisme dalam mempertahankan saat terjadi masa - masa kritis yang terjadi sepanjang kehidupannya. Kemampuan daya lenting untuk mampu kembali ke kondisi normal setelah terjadi hantaman yang dahsyat dalam kehidupan adalah esensi dari yang disebut resiliensi. Sedangkan Masten (2001) menjelaskan resiliensi sebagai bentuk pola adaptasi positif yang dikembangkan oleh seseorang dalam menghadapi kesulitan dalam hidupnya. Menurutnya ada tiga factor yang melatarbelakangi terbentuknya resiliensi pada diri seseorang yaitu factor resiko, factor protektif dan juga hasil. Grotberg (1999) menjelaskan bahwa resiliensi bukanlah kekuatan *magic* yang hanya bisa dimiliki dan dikembangkan oleh orang tertentu saja, serta resiliensi bukanlah serta merta pemberian dari sang pencipta yang diberikan kepada orang - orang pilihan saja, namun resiliensi merupakan kemampuan manusia untuk menghadapi kesulitan yang terjadi, menjadi kuat dan bergerak maju setelah terjadi kesulitan dalam proses kehidupannya. Maka resiliensi dapat dimiliki oleh setiap manusia.

Neff dalam Hidayati (2015) menjelaskan *Self-compassions* adalah sebuah konsep yang diadaptasi dari ajaran budha tentang keharusan untuk mengasihi diri sendiri. Rasa kasih pada diri sendiri layaknya rasa yang muncul saat melihat orang lain dalam kesulitan atau kesusahan. Kristin Neff membawa konsep *self compassion* kepada ranah penelitian ilmiah. Konsep *compassion* yang merupakan salah satu dari unsur cinta melibatkan perasaan terbuka baik kepada orang lain maupun kepada diri sendiri. Perasaan cinta dan mengasihi yang sepenuhnya

dan mendalam. Perasaan ini haruslah perasaan yang tulus bukan perasaan untuk melindungi diri sendiri atau menghakimi baik orang lain atau keadaan.

Norris dan Kanniasty (1996) menjelaskan dukungan sosial sebagai hubungan yang di jalin oleh individu dengan individu lainnya berupa dukungan nyata yang mampu memberikan arti bahwa dirinya diterima, dihargai dan dicintai dalam suatu sistem sosial. Maka dukungan sosial memiliki dua aspek utama menurut pengertian diatas. Bahwa kedua aspek tersebut ialah dukungan yang diterima atau *received support* dan dukungan yang dirasakan atau *perceived support*.

Metode

Variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). variabel bebas dalam penelitian ini ada dua yaitu *self compassions* (X_1) dan dukungan sosial (X_2). Sedangkan variabel terikat pada penelitian ini adalah resiliensi diri (Y). Populasi yang menjadi subjek peneliti yaitu semua individu yang sedang berada dalam proses perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar. Populasi dari penelitian ini kurang dari 100 orang, maka dari itu semua yang berada dalam proses perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar dijadikan sebagai sample penelitian. Sehingga sample penelitian sebanyak 75 responden.

Teknik pengumpulan data menggunakan skala. Untuk mengukur variabel resiliensi diri, skala yang digunakan adalah *Connor-Davidson Resilience Sacle* (CD-RISC). Skala ini terdiri dari 25 item yang memiliki koefisien reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0.929. Untuk mengukur variabel *self compassions* digunakan skala *Self Compassions Scale* (SCS) yang memiliki 26 aitem dengan koefisien reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0.843. selanjutnya untuk mengukur variabel dukungan sosial digunakan skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang berisi 12 aitem dengan koefisien reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0.944.

Pada penelitian ini teknik analisis data menggunakan bantuan *software SPSS 16.0 for windows* dan *Microsoft excel 2010*. Adapun data yang diperoleh

melalui skala kuesioner dianalisis dengan teknik – teknik yang meliputi (1) analisis deskriptif menggunakan *software Microsoft excel 2010* (2) uji normalitas menggunakan uji *kolmogrov – Smirnov* (3) Uji Linieritas (4) Uji Multikorelasi (5) Uji Heterokidatisitas (6) Uji regresi linier ganda.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 75 responden yang diteliti, 15 responden berada pada tingkat resiliensi diri tinggi dengan prosentase sebesar 20 % dan 18 responden berada pada tingkat resiliensi diri rendah dengan kisaran prosentase sebesar 24 %. Sisanya sebanyak 42 responden berada pada tingkat resiliensi sedang dengan prosentase sebesar 56 %. Sedangkan untuk variabel *self compassions*, 22 responden berada pada tingkat *self compassions* tinggi dengan prosentase sebesar 29 % dan 15 responden berada pada tingkat *self compassions* rendah dengan kisaran prosentase sebesar 20 %. Sedangkan sisanya sebesar 38 responden berada pada tingkat *self compassions* sedang dengan prosentase sebesar 50 %. Untuk uji deskriptif variabel dukungan sosial menunjukkan hasil sebesar 17 responden berada pada tingkat dukungan sosial tinggi dengan prosentase sebesar 23 % dan 17 responden berada pada tingkat rendah dengan prosentase sebesar 23 %. Sisanya berada pada tingkat sedang sebanyak 41 responden dengan prosentase sebesar 54 %.

Tabel 1. Hasil Uji Deskriptif

Kategori	Persentase tiap Variabel		
	Resiliensi Diri	<i>Self compassions</i>	Dukungan Sosial
Tinggi	20%	29%	23%
Sedang	56%	50%	54%
Rendah	18%	20%	23%

Hasil uji asumsi menunjukkan ketiga variabel berdistribusi secara normal. Kedua variabel bebas diujikan dengan variabel terikat menunjukkan taraf signifikansi >0.05 yaitu *self compassions* sebesar 0.200 dan dukungan sosial sebesar 0.359. selanjutnya dalam uji linieritas hubungan kedua variabel memiliki *sig. deviation from linierity* untuk variabel *self compassions* sebesar 0.570 dan variabel dukungan sosial sebesar 0.737 maka dapat disimpulkan kedua variabel

bebas memiliki hubungan yang linier terhadap variabel terikat. Selanjutnya dalam uji multikorelasi digunakan patokan nolai VIF sebesar 10.00. dalam analisis ditemukan hasil nilai VIF untuk kedua variabel bebas sebesar 1.003. menurut kaidah apabila nilai VIF dibawah 10.00 maka tidak ada hubungan multikorelasi antar variabel bebas. Dalam uji heterokidatisitas menunjukkan nilai signifikasi dari variabel *self compassions* sebesar 0.538 ($p>0.05$) dan nilai signifikasi 0.116 ($p>0.05$) maka dapat disimpulkan tidak terjadi heterokidatisitas.

Hasil uji hipotesis menunjukkan variabel *self compassions* memiliki nilai signifikasi sebesar 0.036 ($p<0.05$) sedangkan pada variabel dukungan sosial menunjukkan nilai signifikasi sebesar 0.041 ($p<0.05$). hasil uji regresi linier ganda menunjukkan nilai signifikasi kedua variabel sebesar 0.012 ($p<0.05$). hasil ini dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh signifikan variabel *self compassions* dan dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar.

Diskusi

Neff (2007) menjelaskan bahwasanya *self compassions* sebagai sikap memiliki perhatian serta kebaikan terhadap diri sendiri ketika dihadapkan pada kesulitan atau kekurangan diri serta kegagalan dan mengerti bahwa semua situasi sulit yang terjadi pada dirinya adalah bagian dari kehidupannya sebagai seorang manusia. Pada pelaku perceraian pengambilan keputusan untuk bercerai bukanlah situasi yang mudah dan dapat dilakukan oleh siapa saja. Setiap manusia yang memulai untuk hidup bersama dalam biduk pernikahan tentunya tidak menginginkan adanya perceraian.

Saat manusia memutuskan untuk bercerai dibutuhkan kemampuan untuk bertahan dan menerima setiap keadaan. tidak jarang yang menganggap bahwa perceraian adalah bentuk sebuah kegagalan. Maka dalam menerima kegagalan dan kekurangan yang terjadi dalam kehidupannya manusia membutuhkan sikap untuk mampu tetap menyayangi dan mengasihi diri sendiri serta mampu berpikir obyektif. Dalam menentukan sikap yang dilakukan untuk dirinya sendiri inilah tingkat *self compassions* sangat menentukan.

Belum banyak penelitian yang membahas tentang *self compassions* pada pelaku perceraian sebelumnya. Penelitian ini berusaha mengupas bagaimana seseorang tetap mampu menyayangi dirinya dalam keadaan terpuruk sekalipun. Ada berbagai aspek dalam *self compassions* yang dijelaskan oleh Neff (2011). Beberapa aspek tersebut membutuhkan pemahaman dan pengenalan terhadap diri sendiri. Dalam aspek tersebut dijelaskan bahwasanya pemahaman dan penerimaan terhadap diri sendirilah yang menentukan manusia untuk mampu bertahan dalam kehidupan yang berat.

Dukungan sosial merupakan penerimaan dan sikap menyayangi yang diberikan oleh orang lain kepada individu. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari Rook dalam Smet (1994) bahwasanya dukungan sosial merupakan bentuk dari ikatan sosial. Saat manusia menjalin relasi sosial dengan individu lain maka akan terbentuk dukungan sosial. Dukungan sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri sehingga memudahkan individu dalam menentukan penyelesaian dari masalah yang sedang dihadapinya. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari Serason dalam Kuntjoro (2002) bahwasanya bentuk - bentuk dari dukungan sosial bisa berupa keberadaan, dukungan dan kasih sayang dari orang lain yang mampu membuat individu lebih percaya diri.

Pengambilan keputusan untuk bercerai tentunya didasarkan pada pertimbangan panjang oleh individu. Saat keputusan sudah dipilih tidak jarang individu yang merasa terpuruk dan merasa telah mengalami kegagalan dalam hidupnya. Sehingga disinilah bentuk dukungan sosial sangat diperlukan. Dukungan sosial dapat diberikan oleh keluarga, teman, orang terdekat dan juga lingkungan yang bersinggungan langsung dengan individu. Semakin erat hubungan antara individu dengan orang lain maka dukungan yang dirasakan akan semakin besar.

Dukungan sosial tidak hanya berupa semangat namun juga bisa berupa nasihat, pemberian alternative, penerimaan tanpa syarat dan pemberian dukungan. Manusia saat mengalami suatu masalah akan merasa terpuruk. Keterpurukan akan berlarut - larut atau tidak ditentukan oleh seberapa besar individu mampu bertahan.

Dalam penentuan dan pembentukan resiliensi diri pada pelaku perceraian dibutuhkan dua factor utama, yaitu factor internal dan juga factor eksternal. Factor internal merupakan sikap - sikap dan perlakuan yang berasal dari dalam diri individu untuk pembentukan resiliensi. Sedangkan factor eksternal merupakan pengaruh diluar individu yang turut membentuk terbentuknya resiliensi.

Penelitian Fatimah (2017) menunjukkan hasil bahwasanya seseorang yang memiliki resiliensi yang tinggi akan memiliki tingkat stress yang rendah. Penurunan tingkat stress sejalan dengan pernyataan dari serason dalam kuntjoro (2002) bahwasanya dukungan sosial mampu membuat si penerima merasa disayangi dan diterima. Saat individu merasa disayangi, diterima maka individu tidak akan merasa bahwa dirinya sendirian. Tingkat stress akan berkurang saat individu tidak merasa sendiri lagi.

Kehadiran factor internal dan juga factor eksternal dalam diri pelaku perceraian memiliki pengaruh yang hampir sama terhadap pembentukan resiliensi diri. Saat kedua variabel terkombinasi dengan baik maka resiliensi diri akan tercipta. Individu yang memiliki resiliensi diri yang baik akan mampu bertahan dan melanjutkan kehidupannya dengan baik.

Simpulan

Tingkat dukungan sosial pada pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar berdasarkan analisis diketahui bahwasanya dukungan sosial atau pengaruh eksternal memiliki peranan yang penting dalam kemampuan resiliensi para pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar. Selanjutnya tingkat *self compassions* atau dalam hal ini factor internal dalam diri pelaku perceraian di Pengadilan Agama Kabupaten Blitar menunjukkan prosentase sebesar 62 % dalam pembentukan resiliensi diri. Factor internal memiliki peranan penting dalam menghadapi setiap dinamika kehidupan.

Pengaruh dukungan sosial dan self compassions pada pembentukan resiliensi diri pelaku perceraian di Kabupaten Blitar menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai 0.012 (< 0.05). dengan artian variabel dukungan sosial

dan *self compassions* berpengaruh positif terhadap pembentukan resiliensi diri. Semakin baik tingkat dukungan sosial dan juga *self compassions* akan semakin meningkat pula resiliensi diri pelaku perceraian.

Daftar Pustaka

- Azzahra Fatimah. *Pengaruh resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa*. ISSN : 2301 - 8267. Vol. 05, No.1 Januari 2017
- Chaplin, J P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Pres
- Cohen, S. Syme, S.L. 1985. *Social support and Health*. Florida : Academid Press Inc.
- Data Badan Pusat Statistik tentang jumlah perceraian di Indonesia (<https://www.bps.go.id/KegiatanLain/view/id/140>)
- Data factor penyebab perceraian dari Pengadilan Agama Kabupaten Malang tahun 2010 - 2016 (<http://www.pa-malangkab.go.id/>)
- Data Jumlah Perceraian di Kabupaten Malang (<https://www.pa-malangkab.go.id/frontend/img/laporanperkaraditerima2016.jpg>)
- Grotberg, Edith H, 1999. *Tapping Your Inner Strength : How to Find the Resilience to Deal with Anything*. Oakland, CA : New Harbinger Publications, Inc
- Halimah . 2014 . *Kontribusi Kepribadian dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Isteri Dalam Menghadapi Perceraian*. *Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol. 5, No.1, Juni 2014
- Hewstone, M. Stroebe, G.M. 1996. *Introduction of Social Psychology*. 2nded. England : Blackwell Publishers.
- Kuntjoro Z, 2002. *Dukungan Sosial Pada Lansia*. <http://www.e-psikologi.co.id> Tanggal akses: 1 Mei 2018
- Masten, A. (2001). *Ordinary Magic: Resilience Process in Development*. *American Psychologist*, 56, 227-228.
- Mufidah, Alaiya Choiril . *Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi diri pada mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri* . *Jurnal sains psikologi*, jilid 6 , nomor 2, November 2017, hlm 69 - 75
- Neff, K. D. (2003). *Development and validation of a scale to measure self-compassion*. *Self and Identity*, 2, 223-250.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor ; 7 Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York, Broadway Books
- Santrock, John.W. 2012. *Life Span Development jilid 2*. Jakarta : Erlangga
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT Grasindo