



LEMBAR PERSETUJUAN PENELITIAN

(Informed Consent)

Penelitian ini merupakan penelitian tim dari Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik di bawah bimbingan Ima Fitri Sholichah, S. Psi., M.A. dan Setyani Alfinuha, S. Psi, M. Psi, Psikolog. Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu kegiatan dalam menyelesaikan proses belajar mengajar pada strata-1(S1) Sarjana Psikologi UMG. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana aktivitas Anda sehari-hari. Demi kepentingan penelitian ini kami meminta bantuan Anda untuk mengisi kuesioner yang kami lampirkan berikut sesuai dengan cara pengisian yang akan dijelaskan selanjutnya.

Identitas pribadi dan semua informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini dan kami menjamin kerahasiaan informasi tersebut. Anda berhak setuju atau menolak untuk menjadi partisipan tanpa ada sanksi dan konsekuensi buruk dikemudian hari. Resiko yang mungkin terjadi adalah Anda diminta meluangkan waktu selama 10-15 menit untuk menjawab pertanyaan. Atas perhatian dan kesediaan Anda menjadi partisipan dalam penelitian ini, kami mengucapkan terima kasih.

Gresik, 2023

(_____)

INFORMASI

DATA PRIBADI

Nama (boleh inisial) :

Nomor HP :

Tempat, tanggal lahir :

Agama :

Alamat :

Pendidikan terakhir :

Status pekerjaan :

DATA SUAMI

Nama :

Tempat, tanggal lahir :

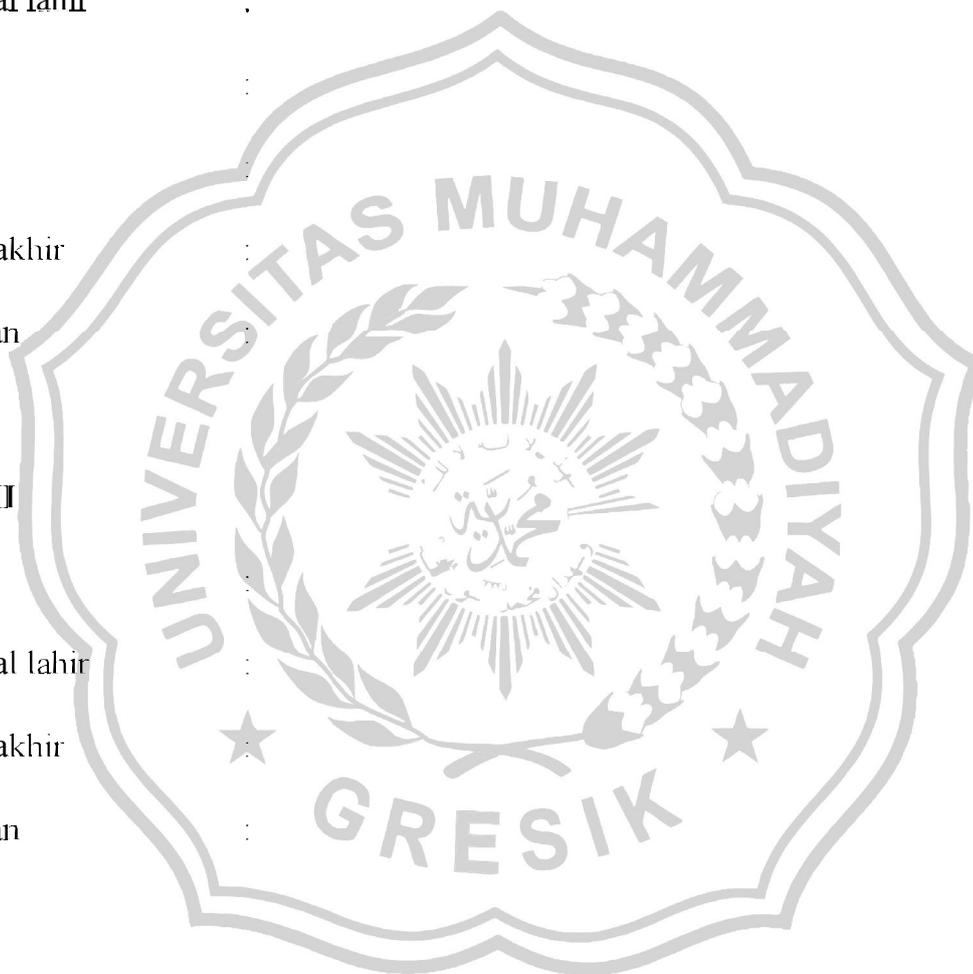
Pendidikan terakhir :

Status pekerjaan :

DATA ANAK

Jumlah anak :

Usia anak :



SKALA I

Petunjuk pengisian:

Berilah tanda centang (√) pada kolom dibawah yang sesuai dengan kondisi anda!

1 = Tidak pernah

4 = Sering

2 = Jarang

5 = Sangat sering

3 = Kadang-kadang

6 = Selalu

Pertanyaan berikut ini berkaitan dengan kondisi Anda pasca melahirkan/setelah melahirkan!

No	PERTANYAAN	1	2	3	4	5	6
1	Ketika anda bosan apakah anda merenung bentuk tubuh anda?						
2	Apakah anda pernah begitu khawatir dengan bentuk tubuh anda sehingga anda perlu untuk diet?						
3	Apakah anda berpikir bahwa paha, pinggul, atau bagian bawah tubuh anda terlalu besar untuk anda?						
4	Apakah anda takut jika anda akan menjadi gemuk?						
5	Apakah anda khawatir tentang tubuh anda menjadi tidak cukup kuat?						
6	Apakah timbul perasaan kenyang (misalkan: setelah makan dengan porsi besar) membuat anda merasa gemuk?						
7	Apakah anda merasa begitu buruk tentang bentuk tubuh anda sehingga anda menangis?						
8	Gerakan-gerakan ketika berlari membuat anda terlihat buruk secara fisik?						
9	Apakah berdampingan dengan wanita kurus membuat anda sadar dengan bentuk tubuh anda ?						
10	Apakah anda khawatir paha anda akan melebar ketika anda duduk?						
11	Ketika anda makan dengan porsi kecil, apakah anda merasa gemuk?						
12	Ketika anda memperhatikan tubuh wanita lain anda membandingkan tubuh anda dengan wanita lain dan anda merasa tidak sebaik tubuh anda?						
13	Apakah memikirkan bentuk tubuh anda mengganggu konsentrasi (misalnya: pada saat menonton televisi, membaca, mendengarkan percakapan)?						
14	Ketika anda mandi, membuat anda merasa gemuk?						
15	Apakah anda menghindari pakaian yang dapat menunjukkan bentuk tubuh anda?						
16	Apakah anda berpikir untuk menghilangkan bagian tubuh yang berlemak?						
17	Apakah memakan permen, kue, atau makanan berkalori tinggi lainnya memuat anda merasa gemuk?						

No	PERTANYAAN	1	2	3	4	5	6
18	Apakah anda menghindari hadir pada suatu acara, karena anda merasa bentuk tubuh anda buruk?						
19	Apakah anda merasa tubuh anda terlalu gemuk?						
20	Apakah anda merasa malu dengan bentuk tubuh anda?						
21	Apakah anda khawatir dengan bentuk tubuh anda dan berpikir untuk diet?						
22	Apakah anda merasa senang dengan tubuh anda saat anda belum sarapan?						
23	Menurut anda bentuk tubuh anda sekarang dikarenakan pengendalian diri anda lemah?						
24	Apakah anda khawatir orang lain melihat timbunan lemak di sekitar pinggang atau perut anda?						
25	Apakah anda merasa tidak adil ketika wanita yang lebih kurus dari anda?						
26	Apakah anda memutahkan makanan supaya anda merasa lebih kurus?						
27	Ketika bersama orang lain apakah anda merasa khawatir bahwa anda mengambil tempat terlalu banyak (misalnya: duduk di sofa, atau kursi bus)?						
28	Apakah anda khawatir pipi anda terlihat <i>chubby</i> ?						
29	Ketika anda bercemin apakah anda merasa buruk dengan bentuk tubuh anda?						
30	Anda menjepit (dengan jari) bagian tubuh tertentu untuk melihat berapa banyak lemak yang ada?						
31	Apakah anda menghindari situasi di mana orang lain bisa melihat tubuh anda (misalnya kamar ganti atau kamar mandi bersama ketika berenang)?						
32	Apakah anda meminum obat pencuci perut agar lebih kurus?						
33	Apakah anda sadar tentang bentuk tubuh anda ketika bersama dengan orang lain?						
34	Apakah anda khawatir tentang bentuk tubuh anda sehingga perlu berolahraga?						



LEMBAR PERSETUJUAN PENELITIAN

(Informed Consent)

Penelitian ini merupakan penelitian tim dari Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik di bawah bimbingan Ima Fitri Sholichah, S. Psi., M.A. dan Setyani Alfinuha, S. Psi, M. Psi, Psikolog. Penelitian ini dilakukan sebagai salah satu kegiatan dalam menyelesaikan proses belajar mengajar pada strata-1(S1) Sarjana Psikologi UMG. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana aktivitas Anda sehari-hari. Demi kepentingan penelitian ini kami meminta bantuan Anda untuk mengisi kuesioner yang kami lampirkan berikut sesuai dengan cara pengisian yang akan dijelaskan selanjutnya.

Identitas pribadi dan semua informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini dan kami menjamin kerahasiaan informasi tersebut. Anda berhak setuju atau menolak untuk menjadi partisipan tanpa ada sanksi dan konsekuensi buruk dikemudian hari. Resiko yang mungkin terjadi adalah Anda diminta meluangkan waktu selama 10-15 menit untuk menjawab pertanyaan. Atas perhatian dan kesediaan Anda menjadi partisipan dalam penelitian ini, kami mengucapkan terima kasih.

Gresik,

2023

(_____)

INFORMASI

DATA PRIBADI

Nama (boleh inisial) :

Nomor HP :

Tempat, tanggal lahir :

Agama :

Alamat :

Pendidikan terakhir :

Status pekerjaan :

DATA SUAMI

Nama :

Tempat, tanggal lahir :

Pendidikan terakhir :

Status pekerjaan :

DATA ANAK

Jumlah anak :

Usia anak :



SKALA II

Petunjuk pengisian:

Kami ingin mengetahui bagaimana perasaan Anda tentang penampilan Anda pasca melahirkan/ setelah melahirkan. Mohon dibaca dengan teliti dan jawab setiap pernyataan sesuai dengan keadaan Anda. Beri tanda silan (X) pada kolom yang sudah disediakan. Mohon dijawab seluruh pernyataan berikut.

Pilihan jawaban:

Tidak Pernah : TP
 Jarang : J
 Kadang-kadang : K
 Sering : S
 Sangat Sering : SS

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

NO	PERNYATAAN	JAWABAN				
		TP	J	K	S	SS
11	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.	TP	J	K	S	SS
12	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan.	TP	J	K	S	SS
13	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya.	TP	J	K	S	SS
14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.	TP	J	K	S	SS
15	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya.	TP	J	K	S	SS
16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya.	TP	J	K	S	SS
17	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar.	TP	J	K	S	SS
18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup.	TP	J	K	S	SS
19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan.	TP	J	K	S	SS
20	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan.	TP	J	K	S	SS

NO	PERNYATAAN	JAWABAN				
		TP	J	K	S	SS
21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan.	TP	J	K	S	SS
22	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan.	TP	J	K	S	SS
23	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya.	TP	J	K	S	SS
24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan kejadian tersebut.	TP	J	K	S	SS
25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.	TP	J	K	S	SS
26	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.	TP	J	K	S	SS



Surat Persetujuan Expert Judgment

Nama : Ibu Fitri Sholichah, S. Psi., M.A.
Pekerjaan : Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik
Instansi : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik

Dengan ini menyatakan instrument/alat ukur *self-compassion* (variabel X) dan *body dissatisfaction* (variabel Y) pada penelitian dengan judul “Pengaruh *Self-compassion* terhadap *Body dissatisfaction* pada ibu anggota posyandu”

Oleh mahasiswa:

Nama : Sitayanti Ramadhani

NIM : 200701043

Program studi : Psikologi

Dapat disetujui dan layak digunakan dalam penelitian. Demikian surat persetujuan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gresik, 18 April 2023

Expert Judgement

(Fitri Sholichah, S.Psi., M.A.)

Surat Persetujuan Expert Judgment

Nama : Ibu Setyani Alfinuha, S. Psi, M. Psi, Psikolog
Pekerjaan : Dosen Fakultas Psikologi universitas Muhammadiyah Gresik
Instansi : Fakultas psikologi universitas Muhammadiyah Gresik

Dengan ini menyatakan instrument/alat ukur *self-compassion* (variabel X) dan *body dissatisfaction* (variabel Y) pada penelitian dengan judul “Pengaruh *Self-compassion* terhadap *Body dissatisfaction* pada ibu anggota posyandu”

Oleh mahasiswa:

Nama : Sitayanti Ramadhani
NIM : 200701043
Program studi : Psikologi

Dapat disetujui dan layak digunakan dalam penelitian. Demikian surat persetujuan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gresik, 15 Mei 2023

Expert Judgement

(Setyani Alfinuha, S.Psi, M.Psi, Psikolog)



13.55



Regina Napitupulu

reginapitupulu



Halloo, selamat malam.



Iya betul

Saya sitayanti ramadhani mahasiswa psikologi universitas muhammadiyah gresik, kebetulan saya sedang melakukan penelitian mengenai body dissatisfaction, saya boleh izin untuk menggunakan alat ukur mengenai body dissatisfaction. 🙏

Sebelumnya maaf kak, mau tanya untuk skala body dissatisfaction yang kakak gunakan pada skripsi, itu kakak adaptasi atau bagaimana kalau boleh tau? 🙏

6 MEI 11.40



Iyaaa, aku terjemahin gituu

6 MEI 14.03

Saya izin menggunakan alat ukur mengenai body dissatisfaction punya kakak yaa. Terimakasih kak 🙏

6 MEI 16.59



Siapp! Sama2 💕🥰

Ketuk dua kali untuk ❤️



Kirim pesan...











LAMPIRAN 6



Hasil Uji Validitas *Self-compassion*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	62.89	85.832	.230	.647
X02	62.48	81.811	.326	.636
X03	61.02	90.111	-.098	.678
X04	62.70	80.305	.423	.628
X05	61.04	87.020	.017	.669
X06	62.24	82.408	.274	.641
X07	61.74	84.242	.246	.644
X08	61.91	85.103	.100	.659
X09	61.85	81.065	.355	.633
X10	61.57	84.562	.148	.653
X11	62.26	85.975	.123	.654
X12	61.41	81.492	.382	.632
X13	61.78	84.041	.161	.652
X14	61.37	81.705	.305	.638
X15	61.41	84.292	.151	.653
X16	62.09	85.414	.150	.652
X17	61.57	82.785	.276	.641
X18	61.83	79.036	.441	.624
X19	61.37	82.727	.220	.646
X20	61.00	87.244	.046	.661
X21	62.33	85.602	.141	.653
X22	61.24	85.786	.121	.655
X23	61.63	80.771	.389	.631

X24	62.09	80.792	.319	.635
X25	61.87	83.583	.219	.646
X26	61.30	83.505	.223	.646

Hasil uji Reliabilitas *Self-compassion*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.656	26





Hasil Uji Validitas *Body Dissatisfaction*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	61.89	627.432	.340	.938
Y02	61.65	587.476	.759	.934
Y03	61.98	617.444	.473	.937
Y04	61.33	582.136	.729	.934
Y05	61.50	622.256	.446	.937
Y06	61.61	601.666	.645	.935
Y07	62.67	638.580	.336	.938
Y08	62.67	632.758	.596	.937
Y09	61.59	597.892	.777	.934
Y10	62.26	615.264	.556	.936
Y11	62.67	637.469	.410	.938
Y12	61.78	617.863	.452	.938
Y13	62.54	624.298	.543	.937
Y14	62.04	609.731	.598	.936
Y15	60.59	595.848	.568	.937
Y16	61.30	579.728	.780	.934
Y17	62.04	618.576	.454	.937
Y18	62.87	648.427	.326	.939
Y19	61.78	602.041	.708	.935
Y20	62.46	621.098	.563	.937
Y21	61.63	583.927	.777	.934
Y22	62.02	620.866	.440	.938
Y23	62.26	607.708	.758	.935

Y24	61.65	591.610	.746	.934
Y25	62.61	627.799	.503	.937
Y26	62.80	638.783	.395	.938
Y27	62.72	633.274	.651	.937
Y28	62.35	621.210	.486	.937
Y29	62.15	620.399	.486	.937
Y30	61.89	597.255	.714	.935
Y31	61.50	607.856	.387	.940
Y32	62.78	635.863	.390	.938
Y33	61.15	609.643	.477	.938
Y34	61.65	612.676	.510	.937

Hasil Uji Reliabilitas *Body Dissatisfaction*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.938	34



UJI NORMALITAS DAN LINEARITAS

Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Self compassion	.081	46	.200*	.970	46	.284
Body dissatisfaction	.125	46	.067	.904	46	.001

Uji Linieritas

ANOVA Table

		Sig.
Body dissatisfaction * Self compassion	Between Groups (Combined)	.163
	Linearity	.032
	Deviation from Linearity	.223
	Within Groups	
	Total	



Hasil Uji Hipotesis

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.299 ^a	.089	.068	24.624

a. Predictors: (Constant), Self-compassion

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2611.419	1	2611.419	4,307	.044 ^b
	Residual	26679.038	44	606.342		
	Total	29290.457	45			

a. Dependent Variable: Body dissatisfaction

b. Predictors: (Constant), Self-compassion





Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 17%

Date: Selasa, Juni 27, 2023

Statistics: 2093 words Plagiarized / 12487 Total words

Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

PENGARUH SELF-COMPASSION TERHADAP BODY DISSATISFACTION PADA IBU ANGGOTA POSYANDU XY SKRIPSI Disusun Oleh: SITAYANTI RAMADHANI 200701043 FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK GRESIK 20231 BAB I

PENDAHULUAN 1.1 Latar Belakang Menjadi ibu adalah proses mencoba berulang-ulang untuk mempelajari peran baru dan identitas menjadi seorang ibu (Mercer & Ferketich, 1995).

Menjadi seorang ibu merupakan hal yang membanggakan karena saat menjadi ibu kita belajar untuk merawat anak dengan baik, mempelajari proses saat membesarkan anak di mana pada diri setiap anak memiliki karakter yang berbeda, mengajari banyak hal, merasakan kebahagiaan melihat proses tubuh dan perkembangan pada anak. Seorang ibu yang baik adalah bagian penting dalam menjalankan peran ibu. Ibu yang baik selalu memberikan kasih sayang pada anak-anaknya. Seorang ibu yang baik diharapkan untuk menempatkan kebutuhan anaknya di atas kebutuhannya sendiri, dan harus rela mengorbankan dirinya untuk memenuhi kebutuhan anaknya (Lupton & Fenwick, 2001).

Selain itu, menjadi seorang ibu muda merasakan hal baru yang berbeda pada tubuhnya dan dirinya, di mana setelah melahirkan, ada perbedaan antara persalinan secara normal dan operasi caesar, perbedaan yang khas adalah ibu melahirkan biasanya mengalami perubahan pada otot panggul, serta nyeri pada vagina akibat pembengkakan pada daerah sekitar uretra dan kandung kemih, terutama pada ibu yang sengaja dirobrek untuk membuat jalan lahir lebih besar, bekas luka pada ibu pasca melahirkan sering kali membuat tidak nyaman (Astuti, 2017). Terdapat berbagai perubahan fisik maupun psikologis yang dialami ibu setelah melahirkan. Beberapa ibu juga mengeluh bahwa pasca melahirkan anaknya, perut menjadi melebar dan bentuk payudara turun akibat









PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK



Nomor : 144/II.3.UMG/Psi/A/2023
Lamp. : -
Hal : *Ijin Penelitian*

Kepada Yth.
Kepala Posyandu Desa Kemudi
Desa Kemudi Duduk Sampayan Gresik
di

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Berkenaan dengan Tugas Penyusunan Skripsi oleh mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik, maka kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Sitayanti Ramadhani
NPM : 200701043
Semester : VI (Enam)
Alamat : Perum Bukit Mas Dahan Rejo E3/17 Gresik
No Telepon : 081259210623
Judul Skripsi : Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Ibu Menyusui

Kami berharap bantuan untuk memberikan ijin Penelitian pada mahasiswa kami dalam melakukan penelitian guna memperoleh bahan-bahan untuk menyusun Skripsi pada perusahaan/instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun teknik pengambilan data yang dibutuhkan adalah Sebar Kuesioner.

Perlu kami sampaikan bahwa bahan-bahan yang diperoleh hanya untuk kepentingan penelitian dan tidak akan dipergunakan untuk hal-hal yang merugikan perusahaan/instansi Bapak/Ibu.

Demikian untuk dimaklumi, atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Gresik, 16 April 2023

Ka. Prodi



Ima Fitri Sholichah, S.Psi., M.A

Tindakan:

1. Arsip

AKREDITASI BAN-PT
192/SK/BAN-PT/AK-PPJ/S/2021

The Power of Islamic Entrepreneurship

Jl. Sumatera 101 Gresik Kota Baru (GKB) Gresik 61121 Telp. (031) 3951414, Fax (031) 3952585 Website <http://www.umg.ac.id>, Email info@umg.ac.id



