

## Lampiran 1. Kuesioner Penelitian

### PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Bapak/Ibu yang saya hormati,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aliyah Nadidah

No Reg : 1125121006

Saya adalah mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang sedang melakukan penelitian skripsi mengenai “Pengaruh *Self-Compassion* terhadap Strategi *Coping* Adaptif pada Profesi Psikolog.” Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empirik mengenai bagaimana sikap dalam menghadapi masa-masa sulit selama berprofesi sebagai Psikolog.

Oleh karena itu, saya mohon dengan kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat menjadi responden dalam penelitian ini. Data yang Bapak/Ibu berikan akan dijaga kerahasiaannya dan hasilnya tidak akan mempengaruhi penilaian apapun atas diri Anda. Dalam instrumen ini, tidak ada jawaban yang dinilai benar ataupun salah. Oleh sebab itu, saya berharap Bapak/Ibu dapat menjawab setiap pernyataan yang sesuai menggambarkan diri Anda.

Atas perhatian dan kerjasama Anda, saya mengucapkan terima kasih.

Jakarta, 26 Mei 2016

Peneliti,

**Aliyah Nadidah**

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN  
PARTISIPASI PENELITIAN**

Dengan ini saya menyatakan persetujuan saya untuk dapat ikut berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Strategi *Coping* Adaptif Pada Profesi Psikolog.” Saya menyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini saya lakukan secara sukarela atau tanpa paksaan dari pihak manapun.

Saya juga memperkenankan kepada peneliti untuk menggunakan data-data yang saya berikan untuk dipergunakan sesuai dengan kepentingan dan tujuan penelitian. Saya menyadari dan memahami bahwa data yang saya berikan dan yang akan digunakan memuat informasi-informasi yang jelas tentang diri saya. Berbagai informasi seperti identitas pribadi yang saya berikan, hanya saya izinkan untuk diketahui oleh peneliti.

Jakarta,                      2016

---

**DATA RESPONDEN**

Nama lengkap/Inisial :

Usia : Tahun

Jenis kelamin :  Pria  Wanita

Bidang profesi psikologi :

Profesi utama :

Pendidikan terakhir :

Lama menjalani profesi :  1 – 5 tahun  6 – 10 tahun  Lainnya

Rata-rata waktu bekerja perminggu :

1 – 10 jam  11 – 20 jam  21 – 30 jam  Lainnya .....

### Petunjuk Pengisian

1. Baca dan pahami setiap pernyataan secara seksama sebelum menjawab.
2. Instrumen ini terbagi menjadi dua bagian. Bagian pertama memuat 26 butir pernyataan dan bagian kedua memuat 40 butir pernyataan.
3. Di sebelah kanan setiap pernyataan terdapat **5 (lima) pilihan jawaban** yaitu **hampir tidak pernah, sangat jarang, kadang-kadang, sangat sering, hampir selalu**.
4. Berilah tanda *checklist* (✓) pada kolom jawaban yang mewakili atau sesuai dengan kondisi yang Saudara alami.

No	Pernyataan	Hampir Tidak Pernah	Sangat Jarang	Kadang-kadang	Sangat Sering	Hampir Selalu
1	Saya tidak dapat menerima kekurangan yang saya miliki				✓	

5. Jika Anda ingin mengganti jawaban, coret tanda *checklist* dengan memberikan tanda sama dengan (=), kemudian silahkan pilih kembali jawaban yang mewakili diri Saudara.

Contoh:

No	Pernyataan	Hampir Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Hampir Selalu
1	Saya tidak dapat menerima kekurangan yang saya miliki		✓		≠	

6. Untuk mempermudah proses penelitian, **mohon identitas diri responden diisi secara benar dan lengkap**.
7. Mohon instrumen ini dikembalikan kepada peneliti setelah Bapak/Ibu mengisinya. Sebelum dikembalikan, mohon kiranya Bapak/Ibu meneliti kembali setiap butir pernyataan hingga dapat **dipastikan tidak ada satu butir pertanyaan terlewat dijawab**.

### INSTRUMEN *SELF-COMPASSION*

Pada bagian ini, berisi beberapa pernyataan mengenai sikap Anda dalam menghadapi masa-masa sulit. Bacalah setiap pernyataan berikut ini dengan seksama. Tidak ada jawaban **benar** atau **salah**. Oleh karena itu, **pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri Anda**.

No	Pernyataan	Hampir Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Hampir Selalu
1	Saya tidak dapat menerima kekurangan yang saya miliki					
2	Saya cenderung terpaku pada hal-hal yang buruk ketika saya menghadapi kesulitan					
6	Saya merasa tidak berdaya ketika gagal mencapai sesuatu yang penting					
7	Saya mengingatkan diri bahwa banyak orang di luar sana juga memiliki perasaan seperti saya ketika sedang terpuruk					
9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya mencoba untuk menjaga emosi saya tetap stabil					
10	Saya mencoba mengingatkan diri saya sendiri bahwa tidak ada manusia yang sempurna					
11	Saya tidak dapat memaklumi sifat-sifat saya yang tidak saya sukai					
12	Saya mencoba untuk menunjukkan perhatian pada diri sendiri ketika melalui masa-masa sulit					
13	Ketika saya merasa terpuruk, saya merasa orang lain lebih bahagia daripada saya					

No	Pernyataan	Hampir Tidak Pernah	Jarang	Kadang- kadang	Sering	Hampir Selalu
14	Saya mencoba untuk memandangi situasi secara objektif ketika menghadapi situasi yang sulit					
15	Saya mencoba untuk melihat kegagalan sebagai hal yang manusiawi					
17	Ketika saya gagal dalam mencapai sesuatu yang penting, saya berusaha menerimanya					
19	Saya berbaik hati pada diri sendiri ketika mengalami penderitaan					
20	Saya mudah terbawa emosi ketika sesuatu membuat saya kesal					
22	Ketika saya merasa terpuruk, saya mencoba untuk berlapang dada					
24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung merespon kejadian tersebut secara berlebihan					
25	Ketika saya gagal mencapai sesuatu yang menurut saya penting, saya merasa bahwa diri saya sendiri yang menderita					
26	Saya mencoba memahami dan menerima aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					

### INSTRUMEN STRATEGI *COPING* ADAPTIF

Pada bagian ini, berisi pernyataan-pernyataan yang dapat mengindikasikan perilaku dan sikap Anda ketika menghadapi permasalahan dan situasi yang menekan. Bacalah setiap pernyataan berikut ini dengan seksama. Tidak ada jawaban **benar** ataupun **salah**. Oleh karena itu, **pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri Anda**.

No	Pernyataan	Hampir Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Hampir Selalu
1	Saya berupaya untuk mengatasi situasi yang membuat saya tertekan					
3	Saya membiarkan masalah selesai dengan sendirinya					
5	Saya meminta pendapat dari orang lain mengenai permasalahan yang saya alami					
7	Saya merasa sulit untuk menilai permasalahan dari segi positif					
9	Saya merasa permasalahan saya melebihi batas kemampuan saya					
11	Saya melakukan berbagai cara untuk mengatasi situasi yang menekan					
13	Saya memikirkan hal lain yang tidak berkaitan dengan permasalahan saya					
15	Saya mencoba untuk menyesuaikan diri dengan situasi yang membuat saya tertekan					
17	Saya melaksanakan strategi untuk menyelesaikan permasalahan saya					

No	Pernyataan	Hampir Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Hampir Selalu
19	Saya yakin orang lain dapat membantu menangani permasalahan saya					
21	Saya merasa bahwa permasalahan tidak memberikan manfaat bagi saya					
23	Saya menghindari bantuan orang lain dalam menyelesaikan permasalahan saya					
25	Saya merasa sulit dalam menentukan solusi atas permasalahan yang saya hadapi					
27	Saya menerima situasi yang terjadi dengan lapang dada					
29	Saya mencoba memikirkan solusi terbaik untuk menangani permasalahan					
31	Saya berusaha menerima keadaan yang terjadi dengan apa adanya					
33	Saya menentukan langkah untuk mengatasi masalah dengan sungguh-sungguh					
35	Saya percaya bahwa terdapat hikmah dari setiap permasalahan					
37	Saya mempertimbangkan beberapa alternatif dalam pemecahan masalah					
39	Saya mencoba untuk menerima takdir yang sudah ditetapkan dalam hidup saya					

**Terima Kasih atas Partisipasi Anda**



## Lampiran 2. Reliabilitas Instrumen Uji Coba *Self-Compassion*

-----

SUMMARY OF 30 MEASURED Person

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	98.5	26.0	1.38	.28	1.01	-.1	.99	-.1
S.D.	8.1	.0	.64	.02	.41	1.5	.40	1.5
MAX.	117.0	26.0	3.10	.35	2.10	3.2	2.09	3.2
MIN.	73.0	26.0	-.44	.26	.41	-2.7	.39	-2.9
REAL RMSE	.31	TRUE SD	.56	SEPARATION	1.81	Person	RELIABILITY	.77
MODEL RMSE	.28	TRUE SD	.57	SEPARATION	2.00	Person	RELIABILITY	.80
S.E. OF Person MEAN = .12								

-----

Person RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = .99  
 CRONBACH ALPHA (KR-20) Person RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .80

SUMMARY OF 26 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	113.7	30.0	.00	.27	.99	-.1	.99	-.1
S.D.	11.7	.0	.78	.02	.36	1.5	.36	1.5
MAX.	134.0	30.0	2.00	.32	2.10	3.5	2.13	3.6
MIN.	81.0	30.0	-1.58	.24	.36	-3.4	.36	-3.4
REAL RMSE	.28	TRUE SD	.73	SEPARATION	2.61	Item	RELIABILITY	.87
MODEL RMSE	.27	TRUE SD	.73	SEPARATION	2.76	Item	RELIABILITY	.88
S.E. OF Item MEAN = .16								

-----

UMEAN=.0000 USCALE=1.0000  
 Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00  
 780 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 1608.08 with 722 d.f. p=.0000  
 Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .6946

### Lampiran 3. Reliabilitas Instrumen Uji Coba Strategi *Coping* Adaptif

SUMMARY OF 30 MEASURED Person								
	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	154.1	40.0	1.79	.25	1.03	-.1	1.01	-.2
S.D.	12.7	.0	.78	.01	.52	2.3	.47	2.2
MAX.	176.0	40.0	3.24	.28	2.55	5.3	2.26	4.6
MIN.	124.0	40.0	.03	.23	.25	-5.0	.25	-5.1
REAL RMSE	.28	TRUE SD	.72	SEPARATION	2.59	Person RELIABILITY	.87	
MODEL RMSE	.25	TRUE SD	.73	SEPARATION	2.93	Person RELIABILITY	.90	
S.E. OF Person MEAN = .14								
Person RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = 1.00								
CRONBACH ALPHA (KR-20) Person RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .90								
SUMMARY OF 40 MEASURED Item								
	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	115.6	30.0	.00	.29	.99	-.3	1.01	-.2
S.D.	12.8	.0	1.02	.01	.42	1.7	.43	1.7
MAX.	131.0	30.0	2.97	.31	1.95	2.9	1.95	2.9
MIN.	76.0	30.0	-1.31	.25	.35	-3.7	.36	-3.6
REAL RMSE	.31	TRUE SD	.97	SEPARATION	3.11	Item RELIABILITY	.91	
MODEL RMSE	.29	TRUE SD	.97	SEPARATION	3.37	Item RELIABILITY	.92	
S.E. OF Item MEAN = .16								
UMEAN=.0000 USCALE=1.0000								
Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00								
1200 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 2260.74 with 1128 d.f. p=.0000								
Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .6362								

Lampiran 4. Validitas Instrumen Uji Coba *Self-Compassion*

## Item STATISTICS: ENTRY ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL		INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT MATCH		Item
				S.E.	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.	OBS%	EXP%		
1	95	30	1.21	.24	.36	-3.4	.36	-3.4	.52	.43	70.0	48.3	N1	
2	109	30	.36	.25	1.09	.4	1.08	.4	.55	.42	46.7	50.8	N2	
3	124	30	-.70	.28	1.13	.6	1.10	.5	.16	.39	56.7	55.3	N3	
4	134	30	-1.58	.32	1.00	.1	.94	-.2	.53	.35	66.7	56.7	N4	
5	81	30	2.00	.24	2.10	3.5	2.13	3.6	-.06	.44	30.0	47.2	N5	
6	117	30	-.18	.27	1.10	.5	1.11	.5	.43	.40	40.0	55.7	N6	
7	109	30	.36	.25	1.38	1.4	1.48	1.7	-.25	.42	36.7	50.8	N7	
8	101	30	.86	.25	.78	-.9	.78	-.9	.60	.43	43.3	48.1	N8	
9	118	30	-.25	.27	.66	-1.4	.67	-1.4	.47	.40	76.7	55.9	N9	
10	122	30	-.55	.28	.96	-.1	.95	-.1	.44	.39	56.7	55.5	N10	
11	122	30	-.55	.28	1.01	.1	1.00	.1	.63	.39	50.0	55.5	N11	
12	106	30	.55	.25	1.07	.3	1.05	.3	.15	.42	40.0	49.6	N12	
13	108	30	.42	.25	1.53	1.9	1.52	1.8	.43	.42	33.3	50.4	N13	
14	127	30	-.94	.29	.46	-2.7	.53	-2.3	.46	.38	73.3	53.5	N14	
15	125	30	-.78	.28	.99	.0	.99	.1	.37	.38	60.0	54.8	N15	
16	112	30	.16	.26	1.22	.9	1.23	.9	.61	.41	50.0	52.5	N16	
17	117	30	-.18	.27	.50	-2.3	.49	-2.4	.58	.40	73.3	55.7	N17	
18	106	30	.55	.25	1.06	.3	1.04	.2	.56	.42	43.3	49.6	N18	
19	103	30	.74	.25	.76	-.9	.75	-1.0	.33	.43	46.7	48.4	N19	
20	96	30	1.15	.24	1.03	.2	1.04	.2	.49	.43	46.7	48.0	N20	
21	122	30	-.55	.28	.87	-.4	.85	-.5	.66	.39	56.7	55.5	N21	
22	121	30	-.47	.27	.48	-2.5	.50	-2.4	.38	.39	80.0	55.8	N22	
23	121	30	-.47	.27	.90	-.3	.93	-.2	.40	.39	60.0	55.8	N23	
24	124	30	-.70	.28	1.33	1.3	1.34	1.3	.34	.39	40.0	55.3	N24	
25	114	30	.03	.26	1.01	.1	1.00	.1	.49	.41	43.3	54.4	N25	
26	121	30	-.47	.27	1.03	.2	1.03	.2	.54	.39	53.3	55.8	N26	
MEAN	113.7	30.0	.00	.27	.99	-.1	.99	-.1			52.8	52.9		
S.D.	11.7	.0	.78	.02	.36	1.5	.36	1.5			13.6	3.2		

Lampiran 5. Validitas Instrumen Uji Coba Strategi *Coping* Adaptif

Item STATISTICS: ENTRY ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL	INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT MATCH		Item
				S. E.	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.	OBS%	EXP%	
1	126	30	-.84	.30	.78	-1.0	.87	-.5	.56	.44	66.7	55.3	N1
2	76	30	2.97	.25	1.75	2.6	1.87	2.8	-.01	.50	30.0	50.1	N2
3	120	30	-.33	.29	1.63	2.3	1.66	2.4	.10	.44	46.7	56.5	N3
4	122	30	-.50	.29	.57	-2.1	.57	-2.1	.58	.44	73.3	56.6	N4
5	101	30	1.19	.28	1.28	1.0	1.30	1.1	.25	.45	43.3	55.4	N5
6	102	30	1.11	.28	.71	-1.1	.71	-1.1	.30	.45	53.3	55.2	N6
7	124	30	-.67	.29	.93	-.2	.92	-.3	.58	.44	63.3	55.8	N7
8	123	30	-.58	.29	.73	-1.2	.73	-1.2	.60	.44	63.3	56.2	N8
9	124	30	-.67	.29	.95	-.1	1.00	.1	.55	.44	60.0	55.8	N9
10	98	30	1.42	.28	1.95	2.9	1.95	2.9	.20	.46	56.7	55.5	N10
11	115	30	.08	.28	1.36	1.4	1.38	1.5	.29	.45	56.7	56.4	N11
12	98	30	1.42	.28	1.35	1.3	1.38	1.4	.35	.46	50.0	55.5	N12
13	100	30	1.26	.28	1.22	.9	1.17	.7	.40	.46	53.3	55.5	N13
14	127	30	-.93	.30	.70	-1.4	.70	-1.4	.70	.44	56.7	55.7	N14
15	118	30	-.16	.29	.83	-.6	.84	-.6	.40	.45	56.7	56.4	N15
16	120	30	-.33	.29	1.79	2.7	1.76	2.7	.52	.44	40.0	56.5	N16
17	119	30	-.25	.29	.60	-1.8	.60	-1.8	.70	.45	70.0	56.7	N17
18	125	30	-.76	.30	.35	-3.7	.36	-3.6	.75	.44	83.3	55.3	N18
19	98	30	1.42	.28	1.15	.6	1.16	.7	.28	.46	40.0	55.5	N19
20	101	30	1.19	.28	1.78	2.5	1.82	2.6	-.05	.45	26.7	55.4	N20
21	127	30	-.93	.30	.62	-1.8	.64	-1.7	.66	.44	70.0	55.7	N21
22	118	30	-.16	.29	.79	-.8	.80	-.8	.56	.45	56.7	56.4	N22
23	103	30	1.03	.28	1.28	1.1	1.27	1.0	-.14	.45	33.3	55.1	N23
24	127	30	-.93	.30	.48	-2.7	.50	-2.6	.68	.44	70.0	55.7	N24
25	117	30	-.08	.29	1.00	.1	1.01	.1	.42	.45	53.3	56.5	N25
26	126	30	-.84	.30	.94	-.2	.91	-.3	.57	.44	56.7	55.3	N26
27	126	30	-.84	.30	.68	-1.5	.70	-1.4	.66	.44	63.3	55.3	N27
28	125	30	-.76	.30	.37	-3.5	.40	-3.3	.70	.44	76.7	55.3	N28
29	129	30	-1.12	.31	.42	-3.1	.44	-3.0	.82	.43	76.7	56.1	N29
30	94	30	1.72	.27	1.59	1.9	1.65	2.1	.21	.47	50.0	56.2	N30
31	117	30	-.08	.29	.69	-1.3	.73	-1.1	.45	.45	66.7	56.5	N31
32	127	30	-.93	.30	1.11	.5	1.27	1.1	.29	.44	53.3	55.7	N32
33	126	30	-.84	.30	.53	-2.4	.55	-2.3	.69	.44	63.3	55.3	N33
34	110	30	.48	.28	1.07	.4	1.08	.4	.32	.45	43.3	55.1	N34
35	131	30	-1.31	.31	.58	-2.1	.57	-2.1	.74	.42	70.0	57.0	N35
36	124	30	-.67	.29	1.34	1.4	1.30	1.2	.76	.44	50.0	55.8	N36
37	125	30	-.76	.30	.70	-1.4	.71	-1.3	.73	.44	63.3	55.3	N37
38	99	30	1.34	.28	.78	-.8	.79	-.8	.42	.46	40.0	55.0	N38
39	107	30	.72	.28	1.17	.7	1.17	.7	.49	.45	50.0	54.7	N39
40	128	30	-1.03	.30	1.00	.1	1.00	.1	.59	.43	46.7	55.5	N40
MEAN	115.6	30.0	.00	.29	.99	-.3	1.01	-.2			56.1	55.6	
S.D.	12.8	.0	1.02	.01	.42	1.7	.43	1.7			12.9	1.0	

Lampiran 6. Dimensionality Instrumen Uji Coba *Self-Compassion*

TABLE 23.0 ujjcobaselfcompass    ZOU050WS.TXT    Jun 22  8:32 2016  
 INPUT: 30 Person 26 Item    REPORTED: 30 Person 26 Item 5 CATS      WINSTEPS 3.73

---

Table of STANDARDIZED RESIDUAL variance (in Eigenvalue units)

	-- Empirical --		Modeled
Total raw variance in observations =	39.3	100.0%	100.0%
Raw variance explained by measures =	13.3	33.8%	34.1%
Raw variance explained by persons =	3.2	8.2%	8.3%
Raw variance explained by items =	10.0	25.6%	25.9%
Raw unexplained variance (total) =	26.0	66.2%	65.9%
Unexplned variance in 1st contrast =	6.1	15.6%	23.6%
Unexplned variance in 2nd contrast =	3.0	7.8%	11.7%
Unexplned variance in 3rd contrast =	2.3	5.7%	8.7%
Unexplned variance in 4th contrast =	2.2	5.5%	8.3%
Unexplned variance in 5th contrast =	1.8	4.6%	6.9%

### Lampiran 7. Dimensionality Instrumen Uji Coba Strategi *Coping* Adaptif

TABLE 23.0 ujicobacoping ZOU488W5.TXT Jun 20 12:41 2016  
 INPUT: 30 Person 40 Item REPORTED: 30 Person 40 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

---

Table of STANDARDIZED RESIDUAL variance (in Eigenvalue units)

	-- Empirical --		Modeled
Total raw variance in observations =	67.3	100.0%	100.0%
Raw variance explained by measures =	27.3	40.5%	41.2%
Raw variance explained by persons =	6.8	10.1%	10.3%
Raw Variance explained by items =	20.5	30.4%	31.0%
Raw unexplained variance (total) =	40.0	59.5%	58.8%
Unexplned variance in 1st contrast =	7.2	10.7%	17.9%
Unexplned variance in 2nd contrast =	5.2	7.8%	13.0%
Unexplned variance in 3rd contrast =	3.8	5.6%	9.5%
Unexplned variance in 4th contrast =	2.9	4.2%	7.1%
Unexplned variance in 5th contrast =	2.5	3.7%	6.2%

### Lampiran 8. Reliabilitas Instrumen Final *Self-Compassion*

#### SUMMARY OF 57 MEASURED Person

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	90.2	23.0	1.90	.33	1.02	-.1	1.01	-.1
S. D.	8.9	.0	.94	.04	.49	1.6	.48	1.6
MAX.	109.0	23.0	4.33	.48	3.03	4.8	2.96	4.9
MIN.	65.0	23.0	-.36	.28	.22	-4.0	.20	-4.2
REAL RMSE	.36	TRUE SD	.87	SEPARATION	2.44	Person RELIABILITY	.86	
MODEL RMSE	.33	TRUE SD	.88	SEPARATION	2.69	Person RELIABILITY	.88	
S. E. OF Person MEAN = .13								

Person RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = .99

CRONBACH ALPHA (KR-20) Person RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .87

#### SUMMARY OF 23 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	223.6	57.0	.00	.20	1.00	-.1	1.01	.0
S. D.	19.1	.0	.75	.01	.28	1.6	.28	1.6
MAX.	251.0	57.0	1.62	.23	1.47	2.2	1.54	2.6
MIN.	180.0	57.0	-1.21	.18	.47	-3.4	.48	-3.4
REAL RMSE	.22	TRUE SD	.72	SEPARATION	3.33	Item RELIABILITY	.92	
MODEL RMSE	.20	TRUE SD	.72	SEPARATION	3.53	Item RELIABILITY	.93	
S. E. OF Item MEAN = .16								

UMEAN=.0000 USCALE=1.0000

Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00

1311 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 2518.56 with 1229 d.f. p=.0000

Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .6533

### Lampiran 9. Reliabilitas Instrumen Final Strategi *Coping* Adaptif

#### SUMMARY OF 57 MEASURED Person

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	135.4	34.0	2.04	.28	1.05	-.1	1.02	-.2
S. D.	11.5	.0	.86	.02	.61	2.3	.59	2.3
MAX.	154.0	34.0	3.61	.33	3.12	6.2	3.29	6.7
MIN.	101.0	34.0	-.30	.24	.23	-4.7	.22	-4.9
REAL RMSE	.32	TRUE SD	.80	SEPARATION	2.53	Person	RELIABILITY	.86
MODEL RMSE	.28	TRUE SD	.81	SEPARATION	2.89	Person	RELIABILITY	.89
S. E. OF Person MEAN = .11								

Person RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = 1.00

CRONBACH ALPHA (KR-20) Person RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .90

#### SUMMARY OF 34 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT		OUTFIT	
					MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	227.0	57.0	.00	.22	.99	-.3	1.02	-.2
S. D.	21.5	.0	.95	.01	.38	2.1	.39	2.2
MAX.	256.0	57.0	1.83	.25	1.80	3.6	1.82	3.7
MIN.	184.0	57.0	-1.42	.19	.40	-4.4	.42	-4.3
REAL RMSE	.23	TRUE SD	.92	SEPARATION	3.98	Item	RELIABILITY	.94
MODEL RMSE	.22	TRUE SD	.93	SEPARATION	4.28	Item	RELIABILITY	.95
S. E. OF Item MEAN = .17								

UMEAN=.0000 USCALE=1.0000

Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00

1938 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 3525.70 with 1845 d.f. p=.0000

Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .6225



## Lampiran 10. Data Demografis Subyek Penelitian

### Jenis Kelamin

#### Statistics

Jenis Kelamin

N	Valid	57
	Missing	0

#### Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pria	11	19.3	19.3	19.3
	Wanita	46	80.7	80.7	100.0
Total		57	100.0	100.0	

### Usia

#### Statistics

Usia Responden

N	Valid	57
	Missing	0

#### Usia Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dewasa Awal	32	56.1	56.1	56.1
	Dewasa Tengah	24	42.1	42.1	98.2
	Dewasa Tua	1	1.8	1.8	100.0
Total		57	100.0	100.0	

## Pendidikan Terakhir

### Statistics

Pendidikan Terakhir

N	Valid	57
	Missing	0

### Pendidikan Terakhir

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	S1 Profesi (kurikulum lama)	4	7.0	7.0	7.0
	S2 Magister Psikologi	45	78.9	78.9	86.0
	S3 Doktor Psikologi	8	14.0	14.0	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Lampiran 11. Skor Murni Berdasarkan Model *Rasch*Variabel *Self-Compassion*

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.		INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT MATCH		Person
				S.E.	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.	OBS%	EXP%		
1	92	23	2.00	.32	.91	-.2	.96	.0	.50	-.46	60.9	55.0	01	
2	83	23	1.14	.30	.56	-1.7	.53	-1.9	.46	-.48	65.2	54.2	02	
3	109	23	4.33	.48	1.01	.1	1.19	.6	.17	.35	69.6	76.0	03	
4	80	23	.88	.29	.84	-.5	.82	-.6	.55	.48	56.5	51.6	04	
5	91	23	1.90	.32	.88	-.3	.87	-.4	.59	.46	56.5	55.5	05	
6	89	23	1.70	.31	1.56	1.8	1.61	1.9	.10	-.46	30.4	55.9	06	
7	82	23	1.05	.30	1.33	1.1	1.32	1.1	.68	-.48	39.1	53.7	07	
8	91	23	1.90	.32	1.08	.4	1.09	.4	.41	-.46	47.8	55.5	08	
9	92	23	2.00	.32	1.61	1.9	1.67	2.1	.06	.46	34.8	55.0	09	
10	88	23	1.61	.31	.78	-.7	.74	-.9	.03	.47	73.9	55.4	10	
11	86	23	1.42	.30	1.12	.5	1.17	.7	.62	-.47	47.8	55.3	11	
12	86	23	1.42	.30	.77	-.8	.79	-.7	.58	.47	47.8	55.3	12	
13	92	23	2.00	.32	.94	-.1	.96	.0	.48	-.46	52.2	55.0	13	
14	97	23	2.54	.34	.87	-.4	.84	-.5	.51	-.44	65.2	54.0	14	
15	94	23	2.21	.33	1.47	1.5	1.47	1.5	.04	.45	43.5	54.7	15	
16	92	23	2.00	.32	1.20	.7	1.25	.9	.65	.46	34.8	55.0	16	
17	92	23	2.00	.32	.66	-1.2	.62	-1.5	.28	-.46	73.9	55.0	17	
18	93	23	2.10	.32	.83	-.5	.84	-.5	.53	-.45	47.8	55.2	18	
19	91	23	1.90	.32	.71	-1.0	.72	-1.0	.62	-.46	56.5	55.5	19	
20	87	23	1.51	.31	.35	-2.9	.32	-3.1	.47	.47	78.3	55.3	20	
21	94	23	2.21	.33	1.01	.1	1.04	.2	.44	.45	43.5	54.7	21	
22	72	23	.21	.29	1.63	2.0	1.64	2.0	.34	.49	34.8	47.9	22	
23	86	23	1.42	.30	2.20	3.2	2.16	3.1	.60	-.47	21.7	55.3	23	
24	84	23	1.23	.30	.35	-2.9	.33	-3.0	.57	-.48	87.0	54.6	24	
25	97	23	2.54	.34	.58	-1.7	.60	-1.6	.61	-.44	65.2	54.0	25	
26	98	23	2.65	.34	1.10	.4	1.07	.3	.62	.44	47.8	54.6	26	
27	89	23	1.70	.31	.60	-1.5	.60	-1.5	.54	-.46	65.2	55.9	27	
28	84	23	1.23	.30	.45	-2.3	.45	-2.3	.55	.48	78.3	54.6	28	
29	65	23	-.36	.28	.93	-.1	.94	-.1	.13	-.48	39.1	49.8	29	
30	81	23	-.97	.30	.70	-1.1	.66	-1.2	.67	-.48	65.2	53.0	30	
31	69	23	-.04	.28	.77	-.8	.80	-.7	-.21	.49	65.2	48.8	31	
32	109	23	4.33	.48	.94	-.1	.92	-.1	.31	.35	69.6	76.0	32	
33	99	23	2.77	.35	1.24	.9	1.12	.5	.73	-.43	56.5	55.1	33	
34	90	23	1.80	.31	.91	-.2	.98	.0	.60	.46	52.2	55.8	34	
35	87	23	1.51	.31	.68	-1.1	.71	-1.0	.19	.47	60.9	55.3	35	
36	93	23	2.10	.32	1.17	.7	1.19	.7	.51	.45	47.8	55.2	36	
37	90	23	1.80	.31	.68	-1.1	.69	-1.1	.56	.46	60.9	55.8	37	
38	100	23	2.89	.35	.71	-1.0	.76	-.9	.43	.43	56.5	57.3	38	
39	80	23	.88	.29	1.72	2.2	1.64	2.0	.66	.48	43.5	51.6	39	
40	87	23	1.51	.31	1.04	.2	1.06	.3	.57	.47	47.8	55.3	40	
41	76	23	.54	.29	1.12	.5	1.09	.4	.46	.49	43.5	50.0	41	
42	85	23	1.32	.30	1.27	1.0	1.27	1.0	.32	.47	47.8	55.2	42	
43	96	23	2.42	.33	1.19	.7	1.14	.6	.58	.44	47.8	53.9	43	
44	94	23	2.21	.33	2.06	2.9	1.91	2.7	.75	.45	39.1	54.7	44	
45	106	23	3.75	.41	1.49	1.5	1.23	.8	.55	.39	73.9	67.9	45	
46	97	23	2.54	.34	1.65	2.0	1.82	2.5	.28	.44	43.5	54.0	46	
47	82	23	1.05	.30	.93	-.2	.92	-.2	.21	.48	47.8	53.7	47	
48	98	23	2.65	.34	.82	-.6	.80	-.7	.19	.44	60.9	54.6	48	
49	91	23	1.90	.32	.22	-4.0	.20	-4.2	.43	.46	91.3	55.5	49	
50	98	23	2.65	.34	.49	-2.1	.53	-2.0	.58	.44	69.6	54.6	50	
51	88	23	1.61	.31	.65	-1.2	.67	-1.2	.49	.47	69.6	55.4	51	
52	99	23	2.77	.35	3.03	4.8	2.96	4.9	.13	.43	34.8	55.1	52	
53	84	23	1.23	.30	.37	-2.8	.38	-2.7	.63	.48	78.3	54.6	53	
54	108	23	4.12	.45	1.16	.6	.99	.1	.41	.37	65.2	73.4	54	
55	84	23	1.23	.30	1.02	.2	1.08	.4	.61	.48	52.2	54.6	55	
56	103	23	3.29	.38	.99	.1	.85	-.4	.89	.41	78.3	61.4	56	
57	93	23	2.10	.32	.61	-1.5	.62	-1.4	.42	.45	65.2	55.2	57	
MEAN	90.2	23.0	1.90	.33	1.02	-.1	1.01	-.1			56.1	55.8		
S.D.	8.9	.0	.94	.04	.49	1.6	.48	1.6			14.9	5.3		

## Strategi Coping Adaptif

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL		INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT OBS%	MATCH EXP%	Person
				S. E.	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.				
1	144	34	2.67	.29	.82	-.8	.80	-.9	.79	.51	55.9	54.5	01	
2	129	34	1.51	.27	.60	-1.8	.59	-1.9	.23	.53	73.5	59.0	02	
3	149	34	3.11	.31	1.92	3.3	1.79	2.9	.54	.51	52.9	60.9	03	
4	131	34	1.66	.27	.59	-1.9	.56	-2.1	.50	.52	88.2	58.5	04	
5	143	34	2.59	.29	1.16	.8	1.11	.6	.81	.51	47.1	54.1	05	
6	117	34	.69	.26	1.22	.9	1.24	1.0	.10	.54	47.1	56.0	06	
7	134	34	1.88	.27	.66	-1.6	.64	-1.7	.53	.52	58.8	56.9	07	
8	130	34	1.59	.27	1.60	2.2	1.56	2.1	.28	.53	55.9	58.8	08	
9	142	34	2.50	.29	1.05	.3	1.05	.3	.72	.52	32.4	53.4	09	
10	105	34	-.06	.25	.78	-.9	.69	-1.4	-.23	.57	61.8	49.4	10	
11	126	34	1.30	.27	.79	-.8	.79	-.8	.35	.53	58.8	58.9	11	
12	135	34	1.96	.27	.60	-1.9	.61	-1.9	.83	.52	67.6	56.2	12	
13	137	34	2.11	.28	1.78	2.8	1.81	3.0	.52	.52	23.5	55.3	13	
14	142	34	2.50	.29	1.32	1.4	1.34	1.5	.39	.52	50.0	53.4	14	
15	129	34	1.51	.27	.45	-2.7	.44	-2.8	.42	.53	79.4	59.0	15	
16	142	34	2.50	.29	1.65	2.5	1.55	2.2	.35	.52	38.2	53.4	16	
17	138	34	2.19	.28	.91	-.3	.90	-.4	.33	.52	64.7	54.6	17	
18	138	34	2.19	.28	.71	-1.3	.71	-1.4	.50	.52	64.7	54.6	18	
19	127	34	1.37	.27	.37	-3.3	.38	-3.3	.64	.53	79.4	59.1	19	
20	131	34	1.66	.27	.23	-4.7	.22	-4.9	.67	.52	91.2	58.5	20	
21	154	34	3.61	.33	1.22	.9	1.08	.4	.59	.49	64.7	67.6	21	
22	115	34	.56	.25	1.17	.7	1.16	.7	.70	.54	55.9	54.0	22	
23	151	34	3.30	.31	1.34	1.4	1.19	.9	.51	.50	52.9	63.3	23	
24	127	34	1.37	.27	.67	-1.4	.64	-1.6	.33	.53	67.6	59.1	24	
25	146	34	2.84	.30	.93	-.2	.92	-.3	.77	.51	44.1	57.2	25	
26	153	34	3.51	.32	1.52	1.9	1.42	1.6	.57	.50	58.8	66.1	26	
27	126	34	1.30	.27	.46	-2.6	.48	-2.5	.64	.53	82.4	58.9	27	
28	132	34	1.73	.27	.56	-2.1	.53	-2.3	.29	.52	79.4	58.1	28	
29	109	34	.18	.25	.50	-2.5	.51	-2.4	.53	.56	61.8	50.5	29	
30	132	34	1.73	.27	.64	-1.6	.64	-1.7	.43	.52	70.6	58.1	30	
31	101	34	-.30	.24	.98	.0	.95	-.1	.15	.58	61.8	51.2	31	
32	137	34	2.11	.28	2.51	4.8	2.39	4.5	.59	.52	38.2	55.3	32	
33	150	34	3.20	.31	1.04	.3	.93	-.2	.83	.50	55.9	62.0	33	
34	137	34	2.11	.28	1.70	2.6	1.67	2.6	.36	.52	50.0	55.3	34	
35	135	34	1.96	.27	.43	-3.1	.43	-3.1	.70	.52	79.4	56.2	35	
36	152	34	3.40	.32	1.01	.1	.90	-.4	.82	.50	61.8	64.7	36	
37	130	34	1.59	.27	1.04	.3	1.02	.2	.63	.53	67.6	58.8	37	
38	141	34	2.42	.28	1.05	.3	1.04	.3	.75	.52	35.3	53.5	38	
39	140	34	2.34	.28	2.33	4.4	2.18	4.1	.21	.52	38.2	53.5	39	
40	127	34	1.37	.27	.44	-2.8	.41	-3.1	.71	.53	79.4	59.1	40	
41	124	34	1.16	.26	.74	-1.0	.73	-1.1	.32	.53	70.6	58.7	41	
42	130	34	1.59	.27	1.40	1.6	1.42	1.6	.33	.53	58.8	58.8	42	
43	146	34	2.84	.30	.77	-1.0	.77	-1.1	.57	.51	67.6	57.2	43	
44	145	34	2.75	.29	2.84	5.7	2.59	5.2	.57	.51	47.1	55.7	44	
45	151	34	3.30	.31	.99	.0	.92	-.3	.64	.50	70.6	63.3	45	
46	144	34	2.67	.29	.86	-.6	.83	-.7	.69	.51	64.7	54.5	46	
47	128	34	1.44	.27	.80	-.8	.80	-.8	.38	.53	64.7	59.1	47	
48	139	34	2.26	.28	.55	-2.3	.56	-2.3	.75	.52	70.6	53.9	48	
49	129	34	1.51	.27	.37	-3.4	.34	-3.7	.67	.53	85.3	59.0	49	
50	139	34	2.26	.28	.55	-2.3	.55	-2.3	.51	.52	70.6	53.9	50	
51	136	34	2.03	.28	.60	-1.9	.61	-1.9	.73	.52	73.5	55.9	51	
52	148	34	3.02	.30	3.12	6.2	3.29	6.7	.21	.51	50.0	59.4	52	
53	139	34	2.26	.28	.66	-1.6	.67	-1.6	.67	.52	58.8	53.9	53	
54	143	34	2.59	.29	1.89	3.3	1.75	2.9	.56	.51	55.9	54.1	54	
55	141	34	2.42	.28	1.25	1.1	1.24	1.1	.63	.52	52.9	53.5	55	
56	147	34	2.93	.30	.87	-.5	.84	-.7	.70	.51	58.8	58.0	56	
57	125	34	1.23	.26	.74	-1.1	.75	-1.0	.56	.53	73.5	58.8	57	
MEAN	135.4	34.0	2.04	.28	1.05	-.1	1.02	-.2			61.2	57.1		
S. D.	11.5	.0	.86	.02	.61	2.3	.59	2.3			14.3	3.6		

**Lampiran 12. Data Deskriptif****Statistics**

Self Compassion

N	Valid	57
	Missing	0
Mean		1.9007
Median		1.9000
Std. Deviation		.94797
Variance		.899
Minimum		-.36
Maximum		4.33

**Statistics**

Strategi Coping Adaptif

N	Valid	57
	Missing	0
Mean		2.0354
Median		2.1100
Std. Deviation		.86452
Variance		.747
Minimum		-.30
Maximum		3.61

### Lampiran 13. Kategorisasi Skor *Self-Compassion* dan Strategi *Coping Adaptif*

#### Statistics

kategori self compassion

N	Valid	57
	Missing	0

#### kategori self compassion

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	27	47.4	47.4	47.4
	Tinggi	30	52.6	52.6	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

#### Statistics

kategori strategi coping adaptif

N	Valid	57
	Missing	0

#### kategori strategi coping adaptif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	6	10.5	10.5	10.5
	Sedang	42	73.7	73.7	84.2
	Tinggi	9	15.8	15.8	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

### Lampiran 14. Uji Normalitas *Self-Compassion* dan Strategi *Coping* Adaptif

**Test Statistics**

	Skor Murni Self Compassion
Chi-Square	17.175 <sup>a</sup>
df	27
Asymp. Sig.	.927

a. 28 cells (100,0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 2,0.

**Test Statistics**

	Skor Murni Strategi Coping Adaptif
Chi-Square	12.386 <sup>a</sup>
df	34
Asymp. Sig.	1.000

a. 35 cells (100,0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1,6.

### Lampiran 15. Uji Linieritas *Self-Compassion* dan Strategi *Coping* Adaptif

#### Model Description

Model Name	MOD_1
Dependent Variable 1	Skor Murni Strategi Coping Adaptif
Equation 1	Linear
Independent Variable	Skor Murni Self Compassion
Constant	Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots	Unspecified

#### Case Processing Summary

	N
Total Cases	57
Excluded Cases <sup>a</sup>	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

#### Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Skor Murni Strategi Coping Adaptif

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.410	38.226	1	55	.000	.925	.584

The independent variable is Skor Murni Self Compassion.



**Lampiran 16. Uji Korelasi *Self-Compassion* dan Strategi *Coping* Adaptif**

<b>Correlations</b>			
		Skor Murni Self Compassion	Skor Murni Strategi Coping Adaptif
Skor Murni Self Compassion	Pearson Correlation	1	.640**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	57	57
Skor Murni Strategi Coping Adaptif	Pearson Correlation	.640**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	57	57

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

### Lampiran 17. Uji Hipotesis Analisis Regresi

#### Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Skor Murni Strategi Coping Adaptif	2.0354	.86452	57
Skor Murni Self Compassion	1.9007	.94797	57

#### Correlations

		Skor Murni Strategi Coping Adaptif	Skor Murni Self Compassion
Pearson Correlation	Skor Murni Strategi Coping Adaptif	1.000	.640
	Skor Murni Self Compassion	.640	1.000
Sig. (1-tailed)	Skor Murni Strategi Coping Adaptif	.	.000
	Skor Murni Self Compassion	.000	.
N	Skor Murni Strategi Coping Adaptif	57	57
	Skor Murni Self Compassion	57	57

#### Variables Entered/Removed<sup>b</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Skor Murni Self Compassion <sup>a</sup>		Enter

a. All requested variables entered.

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Skor Murni Self Compassion <sup>a</sup>		Enter

b. Dependent Variable: Skor Murni Strategi Coping Adaptif

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.640 <sup>a</sup>	.410	.399	.67004

a. Predictors: (Constant), Skor Murni Self Compassion

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	17.162	1	17.162	38.226	.000 <sup>a</sup>
	Residual	24.692	55	.449		
	Total	41.854	56			

a. Predictors: (Constant), Skor Murni Self Compassion

b. Dependent Variable: Skor Murni Strategi Coping Adaptif

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.925	.200		4.621	.000
	Skor Murni Self Compassion	.584	.094	.640	6.183	.000

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.925	.200		4.621	.000
	Skor Murni Self Compassion	.584	.094	.640	6.183	.000

a. Dependent Variable: Skor Murni Strategi Coping Adaptif