

**PENGARUH *ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE* TERHADAP
GEJALA DEPRESI DENGAN DIMODERASI OLEH *SELF-COMPASSION*
PADA *EMERGING ADULTHOOD* DI JAWA BARAT**



Oleh:

Irbah Elkamilah
1801621202

PSIKOLOGI

SKRIPSI

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2025

**PENGARUH *ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE* TERHADAP
GEJALA DEPRESI DENGAN DIMODERASI OLEH *SELF-COMPASSION*
PADA *EMERGING ADULthood* DI JAWA BARAT**



Oleh:

**Irbah Elkamilah
1801621202**

PSIKOLOGI

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2025

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

Pengaruh *Adverse Childhood Experience* Terhadap Gejala Depresi dengan Dimoderasi Oleh *Self-Compassion* pada *Emerging Adulthood* di Jawa Barat

Nama Mahasiswa : Irbah Elkamilah

NIM : 1801621202

Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 30 Juni 2025

Pembimbing 1

Deasyanti, Ph.D., Psikolog
NIP. 196612072005012001

Pembimbing 2

Jimny Hilda Fauzia, M.Psi, Psikolog
NIP. 199401252024062002

Penilai Ujian/Sidang

Nama	Tanda tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Dekan)		15/7/25
Mira Ariyani, Ph.D (Wakil Dekan)		21/7/25
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., Psikolog (Ketua Sidang)		08 Juli 2025
Sri Juwita Kusumawardhani, M.Psi., Psikolog (Dosen Penguji I)		30/7 2025
Nanda Putri Adhiningtyas, M.Psi, Psikolog (Dosen Penguji II)		08 Jul. 2025

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi
Unviersitas Negeri Jakarta:

Nama : Irbah Elkamilah

NIM : 1801621202

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Adverse Childhood Experience* Terhadap Gejala Depresi dengan Dimoderasi Oleh *Self-Compassion* pada *Emerging Adulthood* di Jawa Barat” adalah

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Juni 2025
2. Bukan merupakan duplikasi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 27 Juni 2025



Irbah Elkamilah

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI
(DOSEN PEMBIMBING)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI
(DOSEN PEMBIMBING)

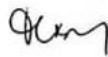
Nama Mahasiswa : Irbah Elkamilah

NIM : 1801621202

Judul Skripsi : Pengaruh *Adverse Childhood Experience* terhadap Depresi dengan dimoderasi oleh *Self-Compassion*.

Layak untuk mengikuti ujian skripsi pada semester 120, telah melakukan bimbingan minimal sebanyak 10x pertemuan, dan jumlah sks yang telah dimiliki minimal 143 SKS dengan nilai pada tiap mata kuliah minimal C, telah mengambil semua mata kuliah wajib, telah mengambil 5 mata kuliah peminatan, dan telah mengambil minimal 6 mata kuliah pilihan.

Jakarta, 25 Juni 2025



Deasyanti, Ph.D.

NIP. 196612072005012001



Jimny Hilda Fauzia, M.Psi, Psikolog

NIP. 199401252024062002

Catatan:

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI (DOSEN PEMBIMBING

I) merupakan syarat administrasi wajib untuk mengikuti ujian skripsi

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTO

حسبنا الله ونعم الوكيل

Sufficient for us is Allah, and [He is] the best Disposer of affairs

Cukuplah Allah menjadi penolong kami, dan Dia sebaik-baik pelindung

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada

1. Allah SWT yang telah memberikan saya kesempatan untuk berada di dunia ini dan memberikan hidup versi terbaik menurut Nya dengan limpahan rahmat dan kasih sayang untuk saya.
2. Kedua orang tua saya yang sudah membesarkan dan merawat saya hingga saat ini dengan penuh cinta dan kasih sayang serta menerima diri saya yang tidak sempurna.
3. Irbah Elkamilah atau diri saya sendiri, salah satu persembahan yang paling diusahakan dalam hidup dan penuh dengan tangisan dan darah. Terima kasih telah bertahan, semoga banyak hal baik yang akan datang di kemudian hari.

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : IRBAH ELKAMILAH
NIM : 1801621202
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi/Psikologi
Alamat email : irbahelkamilah782@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Adverse Childhood Experience terhadap Gejala Depresi dengan Dimoderasi oleh Self-Compassion pada Emerging Adulthood di Jawa Barat

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Agustus 2025

Penulis

()
IRBAH ELKAMILAH

IRBAH ELKAMILAH

**PENGARUH *ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE* TERHADAP
GEJALA DEPRESI DENGAN DIMODERASI OLEH *SELF-COMPASSION***

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri

Jakarta

(2025)

ABSTRAK

Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan hasil data terdapat 19 juta penduduk di Indonesia dengan usia 15-24 tahun mengalami gejala depresi dan kecemasan. Prevalensi depresi di Indonesia menunjukkan tingkat yang cukup tinggi terutama di Provinsi Jawa Barat yang menjadi provinsi dengan tingkat depresi tertinggi pada 2023 dibandingkan dengan provinsi lainnya. Depresi yang timbul pada individu dapat disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya adalah pengalaman buruk masa kecil atau *adverse childhood experience*. Dampak yang dihasilkan *adverse childhood experience* tidak selalu sama pada setiap individu, hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor pelindung salah satunya adalah *self-compassion*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji adanya pengaruh *adverse childhood experience* terhadap depresi serta peran moderasi *self-compassion* pada individu *emerging adulthood* di Jawa Barat. Sampel pada penelitian ini adalah 204 individu pada periode usia *emerging adulthood* yang memiliki KTP Jawa Barat. Penelitian ini dilakukan dengan teknik penelitian kuantitatif dengan menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data responden. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah regresi linear sederhana dan regresi moderasi melalui program SPSS yaitu *moderated regression analysis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dengan arah positif *adverse childhood experience* terhadap gejala depresi pada *emerging adulthood*. Selanjutnya pada hasil uji moderasi diketahui bahwa tidak terdapat peran moderasi *self-compassion* pada pengaruh *adverse childhood experience* terhadap gejala depresi pada *emerging adulthood*.

Keyword: Depresi, Gejala depresi, *Adverse Childhood Experience*, *Self-Compassion*, *Moderated Regression Analysis*

IRBAH ELKAMILAH

**THE EFFECT OF ADVERSE CHILDHOOD EXPERIENCE ON
DEPRESSIVE SYMPTOMS MODERATED BY *SELF-COMPASSION***

Skripsi

Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychology, Universitas

Negeri Jakarta

(2025)

ABSTRACT

Riset Kesehatan Dasar (2018) shows that there are 19 million people in Indonesia aged 15-24 years experiencing symptoms of depression and anxiety. The prevalence of depression in Indonesia shows a fairly high level, especially in West Java Province which is the province with the highest level of depression in 2023 compared to other province. Depression that arises in individuals can be caused by various factors, one of which is adverse childhood experience. The impact of adverse childhood experience is not always the same in every individual, this can be influenced by various protective factors, one of which is self-compassion. This study aims to examine the effect of adverse childhood experience on depression and the moderating role of self-compassion in emerging adulthood individuals in West Java. The sample in this study were 204 individuals in the emerging adulthood age period who had a West Java KTP. This research was conducted with quantitative research techniques using a questionnaire to collect respondent data. The data analysis technique in this study is simple linear regression and moderation regression through the SPSS program, namely moderated regression analysis. The results showed that there was a significant influence with a positive direction of adverse childhood experience on depressive symptoms in emerging adulthood. Furthermore, the moderation test results show that there is no significant effect of adverse childhood experience on depressive symptoms in emerging adulthood.

Keyword: Depression, Depressive symptoms, Adverse childhood experience, Self-compassion, Moderated Regression Analysis

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjarkan atas kehadiran Allah SWT Tuhan yang maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat, ridho, dan karunia-Nya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan rangkaian penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat tugas akhir dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi. Penyusunan skripsi ini juga tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog selaku Koordinator Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Deasyanti, PhD., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi pertama yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan ilmu yang bermanfaat serta kepercayaan kepada peneliti dalam proses penulisan serta penyelesaian skripsi.
4. Ibu Jimny Hilda Fauzia, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi kedua yang telah sabar mengarahkan, memberikan masukan dan ilmu yang bermanfaat kepada peneliti dalam proses penulisan serta penyelesaian skripsi.
5. Ibu Deasyanti, PhD., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan terkait kegiatan akademik selama peneliti menempuh pendidikan di Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Seluruh Staff Administrasi dan Karyawan program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah banyak membantu peneliti dalam melakukan proses administrasi selama perkuliahan.
7. Keluarga kesayangan peneliti, Umi, Abi, Kakak, dan Adik-adik yang selalu mendukung, membantu dan mendoakan peneliti di sepanjang proses kehidupan peneliti.
8. Abiefa, Rahita, Adelia, dan Amel serta teman dari berbagai jenjang yang selalu hadir di setiap proses, selalu membantu saat peneliti menghadapi kesulitan serta memberikan dukungan yang begitu berarti kepada peneliti.

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Pembatasan Masalah	9
1.4 Rumusan Masalah	9
1.5 Tujuan Penelitian	9
1.6 Manfaat penelitian	9
1.6.1 Manfaat Teoritis	9
1.6.2 Manfaat Praktis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Tinjauan Pustaka Depresi	11
2.1.1 Definisi Depresi	11
2.1.2 Gejala Depresi	12
2.1.3 Faktor yang memengaruhi Gejala depresi	12
2.1.4 Pengukuran Gejala Depresi	13
2.2 Tinjauan Pustaka ACE	14
2.2.1 Definisi ACE	14
2.2.2 Dimensi ACE	15
2.2.3 Pengukuran ACE	16
2.3 Tinjauan Pustaka Self-Compassion	17
2.3.1 Definisi Self-Compassion	17
2.3.2 Komponen <i>Self-compassion</i>	18

2.3.3	Pengukuran <i>Self-compassion</i>	19
2.4	Tinjauan Pustaka Emerging Adulthood.....	20
2.5	Tinjauan Pustaka Dinamika Antar Variabel	22
2.6	Kerangka Konseptual	24
2.7	Hipotesis Penelitian.....	25
2.8	Hasil Penelitian yang Relevan	26
BAB III METODE PENELITIAN.....		28
3.1	Tipe Penelitian.....	28
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	28
3.2.1	Definisi Konseptual.....	28
3.2.2	Definisi Operasional.....	29
3.3	Subjek Penelitian.....	30
3.3.1	Populasi Penelitian	30
3.3.2	Sampel Penelitian.....	30
3.3.3	Teknik Sampling	31
3.4	Teknik Pengumpulan Data	31
3.4.1	Teknik Pengambilan Data	31
3.5	Instrumen Penelitian.....	33
3.5.1	Instrumen Depresi.....	33
3.5.2	Instrumen Adverse Childhood Experience.....	36
3.5.3	Instrumen <i>Self-compassion</i>	39
3.6	Analisis Data	41
3.6.1	Analisis Deskriptif	41
3.6.2	Uji Normalitas.....	41
3.6.3	Uji Linearitas.....	41
3.6.4	Uji Multikolinearitas	41

3.6.5	Uji Heteroskedastisitas.....	42
3.6.6	Uji Regresi	42
3.6.7	Uji Regresi Moderasi	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		44
4.1	Gambaran Partisipan Penelitian	44
4.1.1	Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin	44
4.1.2	Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Usia	45
4.1.3	Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Pendidikan.....	46
4.1.4	Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Domisili.....	47
4.1.5	Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Status Pernikahan	48
4.1.6	Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Pekerjaan	49
4.2	Prosedur Penelitian.....	49
4.2.1	Persiapan Penelitian	49
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	51
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian.....	52
4.3.1	Data Deskriptif Adverse Childhood Experience	52
4.3.2	Gambaran Adverse Childhood Experience	52
4.3.3	Data Deskriptif Depresi.....	53
4.3.4	Gambaran Depresi.....	53
4.3.5	Kategorisasi Skor Depresi.....	54
4.3.6	Data Deskriptif Self-compassion	54
4.3.7	Gambaran <i>Self-compassion</i>	55
4.3.8	Kategorisasi Skor Self-compassion.....	55
4.3.9	Hasil Uji Asumsi	55
4.3.10	Hasil Uji Hipotesis	57
4.3.11	Hasil Analisis Pendukung	58

4.4	Pembahasan.....	59
4.5	Keterbatasan Penelitian.....	63
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....		65
5.1	Kesimpulan	65
5.2	Implikasi.....	65
5.3	Saran dan Rekomendasi	65
DAFTAR PUSTAKA		67
LAMPIRAN.....		77
RIWAYAT HIDUP		103



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi Depression Anxiety Stress Scales-21	34
Tabel 3. 2 Teknik Skoring DASS-21	35
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Adverse Childhood Experience International Questionnaire	37
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Self-compassion Scale.....	39
Tabel 4. 1 Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin	44
Tabel 4. 2 Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Usia.....	45
Tabel 4. 3 Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Pendidikan	46
Tabel 4. 4 Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Domisili	47
Tabel 4. 5 Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Status Pernikahan	48
Tabel 4. 6 Gambaran Partisipan Penelitian berdasarkan Pekerjaan	49
Tabel 4. 7 Data Deskriptif Adverse Childhood Experience	52
Tabel 4. 8 Gambaran Adverse Childhood Experience	52
Tabel 4. 9 Data Deskriptif Depresi.....	53
Tabel 4. 10 Gambaran Depresi.....	53
Tabel 4. 11 Kategorisasi Skor Depresi	54
Tabel 4. 12 Data Deskriptif Self-compassion	54
Tabel 4. 13 Gambaran Self-compassion.....	55
Tabel 4. 14 Kategorisasi Skor Self-compassion.....	55
Tabel 4. 15 One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test.....	55
Tabel 4. 16 Uji Heteroskedastisitas	56
Tabel 4. 17 Uji Multikolinearitas	56
Tabel 4. 18 Uji Linearitas ACE dan Depresi.....	57
Tabel 4. 19 Uji Linearitas Self-compassion dan Depresi.....	57
Tabel 4. 20 Uji Regresi ACE terhadap Depresi.....	57
Tabel 4. 21 Koefisien Determinasi.....	58
Tabel 4. 22 Tabel hasil Uji Moderated Regression Analysis.....	58
Tabel 4. 23 Perbedaan tingkat Depresi berdasarkan Jenis Kelamin.....	58
Tabel 4. 24 Uji regresi Self-compassion terhadap Depresi.....	59
Tabel 4. 25 Koefisien Determinasi.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tampilan Depan Google Form Kuesioner	77
Lampiran 2 Instrumen DASS-21	77
Lampiran 3 Instrumen ACE-IQ.....	81
Lampiran 4 Instrumen SCS.....	88
Lampiran 5 Hasil Uji Coba Depresi.....	93
Lampiran 6 Data Deskriptif	94
Lampiran 7 Uji Asumsi Multikolinearitas.....	97
Lampiran 8 Uji Asumsi Normalitas	97
Lampiran 9 Uji Asumsi Heteroskedastisitas	98
Lampiran 10 Uji Asumsi Linearitas ACE Depresi	98
Lampiran 11 Uji Hipotesis Regresi Linear Sederhana	98
Lampiran 12 Uji Hipotesis Regresi Moderasi.....	99
Lampiran 13 Data Analisis Pendukung Perbedaan Tingkat Depresi Laki-laki dan Perempuan.....	99
Lampiran 14 Hasil Analisis Tambahan Regresi Self Compassion dan Depresi..	100
Lampiran 15 Link Data Mentah.....	100
Lampiran 16 Hasil Expert Judgment Skala Depresi	101

