

**PERANAN WELAS DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
PADA WANITA YANG MENIKAH KETIKA USIA ANAK DI KABUPATEN
BANJAR DAN KOTA BANJARBARU**

Skripsi

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Amanda Granidya Putri Joelia

2110914320021

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Juni, 2025

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

**PERANAN WELAS DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
PADA WANITA YANG MENIKAH KETIKA USIA ANAK DI KABUPATEN
BANJAR DAN KOTA BANJARBARU**

dipersiapkan dan disusun oleh

Amanda Granidya Putri Joelia

telah dipertahankan di depan dewan penguji

pada tanggal 19 Juni 2025

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama

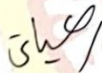
Anggota Dewan Penguji Lain



Mevdisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog
NIP. 199105202025062003

Rooswita Santia Dewi, M.Si., Psikolog
NIP. 197409082008122001

Pembimbing Pendamping



Siti Ra'iyati, S.Psi.L., M.Psi.
NIPPPK. 199212262023212035

Marina Dwi Mavangsari, M.Psi., Psikolog
NIP. 198403022008122002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



Dr. Silvia Kristanti Tji Febriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 198402172008122001
Ketua Jurusan Psikologi

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 10 Juni 2025



Amanda Granidya Putri Joelia

NIM. 2110914320021

ABSTRAK

PERANAN WELAS DIRI TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA WANITA YANG MENIKAH KETIKA USIA ANAK DI KABUPATEN BANJAR DAN KOTA BANJARBARU

Amanda Granidya Putri Joelia

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan welas diri terhadap kesejahteraan psikologis pada wanita yang menikah ketika usia anak di Kabupaten Banjar dan Kota Banjarbaru. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *non-probability sampling* jenis *purposive sampling*. Jumlah subjek sebanyak 98 wanita yang menikah pada usia anak. Instrumen pengumpulan data terdiri dari skala *Welas Diri* (SWD) dan skala *Psychological Well-Being* (PWB) versi 18 item. Penelitian menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Hasil uji menunjukkan bahwa welas diri berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, dengan nilai signifikansi $p = 0,027$ ($p < 0,05$) dan t hitung (2,242) $>$ t tabel (1,66088). Nilai kontribusi (R^2) sebesar 5,00% menunjukkan bahwa masih terdapat faktor lain yang turut memengaruhi kesejahteraan psikologis. Secara umum, temuan ini memberikan pengaruh yang signifikan oleh welas diri terhadap kesejahteraan psikologis terutama pada wanita yang menikah ketika usia anak. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan untuk lebih memahami bagaimana dinamika psikologis bekerja dan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dengan subjek maupun variabel serupa.

Kata kunci: Welas diri, kesejahteraan psikologis, pernikahan usia anak, wanita, psikologi positif

ABSTRACT

THE ROLE OF SELF-COMPASSION IN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG WOMEN MARRIED AS CHILDREN IN BANJAR REGENCY AND BANJARBARU CITY

Amanda Granidya Putri Joelia

This study aims to examine the role of self-compassion in psychological well-being among women married as children in Banjar Regency and Banjarbaru City. A quantitative approach was used, employing non-probability purposive sampling. The total number of participants was 98 women who were married as children. Data were collected using the Self-Compassion Scale (SCS) and the 18-item Psychological Well-Being (PWB) Scale. The analysis technique used in this study was simple linear regression analysis. The results indicated that self-compassion had a significant positive effect on psychological well-being ($p=0.027<0.05$), with a t -value of 2.242, exceeding the critical t -value of 1.66088. The coefficient of determination (R^2) was 5.00%, suggesting that other factors also influence psychological well-being. Overall, the findings suggest that self-compassion significantly contributes to psychological well-being, particularly among women who were married as children. This study offers insights into the dynamics of psychological functioning and can serve as a reference for future research involving similar subjects or variables.

Keywords: *Self-compassion, psychological well-being, child marriage, women, positive psychology*

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Kuasa atas berkat, rahmat serta taufik dan hidayah-Nya sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Peranan Welas Diri terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Wanita yang Manikah Usia Anak di Kabupaten Banjar dan Kota Banjarbaru”. Skripsi ini disusun guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi, Universitas Lambung Mangkurat. Penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih, khususnya kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, Bapak Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd, FISPH, FISCM yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk melakukan penelitian ini.
2. Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan fasilitas dan dorongan kepada mahasiswa selama penelitian ini berlangsung.
3. Dosen pembimbing utama, Ibu Meydisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog dan dosen pembimbing pendamping, Ibu Siti Ra'iyati, S.Psi., I., M.Psi. Psikolog yang telah memberikan bimbingan dan saran selama pelaksanaan penelitian ini.
4. Kedua orang tua dan keluarga penulis yang selalu mendoakan serta memberikan dukungan dan saran selama proses perkuliahan hingga penulisan skripsi ini.

5. Teruntuk seluruh partisipan yang berkontribusi dalam proses pembuatan skripsi yaitu masyarakat Kabupaten Banjar dan Kota Banjarbaru.
6. Teruntuk teman-teman tim payung PWB yang sudah berjuang bersama dengan peneliti dari proses awal penyusunan skripsi sampai selesainya skripsi ini. Ismi Azka Malika, Billyawan, dan Ahmad Rifqie Putera Artta.
7. Teruntuk teman-teman Sukses Bungas Bauntung Betuah dan Fiks Jadi yang saling memberikan semangat dan selalu kebersamai dalam penyusunan tugas akhir ini, serta teman-teman penulis yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu yang telah berkenan untuk memberikan dukungan, bantuan, hingga berbagi pengalaman suka dan duka selama proses perkuliahan.
8. Teruntuk nama yang belum bisa penulis sebutkan yang dengan sukarela kebersamai, memberi dukungan, dan mendengarkan keluh kesah serta berbagi suka duka dalam proses penulisan skripsi.
9. Serta untuk diri sendiri yang telah banyak berjuang, belajar, dan berkembang selama perkuliahan hingga sampai di titik ini.

Selama penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis memohon maaf serta mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar dapat menjadi lebih baik lagi. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih.

Banjarbaru, 10 Juni 2025

Amanda Granidya Putri Joelia

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
2.1 Kesejahteraan Psikologis.....	17
2.1.1 Definisi Kesejahteraan Psikologis	17
2.1.2 Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	19
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi dalam Kesejahteraan Psikologis.....	23
2.2 Welas diri.....	28
2.2.1 Definisi Welas diri	28
2.2.2 Dimensi Welas diri.....	30
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Welas diri.....	32
2.3 Wanita yang Manikah Usia Anak di Kabupaten Banjar dan Kota Banjarbaru	35

2.4 Peranan Welas diri terhadap Kesejahteraan Psikologis.....	37
2.5 Landasan Teori.....	38
2.6 Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	41
3.1 Rancangan Penelitian	41
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	42
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	42
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian.....	42
3.3 Subjek dan Penelitian	43
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	45
3.4.1 Instrumen Penelitian	45
3.4.2 Adaptasi Alat Ukur.....	48
3.4.3 Uji Seleksi Item, Validitas, dan Reliabilitas.....	50
3.4.4 Pelaksanaan Uji Coba	54
3.5 Analisis Data.....	57
3.5.1 Uji Asumsi	57
3.5.2 Uji Hipotesis	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
4.1 Gambaran Subjek Penelitian	59
4.2 Pelaksanaan Penelitian	60
4.3 Hasil Penelittian	61
4.3.1 Deksripsi Data Penelitian.....	61
4.3.2 Hasil Analisis Data Penelitian.....	65
4.4 Pembahasan.....	71
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	78
5.1 Kesimpulan.....	78
5.2 Saran	78
5.2.1 Bagi Subjek.....	78
5.2.2 Bagi Lembaga Sosial	79
5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya	79
DAFTAR PUSTAKA.....	80

LAMPIRAN.....	88
---------------	----

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 <i>Blue Print</i> Alat Ukur Kesejahteraan Psikologis	47
Tabel 3. 2 <i>Blue Print</i> Alat Ukur Welas Diri	47
Tabel 3. 3 <i>Alpha Cronbach</i>	53
Tabel 3. 4 Hasil Seleksi aitem, Validasi, dan Reliabilitas skala Kesejahteraan Psikologis	55
Tabel 3. 5 Hasil Seleksi Item, Validitas, dan Reliabilitas skala Welas Diri	56
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek Peneliti.....	59
Tabel 4. 2 Rumus Perhitungan Nilai Hipotetik Variabel Penelitian	61
Tabel 4. 3 Rumus Perhitungan Nilai Hipotetik dan Skor Empirik Variabel Penelitian.....	62
Tabel 4. 4 Rumus Norma Kategorisasi	63
Tabel 4. 5 Rumus Kategorisasi Nilai Data Variabel Welas Diri.....	63
Tabel 4. 6 Hasil Kategorisasi Nilai Data Variabel Welas Diri.....	64
Tabel 4. 7 Rumus Kategorisasi Nilai Data kesejahteraan Psikologis.....	64
Tabel 4. 8 Hasil Kategorisasi Nilai Data kesejahteraan Psikologis	65
Tabel 4. 9 Hasil uji Normalitas	66
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas Setelah Eliminasi	66
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas Welas Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis .	67
Tabel 4. 12 Hasil Uji Lineritas Welas Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis setelah eliminasi outliers	68
Tabel 4. 13 Hasil Uji Heteroskedastisitas	68
Tabel 4. 14 Hasil Uji regresi linear sederhana Analisis Regresi Sederhana.....	69

Tabel 4. 15 Nilai Koefisien Determinasi Regresi.....	70
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Instrumen Penelitian	89
A1. Skala Asli Kesejahteraan Psikologis	89
A2. Skala Adaptasi Kesejahteraan Psikologis	93
A3. Skala Asli Welas Diri	96
A4. Skala Welas Diri (Sugianto dkk, 2020).....	98
B. Proses Adaptasi Alat Ukur	100
B1. Surat Pernyataan Penerjemah.....	100
B2. Surat Expert Judgment	102
B3. Sertifikat TOEFL Forward Translator	103
B4. Sertifikat TOEFL Back Translator	104
C. Kuesioner Luring	112
D. Kuesioner Penelitian.....	119
D1. Google Formulir.....	119
E. Hasil Uji Keterbacaan	120
E1. Sampel <i>Form</i> Uji Keterbacaan Responden Skala Welas Diri	120
E2. Hasil Uji keterbacaan Skala Welas Diri	123
E3. Sampel <i>Form</i> Uji Keterbacaan Responden Skala Kesejahteraan Psikologis.....	124
E4. Hasil Uji Keterbacaan Skala Kesejahteraan Psikologis	126
F. Analisis G*Power	127
G. Lembar Formulir Skrining Etik	128

H. Lembar Surat Pernyataan Kesiapan Membimbing	131
H1. Dosen Pembimbing Utama	131
H2. Dosen Pembimbing Pendamping	132
I. Kartu Bimbingan Skripsi	133
J. Lembar Bimbingan Revisi Seminar Proposal.....	134
K. Hasil Data Uji Coba.....	135
L. Hasil Validitas Dan Reliabilitas Uji Coba.....	138
L.1 Hasil Welas Diri	138
L2. Hasil Welas Diri Setelah Aitem gugur.....	139
L3. Hasil Kesejahteraan Psikologis	140
L4. Hasil Kesejahteraan Psikologis Setelah Aitem Gugur	141
M. Hasil Data Penelitian	142
N. Hasil Uji Data Penelitian	150
N1. Uji Normalitas.....	150
N2. Uji Linearitas	150
N3. Uji Heteroskedastisitas.....	151
N4. Uji Regresi Sederhana.....	151
N5. Outlier Data.....	152
O. Surat Izin	153
O1. Surat Izin Uji Coba	153
O2. Surat Izin Penelitian.....	155
P. Dokumentasi.....	157
Q. Formulir Cek Referensi	158

R. Sertifikasi Plagiasi	159
S. Uji Format	160