

**PERAN *SELF COMPASSION* TERHADAP  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA DEWASA  
MUDA KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN**



**SKRIPSI**

**Diajukan persyaratan gelar  
Sarjana Psikologi**

**OLEH:**

**R.A. ANDINI AISYAFIRA**

**04041181823014**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
2022**

**PERAN *SELF COMPASSION* TERHADAP  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA DEWASA  
MUDA KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN**



**SKRIPSI**

**Diajukan persyaratan gelar  
Sarjana Psikologi**

**OLEH:**

**R.A. ANDINI AISYAFIRA**

**04041181823014**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2022**

HALAMAN PENGESAHAN

PERAN *SELF COMPASSION* TERHADAP KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGIS PADA DEWASA MUDA KORBAN KEKERASAN DALAM  
PACARAN

SKRIPSI


Dipersiapkan dan disusun oleh

**R. A. ANDINI AISYAFIRA**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 4 Agustus 2023

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing I

  
Marisyah Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198703192019032010

Dosen Pembimbing II

  
M. Zainal Fikri, S.Psi., M.A.  
NIP. 198108132012101201

Dosen Penguji I

  
Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog  
NIP. 199010282018032001

Dosen Penguji II

  
Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

Skrripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana

Tanggal 4 Agustus 2023

Ketua Bagian Psikologi FK UNSRI



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

LEMBAR PERSETUJUAN  
UJIAN SKRIPSI

Nama : R.A. Andini Aisyatira  
NIM : 040411823014  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Kedokteran  
Judul Skripsi : Peran *Self Compassion* terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Dewasa Muda Korban Kekerasan dalam Pacaran

Palembang, 2 Agustus 2023

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



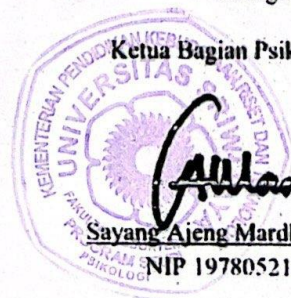
Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP 198703192019032010



M. Zainal Fikri, S.Psi., M.A.  
NIP 198108132012101201

Mengetahui

Ketua Bagian Psikologi FK Unsri



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP 197805212002122004

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan pada perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Indralaya, 4 Agustus 2023



R.A. Andini Aisyafira

04041181823014

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Peneliti mempersembahkan hasil penelitian skripsi ini dan mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, yang telah memberikan keberkahan, nikmat, dan kasih sayang-Nya serta kemudahan-Nya sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Mama, Papa, Kakak, Kedua Adik, dan Bunda. Terima kasih atas doa, dukungan, serta cinta dan kasih sayang yang diberikan untuk saya selama ini. Skripsi ini merupakan bentuk persembahan dari saya untuk keluarga dan semoga dengan terselesaikannya skripsi ini dapat menjadi awal baru bagi saya untuk menjadi orang yang lebih baik lagi dan bisa membahagiakan keluarga saya
3. Sahabat terbaik yang setia mendengarkan keluh-kesah peneliti dan selalu memberikan dukungan serta bantuan dan cinta kasihnya kepada peneliti, Dwi, Velly, Dekyun, Sabrina, Ditak, Yun, Atun, Adel, dan Laila; Balqis, Ona, dan Adel yang tak kenal jarak untuk selalu memberikan *support*.
4. Terima kasih kepada diri saya yang telah memilih untuk tetap hidup dan berjuang

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya ucapkan kepada Allah SWT karena anugerah, rahmat, dan kehadiran-Nya lah peneliti bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peran *Self Compassion* Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Dewasa Muda Korban Kekerasan dalam Pacaran”. Selama proses pengerjaan penelitian skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bimbingan, bantuan, serta dukungan yang berasal dari berbagai pihak untuk dapat mengatasi berbagai kendala serta hambatan yang dialami. Maka dari itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr.Taufiq Marwa, SE, M.Si selaku Rektor Universitas Sriwijaya
2. dr. H. Syarif Husin. M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya,
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan Dosen Penguji II skripsi
4. Ibu Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya sekaligus sebagai Dosen Pembimbing Skripsi I yang telah bersedia meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing, mengarahkan dan membantu peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

5. Pak Zainal Fikri, S.Psi, M.A selaku Dosen Pembimbing Skripsi II yang telah bersedia meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing dan membantu peneliti dalam mengerjakan tugas akhir ini
6. Ibu Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Penguji I skripsi
7. Para dosen dan tenaga pendidik di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah memberikan ilmu kepada peneliti selama masa perkuliahan

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa proposal penelitian skripsi yang telah dibuat ini masih jauh dari kata sempurna, namun demikian peneliti telah berusaha yang semaksimal mungkin. Peneliti senantiasa mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun ke arah yang lebih baik demi kesempurnaan dan pengembangan yang lebih lanjut.

Hormat saya,

R.A. Andini Aisyafira  
04041181823014



## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                   | <b>i</b>    |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>               | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI.....</b> | <b>iii</b>  |
| <b>SURAT PERNYATAAN .....</b>                | <b>iii</b>  |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>             | <b>v</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                   | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                       | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                    | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                    | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                 | <b>xv</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>                         | <b>xvi</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>                        | <b>xvii</b> |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>               | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang .....                      | 1           |
| B. Rumusan Masalah .....                     | 8           |
| C. Tujuan Penelitian.....                    | 8           |
| D. Manfaat Penelitian.....                   | 8           |

|   |           |
|---|-----------|
| 1. Secara teoritis .....  | 8         |
| 2. Secara Praktis .....   | 9         |
| E. Keaslian Penelitian .....  | 9         |
| <b><u>BAB II LANDASAN TEORI</u></b> .....                               | <b>17</b> |
| A. Kesejahteraan Psikologis .....                                       | 16        |
| 1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis .....                            | 16        |
| 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis .....       | 17        |
| 3. Dimensi Kesejahteraan Psikologis .....                               | 19        |
| B. <i>Self-Compassion</i> .....   | 24        |
| 1. Pengertian <i>Self-Compassion</i> .....                              | 24        |
| 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>self compassion</i> .....         | 25        |
| 3. Komponen <i>Self-Compassion</i> .....                                | 27        |
| C. Peran <i>Self-Compassion</i> terhadap Kesejahteraan Psikologis ..... | 30        |
| D. Kerangka Berpikir .....  | 33        |
| E. Hipotesis Penelitian .....   | 33        |
| <b><u>BAB III METODE PENELITIAN</u></b> .....                           | <b>34</b> |
| A. Identifikasi Variabel Penelitian .....                               | 34        |
| B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....                       | 34        |
| 1. Kesejahteraan Psikologis .....                                       | 34        |
| 2. <i>Self-compassion</i> .....   | 35        |

|  |           |
|--|-----------|
| C. Populasi dan Sampel Penelitian .....  | 35        |
| 1. Populasi.....                         | 35        |
| 2. Sampel.....                           | 36        |
| 3. Teknik Sampling .....                 | 36        |
| D. Metode Pengumpulan Data .....         | 37        |
| 1. Skala Psikologis .....                | 37        |
| E. Validitas dan Reliabilitas .....      | 40        |
| 1. Validitas .....                       | 40        |
| 2. Reliabilitas .....                    | 40        |
| F. Metode Analisis Data.....             | 41        |
| 1. Uji Asumsi Penelitian .....           | 41        |
| 2. Uji Hipotesis .....                   | 42        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>43</b> |
| A. Orientasi Kancan Penelitian .....     | 43        |
| B. Laporan Pelaksanaan Penelitian .....  | 45        |
| 1. Persiapan Administrasi .....          | 46        |
| 2. Persiapan Alat Ukur .....             | 46        |
| 3. Pelaksanaan Penelitian .....          | 55        |
| C. Hasil Penelitian .....                | 63        |
| 1. Deskripsi Subjek Penelitian .....     | 63        |

|   |            |
|---|------------|
| 2. Deskripsi Data Penelitian.....       | 70         |
| 3. Hasil Analisis Data Penelitian.....  | 73         |
| D. Hasil Analisis Tambahan .....        | 76         |
| E. Pembahasan .....                     | 88         |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b> | <b>95</b>  |
| A. Kesimpulan .....                     | 95         |
| B. Kelemahan Penelitian.....            | 97         |
| C. Saran.....                           | 96         |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>             | <b>102</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                    | <b>113</b> |

## DAFTAR GAMBAR

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Gambar 2.1. Kerangka Berpikir ..... | 34 |
|-------------------------------------|----|

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 3.1 Skoring Skala Likert .....   | 38 |
| Tabel 3.2 Distribusi Skala Kesejahteraan Psikologis.....                                     | 39 |
| Tabel 3.3 Distribusi Skala <i>Self-compassion</i> .....                                      | 40 |
| Tabel 4.1 Koefisien Reliabilitas ( $\alpha$ ) Kesejahteraan Psikologis.....                  | 51 |
| Tabel 4.2 Distribusi Skala Kesejahteraan Psikologis Aitem Valid dan Tidak Valid.....         | 50 |
| Tabel 4.3 Distribusi Penomoran Baru Skala Kesejahteraan Psikologis.....                      | 50 |
| Tabel 4.4 Koefisien Reliabilitas ( $\alpha$ ) <i>Self Compassion</i> .....                   | 53 |
| Tabel 4.5 Distribusi Skala Kesejahteraan Psikologis Aitem Valid dan Tidak Valid.....         | 53 |
| Tabel 4.6 Distribusi Penomoran Baru Skala <i>Self Compassion</i> .....                       | 50 |
| Tabel 4.7 Penyebaran Skala <i>Try Out</i> .....  | 59 |
| Tabel 4.8 Penyebaran Jumlah Subjek Penelitian .....  | 62 |
| Tabel 4.9 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian .....                                    | 66 |
| Tabel 4.10 Deskripsi Usia Subjek Penelitian.....   | 67 |
| Tabel 4.11 Deskripsi Domisili Subjek Penelitian .....  | 68 |
| Tabel 4.12 Deskripsi Tingkat Pendidikan Subjek Penelitian.....                               | 69 |
| Tabel 4.13 Deskripsi Pekerjaan Subjek Penelitian .....                                       | 69 |
| Tabel 4.14 Deskripsi Status Subjek Penelitian Saat Ini .....                                 | 68 |
| Tabel 4.15 Deskripsi Jumlah Kekerasan dalam Pacaran yang dialami oleh Subjek Penelitian..... | 68 |
| Tabel 4.16 Deskripsi Kapan Terjadinya Kekerasan dalam Pacaran Pada Subjek Penelitian.....    | 69 |
| Tabel 4.17 Deskripsi Status Subjek dengan Pelaku Kekerasan dalam Pacaran.....                | 69 |

|   |    |
|---|----|
| Tabel 4.18 Deskripsi Layanan Bantuan yang Diakses Subjek Penelitian.....  | 70 |
| Tabel 4.19 Deskripsi Data Hipotetik dan Data Empiris Variabel .....   | 71 |
| Tabel 4.20 Formulasi Kategorisasi .....   | 72 |
| Tabel 4.21 Deskripsi Kategori Kesejahteraan Psikologis .....  | 72 |
| Tabel 4.22 Deskripsi Kategorisasi <i>Self-Compassion</i> .....  | 73 |
| Tabel 4.23 Rangkuman Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian .....   | 74 |
| Tabel 4.24 Rangkuman Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian .....   | 77 |
| Tabel 4.25 Rangkuman Hasil Uji Hipotesis Variabel Penelitian.....   | 75 |
| Tabel 4.26 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek.....   | 76 |
| Tabel 4.27 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Status Subjek Penelitian Saat Ini .....                                       | 77 |
| Tabel 4.28 Hasil Perbedaan <i>Mean Self-Compassion</i> Berdasarkan Status Subjek Penelitian Pada Saat Ini.....                | 78 |
| Tabel 4.29 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jumlah Kekerasan yang Dialami Subjek Penelitian.....                          | 81 |
| Tabel 4.30 <u>Hasil Perbedaan <i>Mean</i></u> Berdasarkan Jumlah Kekerasan dalam Pacaran yang Dialami Subjek Penelitian ..... | 82 |
| Tabel 4.31 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Pekerjaan Subjek.....   | 81 |
| Tabel 4.32 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Kapan Terjadinya Kekerasan dalam Pacaran .....                                | 85 |
| Tabel 4.33 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Status Subjek Penelitian dengan Pelaku Kekerasan dalam Pacaran .....          | 84 |
| Tabel 4.34 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Akses Layanan Bantuan yang Diakses oleh Subjek Penelitian .....               | 85 |
| Tabel 4.35 Deskripsi Data Sumbangan <i>Self-Compassion</i> terhadap Kesejahteraan Psikologis .....                            | 86 |
| Tabel 4.36 Deskripsi Data Sumbangan Efektif <i>Self Compassion</i> terhadap Kesejahteraan Psikologis .....                    | 87 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                  |     |
|------------------|-----|
| LAMPIRAN A ..... | 114 |
| LAMPIRAN B ..... | 127 |
| LAMPIRAN C ..... | 130 |
| LAMPIRAN D ..... | 153 |
| LAMPIRAN E ..... | 159 |
| LAMPIRAN F.....  | 169 |
| LAMPIRAN G.....  | 174 |





**PERAN *SELF COMPASSION* TERHADAP KESEJAHTERAAN  
PSIKOLOGIS DEWASA MUDA KORBAN KEKERASAN DALAM  
PACARAN**

**R. A. Andini Aisyafira<sup>1</sup>, Marisya Pratiwi<sup>2</sup>**

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui peran *self compassion* terhadap kesejahteraan psikologis pada dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah adanya peran *self compassion* terhadap kesejahteraan psikologis pada dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran.

Responden dalam penelitian ini adalah 110 orang yang berusia 19-30 tahun dan pernah menjadi korban kekerasan dalam pacaran. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala baku Kesejahteraan Psikologis oleh Rachmayani & Ramdhani (2014) yang mengacu pada dimensi kesejahteraan psikologis milik Ryff & Keyes (1995) dan skala *self compassion* yang mengacu pada dimensi Neff (2003).

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik *simple regression*. Hasil analisis regresi menunjukkan data nilai R square antara *self compassion* dan kesejahteraan psikologis sebesar 0,315 nilai F sebesar 49,754 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Dari hasil tersebut, menunjukkan bahwa *self compassion* memiliki peran yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

**Kata kunci** : *Self Compassion*, Kesejahteraan Psikologis

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP 198703192019032010

Dosen Pembimbing II



M. Zainal Fikri, S.Psi., M.A.  
NIP 198108132012101201

Mengetahui,  
Ketua Bagian Psikologi FK Unsri



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

**THE ROLE OF SELF COMPASSION TOWARDS PSYCHOLOGICAL WELL BEING AMONG YOUNG ADULT VICTIMS OF DATING VIOLENCE**

**R. A. Andini Aisyafira<sup>1</sup>, Marisya Pratiwi<sup>2</sup>**

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the role of self-compassion toward psychological well-being of young adults who are victims of dating violence. The hypothesis in this study is that there is a role of self-compassion on psychological well-being of young adults who are victims of dating violence.*

*Respondents in this study were 110 people aged 19-30 years and had been victims of dating violence. The sampling technique used in this study was purposive sampling technique. The measuring instrument utilized in this study were Adapted Psychological Well-being (PWB) scale by Rachmayani & Ramdhani (2014) which referred to the dimensions of PWB by Ryff & Keyes (1995) and self compassion scale which referred to the dimension of Neff (2003).*

*Data analysis in this study simple regression techniques. The results of the regression analysis showed that the R squared value between self-compassion and psychological well-being was 0.315, the F value was 49.754 and a significance value was 0.000 ( $p < 0.05$ ). From these results, it shows that self-compassion has a significant role in psychological well-being, thus the hypothesis proposed in this study can be accepted.*

**Keyword: Self Compassion, Psychological Well Being, dating violence**

<sup>1</sup> Student at Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

<sup>2</sup> Lecture at Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University

Dosen Pembimbing I



Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog  
NIP 198703192019032010

Dosen Pembimbing II



M. Zainal Fikri, S.Psi., M.A.  
NIP 198108132012101201



# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Manusia dalam tahap perkembangan kehidupannya melewati beberapa fase yang dimulai dari tahap bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, lanjut usia, hingga kematian. Salah satu tahap yang terdapat dalam perkembangan manusia, yaitu dewasa muda. Erickson (dalam Feist, Feist, dan Roberts, 2018) mengatakan bahwa dewasa muda memiliki rentang usia dari 19-30 tahun

Individu yang berada pada rentang usia dewasa muda memiliki tugas perkembangan yang krusial, yaitu hubungan intimasi (Erickson dalam Papalia dan Martorell, 2014). Intimasi merupakan suatu pengalaman yang ditandai dengan kedekatan, kehangatan, dan komunikasi yang disertai atau tidak melibatkan kontak seksual (Rosen dan Steil, dalam Papalia, Old, dan Feldman, 2008). Individu pada tahap dewasa awal berusaha memperoleh intimasi melalui komitmen terhadap hubungan dengan orang lain salah satunya dengan pacaran (Agusdwitanti, Tambunan, dan Retnaningsih, 2015). Hal ini sejalan dengan pendapat Erickson, bahwa tahap perkembangan dewasa muda kerap dihubungkan dengan masalah penentuan pasangan, pernikahan, dan juga tahap membangun sebuah keluarga (Havighurst, 1953). Proses yang dijalani dalam pemilihan pasangan untuk menjadi pendamping hidup dikenal dengan istilah pacaran atau *dating*.

Pacaran merupakan kegiatan yang melibatkan pertemuan dua orang untuk melakukan aktivitas bersama dengan tujuan untuk mengenal satu sama lain

(DeGenova dan Rice, 2005). Secara esensinya, pacaran didefinisikan sebagai sebuah hubungan antara dua individu yang melibatkan aspek emosional, romantis atau seksual (Murray, 2007). Dalam hubungan pacaran ini, terdapat pertemuan dan interaksi sosial yang melibatkan berbagai aktivitas bersama dengan tujuan untuk menentukan bagaimana hubungan tersebut ke depannya atau untuk mencapai tingkat hubungan yang lebih tinggi, yaitu pernikahan (Straus, 2004). Hubungan pacaran merupakan hubungan intimasi yang memiliki peran penting dalam meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan individu (Ainsworth, 1985; Baumier dan Leary, 1995). Meskipun tujuan hubungan pacaran untuk membantu menentukan komitmen yang lebih mendalam, namun dalam proses hubungan pacaran tersebut tidak lepas dari terjadinya berbagai masalah yang harus dihadapi oleh kedua pasangan, seperti masalah keluarga, tingkat ekonomi, perbedaan pendapat, keinginan, kebutuhan serta ekspektasi masing-masing pihak yang tidak terpenuhi yang dapat memicu terjadinya konflik (Hidayah, 2022; Zahra dan Yanivianti, 2017). Konflik yang terjadi dalam hubungan pacaran wajar terjadi dan tidak dapat dihindari oleh pasangan (Brehm, Miller, Perlman, dan Campbell, 2022). Beberapa studi mendapati bahwa konflik yang terjadi dalam hubungan pacaran terbukti berisiko tinggi memicu terjadinya tindak kekerasan dalam pacaran (Mobayode, Hanmer, Matulevich, dan Arango, 2022).

Tindak kekerasan dalam pacaran dalam Catatan Tahunan Komnas Perempuan tahun 2021 mengalami peningkatan dalam 5 tahun terakhir sejak 2016-2020, yang menempati posisi ke-2 dalam kasus kekerasan yang sering terjadi di Ranah Personal dengan persentase 20% atau sebanyak 1.309 kasus. Bentuk

kekerasan yang terjadi di ranah personal ini adalah kekerasan fisik, yang merupakan bentuk kekerasan yang paling menonjol dengan persentase 31% atau sebanyak 2.025 kasus, selanjutnya kekerasan seksual dengan persentase 30% atau sebanyak 1.983 kasus, kekerasan secara psikis dengan persentase 28% atau sebanyak 1.792 kasus, dan kekerasan ekonomi dengan persentase 10% atau sebanyak 680 kasus (CNN Indoneisa, 2021). Mengutip hasil wawancara Komisioner Komnas Perempuan pada Desember 2021, Theresia Iswarini, mengungkapkan bahwa kasus kekerasan dalam pacaran merupakan kasus yang paling sering dilaporkan oleh masyarakat (Tempo, 2021).

Tindakan kekerasan yang terjadi dalam hubungan berpacaran (*dating*) disebut juga dengan *dating violence*. Tindak kekerasan dalam pacaran menjadi isu yang perlu mendapatkan perhatian serius dan cenderung terjadi pada pasangan yang sedang menjalani hubungan pacaran (Didianingrum & Endrijati, 2014; Shorey, Brasfield, Febres dan Stuart, 2011). Wolfe dan Feiring (2000) mendefinisikan kekerasan dalam pacaran merupakan perilaku yang mengontrol dan mendominasi pasangan dalam bentuk kekerasan secara fisik, seksual dan psikologis yang dapat mengakibatkan luka ataupun kerugian. Murray (2001) mendefinisikan kekerasan dalam pacaran sebagai taktik yang dilakukan secara sengaja untuk mendapatkan dan mempertahankan kekuasaan dan kendali atas pasangannya.

Kekerasan dalam pacaran terbagi menjadi tiga bentuk, yaitu kekerasan verbal dan emosional, kekerasan seksual dan kekerasan fisik (Murray, 2001). Lebih lanjut, kekerasan pertama, yaitu kekerasan verbal & emosional, meliputi ancaman yang dilakukan pasangan terhadap pacarnya dengan perkataan maupun mimik

wajah, bentuk ini meliputi memanggil pasangan dengan panggilan buruk (gemuk, bodoh, *cunt*, *bitch*, *whore*, dll), menggunakan raut wajah yang mengintimidasi, membatasi penggunaan telepon pada pasangan, membuat pasangan menunggu di telepon, mengisolasi pasangan dari keluarga dan teman, memonopoli waktu pasangan, membuat pasangan merasa tidak aman., menyalahkan, mengancam, memanipulasi, menginterogasi, mempermalukan pasangan di depan umum, serta merusak barang berharga milik pasangan. Kedua, kekerasan secara seksual meliputi tindakan yang memaksa pasangan untuk melakukan aktivitas atau kontak seksual, seperti sentuhan yang tidak diinginkan dan pemerkosaan. Ketiga, kekerasan secara fisik merujuk pada perilaku yang dapat menyebabkan pasangan mengalami cedera fisik, seperti menampar, memukul, mencekik, menendang, membanting pasangan, dan seperti memukul, menampar, menendang, membanting pasangannya dan tindakan lainnya yang meninggalkan bekas luka (Murray, 2001)

Terdapat konsekuensi negatif jangka pendek dan jangka panjang yang dihasilkan dari pengalaman kekerasan dalam pacaran. Kekerasan dalam pacaran dikaitkan dengan dampak psikologis yang cukup besar, seperti peningkatan risiko depresi, kecemasan, dan PTSD (Choi, Wong, dan Fong, 2016). Selain itu, terdapat hasil studi kualitatif yang mengungkapkan bahwa perempuan yang telah berhasil keluar dari pasangan yang abusif atau yang mengalami kekerasan dalam pacaran, merasa sulit untuk membuka diri karena sulit untuk mempercayai orang baru dan menghindari diri dari seseorang yang memiliki kesamaan dengan pasangan abusifnya yang terdahulu sehingga sulit untuk memulai hubungan baru (Ko dan Park, 2018).

Berdasarkan hasil studi korban kekerasan dalam pacaran memiliki banyak dampak negatif (Shorey, Cornelius, & Bell, 2008), termasuk gejala gangguan stres pascatrauma (PTSD) (Harned, 2001; Hines, 2007), penurunan kepuasan hubungan (Kaura & Lohman, 2007), depresi (Shorey, Sherman, Kivisto, Elkins, Rhatigan, dan Moore, 2011), peningkatan penggunaan zat (Shorey, Rhatigan, Fite, & Stuart, 2011), dan keluhan somatik (Prospero & Kim, 2009). Berdasarkan temuan Bonomi, Thompson, Anderson, Reid, Carrel, Dimer, dan Rivara (2006) mengatakan bahwa dampak negatif dari kekerasan dalam pacaran dalam kurun lima tahun terakhir terhadap penurunan kesehatan korban saat ini terlihat signifikan. Penurunan kesehatan tersebut meliputi emosi yang tidak stabil, keberfungsian untuk hidup atau daya hidup, kesehatan mental, fungsi sosial yang menurun, serta fungsi fisik yang buruk yang berdampak pada kesejahteraan psikologis individu tersebut (Bonomi, dkk 2006).

Czyowska, Gurba, Czyowska, dan Kalus (2020) memaparkan bahwa kesejahteraan psikologis yang tinggi didapat pada individu yang memiliki pasangan. Individu yang memiliki pasangan mendapatkan skor tujuan hidup dan penerimaan diri yang tinggi dimana keduanya merupakan penerimaan diri salah satu aspek dari kesejahteraan psikologis. Salah satu aspek penting untuk mencapai kesehatan mental yang positif adalah kesejahteraan psikologis. Hal ini dikarenakan individu yang merasakan kesejahteraan psikologis cenderung memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya sendiri, dapat membina hubungan yang baik dengan orang lain, mampu mengendalikan situasi di lingkungan sekitarnya, memiliki



tujuan hidup, serta mampu mengatasi tekanan sosial, dan berkeinginan untuk mengoptimalkan potensi yang dimiliki diri (Singh, Mohan, dan Anasseri, 2012).

Ryff & Keyes (1995) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai kondisi dimana individu memiliki pandangan dan sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain, memiliki kemampuan dalam pengambilan keputusan, mampu mengendalikan perilaku sendiri dan mampu mengelola lingkungan yang dapat mendukung kebutuhan pribadi individu tersebut, serta berusaha untuk terus mengembangkan potensi dalam diri mereka. Terdapat enam dimensi dari kesejahteraan psikologis yaitu *self-acceptance*, *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose of life* dan *personal growth*.

Menurut Neff dan Costigan (2004), hal yang dapat berpengaruh terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis dalam diri individu khususnya pada dimensi *self-acceptance* adalah *self-compassion*. *Self-compassion* merupakan konsep yang dikembangkan oleh Kristin Neff dan berakar dari filosofi Buddha (Neff, 2015). Neff (2003) mendefinisikan *self-compassion* sebagai rasa kasih sayang yang ditujukan ke dalam diri sendiri. *Self-compassion* memiliki tiga komponen, yaitu *self-kindness*, *mindfulness*, dan *common humanity*.

*Self-compassion* memungkinkan individu untuk fokus memberikan perhatian dan kepeduliannya terhadap dirinya sendiri ketika menghadapi kesusahan ataupun kesulitan dan membantu individu untuk mengakui dan merangkul pengalaman yang tidak menyenangkan tersebut sebagai bagian yang tak terpisahkan dari perjalanan kehidupan kita (Renggani & Widiasavitri, 2018). Selain itu, *self*

*compassion* juga memiliki peran penting dalam melindungi individu dari gejala psikopatologis yang terkait dengan pengalaman traumatis yang pernah terjadi di masa lampau (Pauley & McPherson, 2010). Ketika individu mengalami peristiwa yang traumatis (seperti kekerasan), *self-compassion* dapat membantu, memperkuat dan mengembangkan karakteristik positif saat masa pemulihan dan di masa depan (Hidayati, 2018).

Lebih lanjut, *self-compassion* dapat berperan mendukung korban yang mengalami peristiwa traumatis dengan memperbaiki pandangan negatif tentang diri mereka sendiri yang muncul akibat peristiwa traumatis tersebut (Marsh, Chan, Macbeth, 2018). Selain itu, *self-compassion* dapat membantu mereka menemukan makna peristiwa traumatis yang telah terjadi yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis mereka (Scoglio, Rudat, Garvert, Jarmolowski, Jackson, dan Herma, 2015; Wong & Yeung, 2017). Sederhananya, *self-compassion* berfungsi untuk melindungi individu dari dampak negatif setelah peristiwa traumatis (Zeller, Yuval, Nitzan, dan Bernstein, 2015), karena individu yang memiliki *self-compassion* cenderung menggunakan strategi adaptif untuk mengatasi pengalaman negatif dan mengatasi trauma (Allen & Leary, 2010).

Studi Germer dan Neff (2015) mengemukakan bahwa *self-compassion* dapat menjadi faktor protektif terhadap reaksi negatif seperti mengisolasi diri, mengkritik diri berlebihan, dan menyalahkan diri sendiri yang berasal dari peristiwa traumatis, salah satunya kekerasan dalam pacaran (Briere & Jordan, 2004; Linehan, 1993). *Self-compassion* membantu individu meningkatkan toleransi mereka terhadap pengalaman negatif dan tidak berusaha untuk mengelak pengalaman traumatis

tersebut (Valdez & Lilly, 2014). Karakasidou dan Stalikas (2017) juga mengatakan bahwa *self compassion* dapat memberikan dampak positif dan kesejahteraan psikologis pada individu yang pernah menjadi korban kekerasan dalam pacaran.

Dari beberapa tinjauan literatur yang telah diuraikan sebelumnya serta didukung oleh fenomena di lapangan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Peran *Self-compassion* terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Dewasa Muda Korban Kekerasan dalam Pacaran”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan pada latar belakang masalah maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada peran *Self-compassion* terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Dewasa Muda Korban Kekerasan dalam Pacaran?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *Self-compassion* terhadap kesejahteraan psikologis pada dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Secara teoritis**

Memberikan pengetahuan mengenai peran *self-compassion* terhadap kesejahteraan psikologis pada dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran dan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu psikologi, terutama dalam bidang psikologi perkembangan, psikologi positif,

psikologis feminisme, dan kesehatan mental khususnya pada korban kekerasan dalam pacaran.

## **2. Secara Praktis**

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan masukan-masukan praktis bagi :

### **a. Bagi responden penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada korban yang mengalami kekerasan dalam pacaran sadar akan pentingnya *Self-compassion*. Penelitian ini juga mengharapkan para korban kekerasan dalam pacaran dapat mengetahui dampak positif dari *self-compassion* ketika melewati masa-masa sulit atau pengalaman yang traumatis.

### **b. Bagi Komunitas**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih kepada komunitas untuk lebih menyadari pentingnya kesejahteraan psikologis korban kekerasan dalam pacaran agar korban dapat diberikan ruang yang aman dan pertolongan psikologis pertama dengan cepat.

## **E. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan hasil pencarian yang berhubungan dengan judul penelitian yang akan dibahas oleh peneliti dengan judul “Peran *Self-compassion* terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Dewasa Muda Korban Kekerasan dalam Pacaran”.

Peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan judul penelitian sebagai berikut.

Penelitian pertama dilakukan oleh Marshall, Parker, Ciarrochi, Sahdra, Jackson dan Heaven pada tahun 2015 yang berjudul "*Self Compassion Protects Against the Negative Effect of Low Self Esteem: A Longitudinal Study in A Large Adolescent Sample*" bertujuan untuk meneliti peran *self compassion* terhadap efek negatif dari rendahnya *self esteem*. Subjek penelitian ini adalah 2448 remaja yang sedang menempuh kelas 9 SMP (Sekolah Menengah Pertama) dan kelas 10 SMA (Sekolah Menengah Atas). Hasil dari penelitian *longitudinal* ini mengatakan bahwa *self-esteem* remaja bergantung pada *self compassion* yang dimiliki remaja tersebut. Remaja yang memiliki *self-compassion* tinggi meningkatkan *self esteem*-nya yang berefek pada kesehatan mentalnya jangka panjang dalam periode 1 tahun.

Perbedaan penelitian yang peneliti lakukan dengan penelitian di atas, yaitu pada variabel dan subjek. Pada penelitian yang dilakukan oleh Marshall, Parker, Ciarrochi, Sahdra, Jackson dan Heaven (2015) menggunakan variabel *self esteem* sebagai variabel terikat. Sedangkan, penelitian yang peneliti teliti menggunakan kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat. Selain itu, subjek penelitian yang peneliti teliti juga berbeda. Pada penelitian di atas, subjek yang diteliti adalah remaja. Sedangkan, pada penelitian ini subjek yang digunakan adalah dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran.

Penelitian kedua berjudul "*The Relationship Between Psychological Well Being and Autonomy in Young People According to Age*" yang dilakukan oleh De-

Juannas, Romero dan Goig pada tahun 2020 pada anak muda yang berumur 16-21 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *psychological well being* dan *autonomy* kepada 1148 anak muda yang berumur 16-21 tahun. Hasil dari penelitian ini adalah adanya hubungan signifikan antara *psychological well being* dengan *autonomy* dimana peningkatan tingkat *autonomy* yang dirasakan terkait dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi.

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah pada variabel dan subjeknya. Pada penelitian di atas variabel terikat adalah *autonomy*, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan variabel terikat kesejahteraan psikologis. Selanjutnya, subjek yang digunakan oleh penelitian di atas adalah anak muda dengan usia 16-21 tahun, sedangkan subjek yang hendak peneliti teliti adalah dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran.

Penelitian yang berjudul “*Examining the Predicting Effect of Mindfulness and Psychological Well Being Among Undergraduate Students: A Structural Equation Modelling Approach*” pada tahun 2015 yang dilakukan oleh Yobas, Ramirez, Fernandez, Sarmiento, Thanoi, Ignacio, dan Lau bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Mindfulness* pada Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Sarjana. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingginya level *mindfulness* dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa .

Perbedaan penelitian yang peneliti lakukan dengan penelitian di atas ada pada variabel dan subjeknya. Pada penelitian yang peneliti lakukan, variabel bebas yang digunakan adalah *self compassion*, sedangkan pada penelitian di atas variabel

bebas yang digunakan adalah *mindfulness*. Subjek yang akan dituju oleh peneliti pada penelitian ini adalah korban kekerasan dalam pacaran, sedangkan pada penelitian di atas subjek yang digunakan adalah mahasiswa.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Kawitri, Rahmawati, Listiyandini, dan Rahmatika (2019) yang berjudul “*Self-Compassion* dan Resilensi pada Remaja Panti Asuhan”. Pada penelitian ini memiliki 140 responden yang merupakan remaja panti asuhan dengan rentang umur 14-18 tahun. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang tinggal di panti asuhan dengan ketakutan hubungan yang sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *self-compassion*, maka semakin tinggi resiliensi yang dimiliki oleh remaja di panti asuhan. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *self-compassion* maka semakin rendah pula resiliensi remaja yang tinggal di panti asuhan.

Perbedaan penelitian di atas dengan studi yang peneliti lakukan adalah *independent variable* (variabel bebas-nya) bebas & sampel penelitiannya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kawitri, et al., (2019) menggunakan *self-compassion* sebagai variabel bebas dan resiliensi sebagai variabel terikat. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan *Self-compassion* sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel terikat. Perbedaan penelitian juga terletak pada subjek penelitian, dimana pada penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan subjek korban kekerasan

dalam pacaran. Sedangkan, subjek yang digunakan oleh penelitian di atas adalah remaja yang tinggal di panti asuhan

Penelitian yang berjudul “Hubungan antara Perilaku Prososial dengan *Psychological Well Being* pada Remaja” dilakukan oleh Elisa Megawati dan Yohanes Kartika Herdiyanto pada tahun 2016 kepada 214 remaja di kota Denpasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku prososial dengan *psychological well being* pada remaja di Denpasar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara perilaku prososial dan *psychological well being* pada remaja di Kota Denpasar. Hubungan ini dimaknai bahwa semakin tinggi perilaku prososial, maka semakin tinggi pula *psychological well being* pada remaja.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Elisa Megawati dan Yohanes Kartika Herdiyanto dengan penelitian yang hendak diteliti adalah pada variabel dan subjeknya. Pada penelitian di atas variabel bebas yang digunakan adalah perilaku prososial, sedangkan variabel yang digunakan oleh peneliti adalah *self-compassion*. Terdapat pula perbedaan subjek yang digunakan, yaitu pada variabel di atas subjek yang digunakan adalah remaja, sedangkan subjek yang hendak penelitian ini tuju adalah dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran.

Selanjutnya, terdapat penelitian yang dilakukan oleh Astari dan Budisetyani (2021) berjudul “Peran *self compassion* dan keyakinan irasional dalam hubungan terhadap agresi verbal pada remaja yang berpacaran di Kota Denpasar”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat peran *self-compassion* dan keyakinan irasional dalam



hubungan terhadap agresi verbal pada remaja yang berpacaran di Kota Denpasar. Sampel dari penelitian ini berjumlah 110 orang remaja yang berada di Kota Denpasar. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peran *self-compassion* dan keyakinan irasional dalam hubungan terhadap agresi verbal. Lebih lanjut dijelaskan bahwa semakin tinggi *self-compassion* maka semakin rendah kecenderungan untuk melakukan agresi verbal dan semakin tinggi keyakinan irasional, maka semakin tinggi pula kecenderungan untuk munculnya perilaku agresi.

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang peneliti lakukan berada pada variabel dan subjek. Pada penelitian yang dilakukan oleh Astari dan Budisetyani (2021) variabel yang digunakan adalah remaja yang berpacaran, sedangkan pada penelitian yang hendak peneliti teliti adalah dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran. Perbedaan selanjutnya berada pada variabel. Variabel bebas yang digunakan oleh penelitian Astari dan Budisetyani (2021) adalah *self-compassion* dan keyakinan irasional, sedangkan variabel terikatnya adalah agresi verbal. Pada penelitian yang hendak peneliti teliti, variabel bebas yang digunakan adalah *self-compassion*, sedangkan variabel terikat yang digunakan adalah kesejahteraan psikologis.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hatari & Setyawan (2018) yang berjudul “Hubungan antara *self-compassion* dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro” memiliki sampel 250 responden yang merupakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil studi ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

positif antara *self compassion* dan resiliensi, yang dimaknai semakin tinggi *self compassion*, maka semakin tinggi pula resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, dan begitupun sebaliknya, jika semakin rendah *self compassion* yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, maka semakin rendah pula resiliensinya.

Perbedaan antara penelitian peneliti dengan penelitian Ha & Setyawan (2018) terletak di variabel dan subjek penelitiannya. Di penelitian Ha & Setyawan (2018), variabel bebas yang digunakan adalah *self compassion* dan variabel terikat yang digunakan adalah resiliensi, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan menggunakan *self-compassion* sebagai variabel bebas dan kesejahteraan psikologis. sebagai variabel terikat. Perbedaan selanjutnya terletak pada subjek penelitian. Pada penelitian di atas subjek yang dituju adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sedangkan subjek yang akan dituju oleh peneliti adalah dewasa muda korban kekerasan dalam pacaran.

Dari penjelasan yang telah dikemukakan sebelumnya pada penelitian ini, peneliti menggunakan variabel bebas (independen), yaitu *self compassion* dan variabel terikat (dependen) yaitu kesejahteraan psikologis. Sehingga, berdasarkan dari 7 penelitian terdahulu yang telah dijelaskan di atas bisa dinyatakan pada penelitian yang akan peneliti laksanakan mempunyai perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, dengan demikian penelitian ini bisa dijamin keasliannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adamczyk, K., & Segrin, C. (2015). Direct and indirect effects of young adults' relationship status Of life satisfaction through loneliness and perceived social support *Psychologic ALBelgica*, 55, 196–21
- Adler, A., Wenceslao Unanue, Osin, E. N., & Seligman, M. E. P. (2017). *Psychological Wellbeing. Happiness: Transforming the Development Landscape Edition: 1st.* Publisher: The Centre for Bhutan Studies and GNH
- Agusdwitanti, Tambunan, dan Retnaningsih (2015). Kelekatan dan intimasi pada dewasa awal. *Jurnal psikologi*. Vol.8. N O.1:18-24
- Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-Compassion, Stress , and Coping. 2, 107–118.
- Astari, N. P. R., & Wulan Budisetyani, I. G. A. P. (2021). Peran self compassion dan keyakinan irasional dalam hubungan terhadap agresinya verbal pada remaja yang berpacaran di Kota Denpasar. *Widya Cakra: Journal of Psychology and Humanities*, 1(2), 1–12
- Azwar, Saifuddin. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baer, R. A., Lykins, E. L. B., & Peters, J. R. (2012). Mindfulness and self-compassion as predictors of psychological wellbeing in long-term meditators and matched nonmeditators. *The Journal of Positive Psychology*, 7(3), 230–238.
- Barnard, L.K. and Curry, J.F. (2011) Self-Compassion: Conceptualizations, Correlates, and Interventions. *Review of General Psychology*, 15, 289-303. <http://dx.doi.org/10.1037/a0025754>
- Bonomi, A. E., Thompson, R. S., Anderson, M., Reid, R. J., Carrell, D., Dimer, J. A., & Rivara, F. P. (2006). Intimate Partner Violence and Women's Physical, Mental, and Social Functioning. *American Journal of Preventive Medicine*, 30(6), 458–466. doi:10.1016/j.amepre.2006.01.015 (<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2006.01.015>)
- Breines, J. G., & Chen, S. (2012). Self-compassion increases self-improvement motivation. *Personality & social psychology bulletin*, 38(9), 1133–1143. <https://doi.org/10.1177/0146167212445599>

- Brown, K., & Ryan, R. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 822–848.
- Burns, R. (2016). Psychosocial Well-being. *Encyclopedia of Geropsychology*, 1–8. [https://doi.org/10.1007/978-981-287-080-3\\_251-1](https://doi.org/10.1007/978-981-287-080-3_251-1)
- Callahan, M. R., Tolman, R. M., & Suanders, D. G. (2003). Adolescent dating violence victimization and psychological well-being. *Journal of Adolescent Research*, 18(6), 664–681. <https://doi.org/10.1177/0743558403254784>
- Choi, E. P. H., Wong, J. Y. H., & Fong, D. Y. T. (2016). Mental health and health-related quality of life of Chinese college students who were the victims of dating violence. *Quality of Life Research*, 26(4), 945–957. <https://doi.org/10.1007/s11136-016-1413-4>
- Cohen, S. (1988). Psychosocial model of the role of social support in the etiology of physical disease. *Health Psychology*, 7, 269–297. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.7.3.26>
- Coker, A. L., Watkins, K. W., Smith, P. H., & Brandt, H. M. (2003). Social support reduces the impact of partner violence on health: application of structural equation models. *Preventive medicine*, 37(3), 259–267. [https://doi.org/10.1016/s0091-7435\(03\)00122-1](https://doi.org/10.1016/s0091-7435(03)00122-1)
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
- Coombs, R. (1991). Marital status and personal well-being: a literature review. *Family Relations*, 40, 97–102. <https://doi.org/10.2307/585665>
- Crego, A., Yela, J. R., Gómez-Martínez, M. Á., & Karim, A. A. (2019). The Contribution of Meaningfulness and Mindfulness to Psychological Well-Being and Mental Health: A Structural Equation Model. *Journal of Happiness Studies*. doi:10.1007/s10902-019-00201-y (<https://doi.org/10.1007/s10902-019-00201-y>)
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Schultz, P. P., & Niemiec, C. P. (2015). Being aware and functioning fully: mindfulness and interest-taking within self-determination theory. In K. W. Brown, J. D. Creswell, & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of mindfulness: theory, research, and practice* (pp. 112–129). New York: Guilford Press
- DeGenova, M. K., & Rice, F. P. (2005). *Intimate relationships, marriages, and families*. McGraw-Hill

- De-Juanas, Á., Bernal Romero, T., & Goig, R. (2020). The Relationship Between Psychological Well-Being and Autonomy in Young People According to Age. *Frontiers in psychology*, 11, 559976. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.559976>
- Eshelman, L., & Levendosky, A. A. (2012). Dating Violence: Mental Health Consequences Based on Type of Abuse. *Violence and Victims*, 27(2), 215–228. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.27.2.215>
- Feist, J., & J. Feist, G. (2013). *Theories of Personality* (7th Edition). McGraw-Hill
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-Compassion in Clinical Practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 856–867. doi:10.1002/jclp.22021 (<https://doi.org/10.1002/jclp.22021>)
- Hall, C. W., Row, K. A., Wuensch, K. L., & Godley, K. R. (2013). The role of self-compassion in physical and psychological well-being. *The Journal of psychology*, 147(4), 311–323. <https://doi.org/10.1080/00223980.2012.693138>
- Harding, T., Lopez, V., & Klainin-Yobas, P. (2019). Predictors of psychological well-being among higher education students. *Psychology*, 10, 578-594
- Harned MS. Abused women or abused men? An examination of the context and outcomes of dating violence. *Violence and Victims*. 2001;16:269–285
- Hatari, S., & Setyawan, I. (2020). HUBUNGAN ANTARA SELF COMPASSION DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO. *Jurnal EMPATI*, 7(1), 54–59. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20146>
- Havighurst, R. J. (1953). *Human Development and Education*. Oxford Longmans, Green. - References - Scientific Research Publishing. (2015).
- Hidayah, S. N. (2022). Social Support with Resilience in Early Adult Women Victims of Dating Violence. *Aji International Journal of Social Science*, 1(1), 30–40. <https://doi.org/10.30872/aijoss>
- Hines DA. Posttraumatic stress symptoms among men who sustain partner violence: An international multisite study of university students. *Psychology of Men & Masculinity*. 2007;8:225–239. doi:10.1037/1524-9220.8.4.22

- Holt-Lunstad, J., Birmingham, W., & Jones, B. Q. (2008). Is there something unique about marriage? The relative impact of marital status, relationship quality, and network social support on ambulatory blood pressure and mental health. *Annals of Behavioral Medicine*, 35, 239–244. <https://doi.org/10.1007/s12160-008-9018-y>
- Homan, K. J. (2016). Self-Compassion and Psychological Well-Being in Older Adults. *Journal of Adult Development*, 23(2), 111–119. <https://doi.org/10.1007/s10804-016-9227-8>
- Hsu, T.-L. and Barrett, A.E. (2020) The Association between Marital Status and Psychological Well-being: Variation across Negative and Positive Dimensions. *Journal of Family Issues*, 41, 2179-2202. <https://doi.org/10.1177/0192513X20910184>
- Hughes, M., & Gove, W. R. (1981). Living alone, social integration, and mental health: a longitudinal study of cohort of young adults. *American Journal of Sociology*, 87, 48–74. <https://doi.org/10.1086/227419>
- Huston, D. C., Garland, E. L., & Farb, N. A. S. (2011). Mechanisms of mindfulness in communication training. *Journal of Applied Communication Research*, 39(4), 406–421. <https://doi.org/10.1080/00909882.2011.608696>
- Jacobson, E. H. K., Wilson, K. G., Kurz, A. S., & Kellum, K. K. (2018). Examining self-compassion in romantic relationships. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 8, 69–73. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2018.04.003>
- Jihan Rahma Didianingrum, & HerdinaEndrijati. (2014). Hubungan antara sikap asertivitas dengan kecenderungan menjadi korban kekerasan dalam pacaran pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(2), 97–102. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jppp6e47790c43full.pdf>
- Karakasidou, E., & Stalikas, A. (2017). Empowering the Battered Women: The Effectiveness of a Self-Compassion Program. *Psychology*, 08(13), 22214. <https://doi.org/10.4236/psych.2017.813140>
- Karatzias, T., Shevlin, M., Fyvie, C., Hyland, P., Efthymiadou, E., Wilson, D., ... Cloitre, M. (2017). Evidence of distinct profiles of posttraumatic stress disorder (PTSD) and complex posttraumatic stress disorder (CPTSD) based on the new ICD-11 trauma questionnaire (ICD-TQ). *Journal of Affective Disorders*, 207, 181–187.
- Kaura SA, Lohman BJ. Dating violence victimization, relationship satisfaction, mental health problems, and acceptability of violence: A comparison of men

- and women. *Journal of Family Violence*. 2007;22:367–381. doi:10.1007/s10896-007-9092-0
- Kawitri, A. Z., Rahmawati, B. D., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2019). Self-Compassion dan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan. *Journal Psikogenesis*, 7(1), 76–83. <https://doi.org/10.24854/jps.v7i1.879>
- Klainin-Yobas, P., Ramirez, D., Fernandez, Z., Sarmiento, J., Thanoi, W., Ignacio, J., & Lau, Y. (2016). Examining the predicting effect of mindfulness on psychological well-being among undergraduate students: A structural equation modelling approach. *Personality and Individual Differences*, 91, 63–68. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.11.034>
- Ko Y, Park S. Building a New Intimate Relationship After Experiencing Intimate Partner Violence in Victim-Survivors of South Korea. *J Interpers Violence*. 2020 Jan;35(1-2):3-24. doi: 10.1177/0886260518814265. Epub 2018 Nov 28. PMID: 30484360.
- Komnas Perempuan. (2021). Perempuan dalam himpitan pandemi: Lonjakan Kekerasan Seksual, Kekerasan Siberi, Perkawinan Anak dan Keterbatasan Penanganan di Tengah Covid-19. CATAHU 2021: Catatan Tahunan Kekerasan Terhadap Perempuan 2020.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Batts Allen, A., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The implications of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(5), 887–904. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.5.887>
- M., Van Den Noortgate, W., & Kuppens, P. (2015). The relation between short-term emotion dynamics and psychological well-being: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 141(4), 901-930. <http://dx.doi.org/10.1037/a00388> [https://doi.org/10.1016/s0761-8425\(04\)71291-7](https://doi.org/10.1016/s0761-8425(04)71291-7)
- MacBeth, A., & Gumley, A. (2012). Exploring compassion: a meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical psychology review*, 32(6), 545–552. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2012.06.003>
- Maheux, A., & Price, M. (2015). Investigation of the relation between PTSD symptoms and self-compassion: Comparison across DSM IV and DSM 5 PTSD symptom clusters. *Self and Identity*, 14(6), 627–637
- Marsh, I. C., Chan, S. W. Y., & Macbeth, A. (2018). Self-compassion and Psychological Distress in Adolescents — a Meta-analysis. 1011–1027

- Marshall, S. L., Parker, P. D., Ciarrochi, J., Sahdra, B., Jackson, C. J., & Heaven, P. C. L. (2015). Selfcompassion protects against the negative effects of low self-esteem: a longitudinal study in a large adolescent sample. *Personality and Individual Differences*, 74, 116–121
- Martins, C., Gouveia, A., Chaves, M., Lourenço, R., Marques, S., & Santos, T. (2014). Dating violence and nursing student well-being. *Atención Primaria*, 46, 129–134. doi:10.1016/S0212-6567(14)70079-4 ([https://doi.org/10.1016/S0212-6567\(14\)70079-4](https://doi.org/10.1016/S0212-6567(14)70079-4))
- Maselko, J., Bates, L. M., Avendano, M., & Glymour, M. M. (2009). The intersection of sex, marital status, and cardiovascular risk factors in shaping stroke incidence: Results from the Health and Retirement Study. *Journal of the American Geriatrics Society*, 57, 2293–2299. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2009.02555.x>
- Masterkaasa, A. (1992). Marriage and psychological well-being: Some evidence on selection into marriage. *Journal of Marriage and Family*, 54, 901–911. <https://doi.org/10.2307/353171>
- Megawati, E., & Herdiyanto, Y. K. (2016). Hubungan antara Perilaku Prosocial dengan Psychological Well-Being pada Remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1). <https://doi.org/10.24843/jpu.2016.v03.i01.p13>
- Mendes de Leon, C. F., Apples, A. W., Otten, F. W., & Schouten, E. G. (1992). Risk of mortality and coronary heart disease by marital status in middle-aged men in the Netherlands. *International Journal of Epidemiology*, 21, 460–466. <https://doi.org/10.1093/ije/21.3.46>
- Muñoz-Rivas, M. J., Graña, J. L., O'Leary, K. D., & González, M. P. (2007). Aggression in adolescent dating relationships: Prevalence, justification, and health consequences. *Journal of Adolescent Health*, 40(4), 298–304. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.11.137>
- Muris, P., & Petrocchi, N. (2017). Protection or Vulnerability? A Meta-Analysis of the Relations Between the Positive and Negative Components of Self-Compassion and Psychopathology. *Clinical psychology & psychotherapy*, 24(2), 373–383. <https://doi.org/10.1002/cpp.2005>
- Murray, J. (2001). But I Love Him: Protecting Your Teen Daughter from Controlling, Abusive Dating Relationships. In *Africa's Potential for the Ecological Intensification of Agriculture*.
- Murray, C. E., & Kardatzke, K. N. (2007). Dating Violence Among College Students: Key Issues for College Counselors. *Journal of College*



- Counseling, 10(1), 79–89. doi:10.1002/j.2161-1882.2007.tb00008.x  
(<https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2007.tb00008.x>)
- Neff, K. (2003). Self-Compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Revue Des Maladies Respiratoires*, 21(2), 343–344.
- Neff, K. D. (2015). The Self-Compassion Scale is a Valid and Theoretically Coherent Measure of Self-Compassion. *Mindfulness*, 7(1), 264–274.  
<https://doi.org/10.1007/s12671-015-0479-3>
- Neff, K. D., & Costigan, A. P. (2014). Self-compassion, wellbeing, and happiness. *Psychologie in Osterreich*, 2(3), 114–119.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: two different ways of relating to oneself. *Journal of personality*, 77(1), 23–50.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00537.x>
- Neff, K. D., (2003a). The development and validation of scale to measures self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223-250. Doi: 10.1080/15298860390209035
- Neff, K. D., (2003b). Self Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2, 85-101. Doi: 10.1080/15298860390129863
- Neff, K. D., & Germer, C. K. (2012). A Pilot Study and Randomized Controlled Trial of the Mindful Self-Compassion Program. *Journal of Clinical Psychology*, 69(1), 28–44. doi:10.1002/jclp.21923  
(<https://doi.org/10.1002/jclp.21923>)
- Nguyen, T. M., & Le, G. N. H. (2021). The influence of COVID-19 stress on psychological well-being among Vietnamese adults: The role of self-compassion and gratitude. *Traumatology*, 27(1), 86–97.  
<https://doi.org/10.1037/trm0000295>
- Palma, E., de Sousa, A., Teixeira, J., Moreira, W., de Araújo, A., & Souza, L. et al. (2022). Influence of Sociodemographic and Emotional Factors on the Relationship between Self-Compassion and Perceived Stress among Men Residing in Brazil during the COVID-19 Pandemic. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(13), 8159. doi: 10.3390/ijerph19138159
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2014). *Experience Human Develepment Thirteenth Edition* (13th ed.). McGraw-Hill.

- Pauley, G., & McPherson, S. (2010). The experience and meaning of compassion and self-compassion for individuals with depression or anxiety. *Psychology and psychotherapy*, 83(Pt 2), 129–143. <https://doi.org/10.1348/147608309X471000>
- Prospero M, Kim M. Mutual partner violence: Mental health symptoms among female and male victims in four racial/ethnic groups. *Journal of Interpersonal Violence*. 2009;24:2039–2056
- Renggani, A. F., & Wideasavitri, P. N. (2018). Peran Self-Compassion terhadap Psychological Well-Being Pengajar Muda di Indonesia Mengajar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 418. <https://doi.org/10.24843/jpu.2018.v05.i02.p13>
- Reyes D. (2012). Self-compassion: a concept analysis. *Journal of holistic nursing : official journal of the American Holistic Nurses' Association*, 30(2), 81–89. <https://doi.org/10.1177/0898010111423421>
- Reyes, D. (2012). Self-compassion: A concept analysis. *Journal of holistic nursing*, 30(2), 81-89. Doi: 10.1177/0898010111423421
- Rickert, V. I., Vaughan, R. D., & Wiemann, C. M. (2002). Adolescent dating violence and date rape. *Current opinion in obstetrics & gynecology*, 14(5), 495–500. <https://doi.org/10.1097/00001703-200210000-00009>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Scoglio, A. A. J., Rudat, D. A., Garvert, D., Jarmolowski, M., Jackson, C., & Herman, J. L. (2015). Self-Compassion and Responses to Trauma: The Role of Emotion Regulation. *Journal of Interpersonal Violence*, 33(13), 2016–2036
- Samios, C., Raatjes, B., Ash, J., Lade, S. L., & Langdon, T. (2020). Meaning in Life Following Intimate Partner Psychological Aggression: The Roles of Self-Kindness, Positive Reframing, and Growth. *Journal of Interpersonal Violence*, 35(7-8), 1567–1586. doi:10.1177/0886260519898437 <https://doi.org/10.1177/0886260519898437>
- Scott, K., & Straus, M. (2007). Denial, minimization, partner blaming, and intimate aggression in dating partners. *Journal of Interpersonal Violence*. <https://doi.org/10.1177/0886260507301227>
- Shorey RC, Cornelius TL, Bell KM. A critical review of theoretical frameworks for dating violence: Comparing the dating and marital fields. *Aggression and Violent Behavior* 2008;13:185-194. doi:10.1016/j.avb.2008.03.003.

- Shorey RC, Rhatigan DL, Fite PJ, Stuart GL. Dating violence victimization and alcohol problems: An examination of the stress-buffering hypothesis for perceived support. *Partner Abuse*. 2011;2:31–45. doi:10.1891/1946-6560.2.1.31
- Shorey RC, Sherman AE, Kivisto AJ, Elkins SR, Rhatigan DL, Moore TM. Gender differences in depression and anxiety among victims of intimate partner violence: The moderating effect of shame-proneness. *Journal of Interpersonal Violence*. 2011;26:1834–1850
- Shorey, R. C., Brasfield, H., Febres, J., & Stuart, G. L. (2011). An examination of the association between difficulties with emotion regulation and dating violence perpetration. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 23, 870–885.
- Singh, K., Mohan, J., & Anasseri, M. (2012). *Psychological well-being: dimensions, measurements and applications*. Germany: LAP LAMBERT Academic Publishing
- Smith, B.W., Guzman, A. & Erickson, K. The Unconditional Self-Kindness Scale: Assessing the Ability to Respond with Kindness to Threats to the Self. *Mindfulness* 9, 1713–1722 (2018). <https://doi.org/10.1007/s12671-018-0912-5>
- Sotiropoulou, K., Patitsa, C., Giannakouli, V., Galanakis, M., Koundourou, C., & Tsitsas, G. (2023). Self-Compassion as a Key Factor of Subjective Happiness and Psychological Well-Being among Greek Adults during COVID-19 Lockdowns. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(15), 6464. <https://doi.org/10.3390/ijerph20156464>
- Straus, M. A. (2004). Prevalence of Violence Against Dating Partners by Male and Female University Students Worldwide. *Violence against Women*, 10(7), 790–811. <https://doi.org/10.1177/1077801204265552>
- Sugiyono, P. . (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d* (D. I. Sutopo
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV
- Sun, X., Chan, D. W., & Chan, L.-k. (2018). "Self-compassion and psychological well-being among adolescents in Hong Kong: Exploring gender differences": Corrigendum. *Personality and Individual Differences*, 129, 179. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.03.029>
- Tarber, D.N., Cohn, T.J., Casazza, S. *et al.* The Role of Self-compassion in Psychological Well-being for Male Survivors of Childhood

- Maltreatment. *Mindfulness* 7, 1193–1202 (2016).  
<https://doi.org/10.1007/s12671-016-0562-4>
- Tempo (2021, Desember 7). Komnas Perempuan Sebut Kekerasan Dalam Pacaran Paling Sering Dilaporkan. Diakses pada Mei 29, 2021 dari artikel ilmiah: <https://www.google.com/amp/s/nasional.tempo.co/amp/1536916/komnas-perempuan-sebut-kekerasan-dalam-pacaran-paling-sering-dilaporkan>
- Terry, M. L., & Leary, M. R. (2011). Self-compassion, self-regulation, and health. *Self and identity*, 10(3), 352–362.
- Thompson, B. L., & Waltz, J. (2008). Self-compassion and PTSD symptom severity. *Journal of Traumatic Stress*, 21(6), 556–558
- Tran, M.A.Q., Khoury, B., Chau, N.N.T. *et al.* The Role of Self-Compassion on Psychological Well-Being and Life Satisfaction of Vietnamese Undergraduate Students During the COVID-19 Pandemic: Hope as a Mediator. *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther* (2022).  
<https://doi.org/10.1007/s10942-022-00487-7>
- Valdez, C. E., & Lilly, M. M. (2014). Posttraumatic Growth in Survivors of Intimate Partner Violence: An Assumptive World Process. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(2), 215– 231
- Velly, N. A. (2022). Hubungan Antara *Mattering* dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Peserta Merdeka Belajar-Kampus Merdeka [Skripsi]. Tidak Diterbitkan. Fakultas Kedokteran. Universitas Sriwijaya: Indralaya
- Voci, A., Veneziani, C.A. & Fuochi, G. Relating Mindfulness, Heartfulness, and Psychological Well-Being: the Role of Self-Compassion and Gratitude. *Mindfulness* 10, 339–351 (2019).  
<https://doi.org/10.1007/s12671-018-0978-0>
- Wallace, B. A., & Shapiro, S. L. (2006). Mental balance and well-being: building bridges between Buddhism and Western Psychology. *American Psychologist*, 61, 690–701. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.7.690>
- Warkentin, J. B. (2008). Dating violence and sexual assault among college men: Co-occurrence, predictors, and differentiating factors. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*, 69(2-B), 1313.
- Werner, K. H., Jazaieri, H., Goldin, P. R., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2012). Self-compassion and social anxiety disorder. *Anxiety, stress, and coping*, 25(5), 543–558. <https://doi.org/10.1080/10615806.2011.608842>

- Wolfe, D. A., & Feiring, C. (2000). Dating Violence Through the Lens of Adolescent Romantic Relationships. *Child Maltreatment*, 5(4), 360–363. <https://doi.org/10.1177/10775595000050040071>
- Wong, C. C. Y., & Yeung, N. C. Y. (2017). Self-compassion and Posttraumatic Growth: Cognitive Processes as Mediators. *Mindfulness*, 8(4), 1078–1087.
- Zahra, G. P., & Yanuvianti, M. (2017). Hubungan Antara Kekerasan Dalam Berpacaran (Dating Violence) dengan Self Esteem Pada Wanita Korban KDRP Di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 3(2), 303–309.
- Zeller, M., Yuval, K., Nitzan-Assayag, Y., & Bernstein, A (2015). Self-Compassion in Recovery Following Potentially Traumatic Stress: Longitudinal Study of At-Risk Youth. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(4), 645–653