

PENGARUH *SELF COMPASSION* PADA *BODY DISSATISFACTION* DI KALANGAN REMAJA PEREMPUAN

Sony Laksana Adi

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self compassion* pada *body dissatisfaction* di kalangan remaja perempuan. Hipotesis penelitian ini adalah *self compassion* berpengaruh secara signifikan pada *body dissatisfaction* di kalangan remaja perempuan. Subjek adalah perempuan remaja akhir berusia 18 tahun sampai dengan 22 tahun yang berjumlah 175 orang. Alat pengumpulan data adalah skala *self compassion* dan skala *body dissatisfaction* dengan model *Likert*. Skala *self compassion* memiliki 26 item dengan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,87$ dan skala *body dissatisfaction* memiliki 16 item dengan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,92$. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bantuan *SPSS versi 21*. Hasilnya menunjukkan bahwa *Self compassion* berpengaruh terhadap *body dissatisfaction* di kalangan remaja perempuan.

Kata kunci: *Self compassion*, *body dissatisfaction*, kalangan perempuan remaja akhir.

THE INFLUENCE OF SELF COMPASSION ON BODY DISSATISFACTION AMONG FEMALE ADOLESCENT

Sony Laksana Adi

ABSTRACT

This study aims to determine the influence of self compassion on body dissatisfaction among adolescent girls. The hypothesis of this study is self-compassion significantly influences the body dissatisfaction among female adolescent. Subjects were 175 late female adolescent aged 18 year to 22 year old. Data collection instruments were the scale of self compassion and the body dissatisfaction scale in Likert model. Self compassion scale has 26 items with reliability coefficient of $\alpha = 0.87$ and body dissatisfaction scale has 16 item with reliability coefficient of $\alpha = 0.92$. A simple linear regression was applied to analyze the data with the help of SPSS version 21. The results show that the self-compassion influences the body dissatisfaction.

Keywords: self compassion, body dissatisfaction, women's adolescent

