

# HUBUNGAN *FORGIVENESS* DAN *SELF-COMPASSION* DENGAN KESEPIAN PADA JANDA DI KOTA BANDUNG

## ABSTRAK

Tria Oktyana (1306653). Hubungan *Forgiveness* dan *Self-compassion* dengan Kesepian pada Janda di Kota Bandung. Skripsi pada Departemen Psikologi UPI Fakultas Ilmu Pendidikan. Bandung (2016)

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan *forgiveness* dan *self-compassion* dengan kesepian pada janda di Kota Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan sampel penelitian berjumlah 250 janda yang berusia 20-40 tahun dengan lama kehilangan pasangan kurang dari lima tahun. Instrumen pada penelitian ini diadaptasi dari *Social-Emotional Loneliness Scale for Adult (SELSAS)* untuk mengukur kesepian, *Heartland Forgiveness Scale* untuk mengukur *forgiveness* dan *Self-compassion Scale Short Version* untuk mengukur *self-compassion*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *pearson's product moment* dan korelasi ganda. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara *forgiveness* dan kesepian ( $r = -0,681$ ) dengan 46,3% variasi kesepian dapat dijelaskan oleh *forgiveness*. Hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self-compassion* dan kesepian ( $r = -0,693$ ) dengan 48% *self-compassion* dapat menjelaskan variasi kesepian. Untuk hasil hubungan *forgiveness* dan *self-compassion* dengan kesepian ( $r^2 = 0,719$ ) pada janda di Kota Bandung. Sebesar 51,6% kontribusi *self-compassion* dan *forgiveness* dapat memprediksi kesepian. Maka dapat diartikan terdapat hubungan antara *forgiveness*, *self-compassion* dengan kesepian pada janda di Kota Bandung.

Kata Kunci: *forgiveness*, *self-compassion*, kesepian, janda

***RELATIONSHIP FORGIVENESS AND SELF-COMPASSION WITH LONELINESS  
OF WIDOWS IN BANDUNG***

**ABSTRACT**

Tria Oktyana (1306653). *Relationship Forgiveness and Self-compassion with loneliness of widows in Bandung*. Script. Psychology Departement Faculty of Education UPI.Bandung (2017)

This study aims to identify relationship of forgiveness and self-compassion with loneliness of widows in Bandung. The research method used is quantitative method with research sample amounted to 250 widows aged 20-40 years. The instrument in this study was adapted from Social-Emotional Loneliness Scale for Adult (SELSAS), Heartland Forgiveness Scale and Self-compassion Scale Short Version. The data analysis technique used is Pearson's product moment correlation and multiple correlation. The results of this study indicate a negative relationship between forgiveness and loneliness ( $r=-0.681$ ) with 46.3% loneliness can be explained by forgiveness. The result of the relationship between self-compassion and loneliness ( $r=-0.693$ ) with 48% self-compassion can explain loneliness. For the results of the relationship forgiveness and self-compassion with loneliness ( $r^2=0.719$ ) on widows in the city of Bandung. The contribution of self-compassion and forgiveness can predict loneliness 41,6%. The results suggests relationship between forgiveness and self-compassion with loneliness in widows in Bandung.

Keyword: *forgiveness, self-compassion*, loneliness, widow