

PENGARUH *FORGIVENESS* TERHADAP *SELF-COMPASSION* PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG MENGALAMI *FATHERLESS* DI KOTA PADANG

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Sebagai Salah Satu Syarat dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)



**UIN IMAM BONJOL
PADANG**

Oleh:

**RIZQA ASRARUS SYIFA
NIM. 2215040177**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI IMAM BONJOL PADANG
1448 H/ 2026**

LEMBAR PERNYATAAN KEORSINILAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rizqa Asarus Syifa

NIM : 2215040177

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Pengaruh *Forgiveness* terhadap *Self-Compassion* pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami *Fatherless* di Kota Padang”** adalah hasil karya saya sendiri yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan dari perguruan tinggi manapun.

Adapun bagian-bagian dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah. Jika dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran kode etik penelitian ilmiah, maka saya akan menerima sanksi berupa dibatalkan keabsahan skripsi ini dengan gelar kesarjanaan saya.

Padang, 4 Agustus 2026
Saya yang menyatakan



Rizqa Asarus Syifa
NIM. 2215040177

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Pengaruh *Forgiveness* terhadap *Self-Compassion* pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami *Fatherless* di Kota Padang”. Disusun oleh Rizqa Asrarus Syifa NIM 2215040177, Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang telah memenuhi persyaratan ilmiah dan disetujui untuk diajukan ke sidang munaqasyah. Demikian persetujuan ini untuk dapat digunakan sebaik-baiknya.

Padang, 24 Agustus 2026

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 197410012008012016

Pembimbing II



Mai Tiza Husna, M.Psi., Psikolog
NIP. 19930531202012019

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “Pengaruh *Forgiveness* terhadap *Self-Compassion* pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami *Fatherless* di Kota Padang” yang disusun oleh Rizqa Asrurus Syifa, NIM : 2215040177, telah diuji dalam sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang, pada hari Kamis, 17 September 2026 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Psikologi Islam.

Padang, 23 September 2026

Tim Penguji
Ketua



Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog
NIP.197410012008012016

Penguji I



Dr. Murisal, S.Ag., M.Pd
NIP. 197212312007101010

Penguji II



Fadhlilah, S.Psi., M.Pd.I
NIP.198011112006042002

Penguji III



Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 197410012008012016

Penguji IV



Mai Tiza Husna, M.Psi., Psikolog
NIP. 19930531202012019

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Imam Bonjol Padang



Dr. Setriyono, S.Ag., M.Pd
NIP. 197012302006041007

ABSTRAK

Skripsi yang berjudul “**Pengaruh *Forgiveness* terhadap *Self-Compassion* pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami *Fatherless* di Kota Padang**” disusun oleh Rizqa Asrarus Syifa, NIM. 2215040177, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, UIN Imam Bonjol Padang. *Fatherless* adalah kondisi ketika individu mengalami ketidakhadiran figur ayah atau kurangnya keterlibatan peran ayah dalam kehidupannya sehingga dapat memengaruhi kondisi psikologis. Pada perempuan dewasa awal, kondisi tersebut dapat memengaruhi *self-compassion* dalam menghadapi pengalaman emosional. Salah satu faktor yang berperan dalam meningkatkan *self-compassion* adalah *forgiveness*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *forgiveness* terhadap *self-compassion* pada perempuan dewasa awal yang mengalami *fatherless* di Kota Padang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Responden penelitian berjumlah 385 perempuan dewasa awal yang mengalami *fatherless* di Kota Padang yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala *forgiveness* berdasarkan teori McCullough dan skala *self-compassion* berdasarkan teori Neff. Analisis data dilakukan menggunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan program SPSS 27 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *forgiveness* terhadap *self-compassion* dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,129 menunjukkan bahwa *forgiveness* memberikan kontribusi sebesar 12,9% terhadap *self-compassion*, sedangkan 87,1% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian yang telah diujikan. Kesimpulan terdapat pengaruh *forgiveness* terhadap *self-compassion* pada perempuan dewasa awal yang mengalami *fatherless*.

Kata Kunci: *Forgiveness*, *Self-Compassion*, *Fatherless*, Perempuan Dewasa Awal

ABSTRACT

The thesis entitled “The Effect of Forgiveness on Self-Compassion among Early Adulthood Women Experiencing Fatherless in Padang City” was written by Rizqa Asrarus Syifa, Student ID Number 2215040177, Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, Imam Bonjol State Islamic University Padang. Fatherless is a condition in which individuals experience the absence or lack of involvement of a father figure in their lives, which can affect an individual's psychological condition. In early adulthood women, this condition can affect their ability to accept themselves and cope with emotional experiences. One factor that plays a role in increasing self-compassion is forgiveness. This study aims to determine the effect of forgiveness on self-compassion among early adulthood women experiencing fatherless in Padang City. This study used a quantitative method. The research respondents consisted of 385 early adulthood women experiencing fatherless in Padang City who were selected using purposive sampling. Data collection was carried out using a forgiveness scale based on McCullough theory and a self-compassion scale based on Neff's theory. Data analysis was conducted using assumption tests and simple linear regression tests with the assistance of SPSS 27 for Windows. The results showed that there was a positive and significant effect of forgiveness on self-compassion with a significance value of $0.000 < 0.05$. The coefficient of determination (R^2) value of 0.129 indicated that forgiveness contributed 12.9% to self-compassion, while the remaining 87.1% was influenced by other factors outside the study. Thus, it can be concluded that there is an effect of forgiveness on self-compassion among early adulthood women experiencing fatherless.

Keywords: Forgiveness, Self-Compassion, Fatherless, Early Adulthood Women

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirobbil'alaamiin, segala puji bagi Allah Swt., yang telah memberikan rahmat, hidayah dan berkah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh *Forgiveness* Terhadap *Self-Compassion* pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami *Fatherless*”** ini dengan tepat waktu. Shalawat serta salam semoga terlimpahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad Saw., beserta keluarga dan sahabatnya.

Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari pengajaran, bantuan, arahan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga segala rintangan yang dirasa berat menjadi lebih ringan. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Dr. Sefriyono, S.Ag., M.Pd, selaku dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama beserta wakil dekan, karyawan dan karyawan yang telah memberikan fasilitas kepada penulis selama perkuliahan.
2. Ibu Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam sekaligus dosen pembimbing I yang dengan tulus dan sabar serta bersedia meluangkan waktunya di tengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan saran selama penyusunan skripsi ini. Semoga kesehatan dan keberkahan selalu tercurah kepada Ibu.
3. Ibu Mai Tiza Husna M.Psi., Psikolog., dosen pembimbing II yang bersedia meluangkan waktunya di tengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis selama penulis duduk di bangku kuliah hingga terselesaikannya skripsi ini. Semoga kesehatan dan keberkahan selalu tercurah kepada Ibu.
4. Segenap dosen pengajar di Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama duduk di bangku perkuliahan.
5. Kepada responden penelitian ini, penulis mengucapkan banyak terimakasih karena telah meluangkan waktu serta bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.
6. Terkhusus orang tua tercinta penulis, Bundo (Elza Fitri) dan Bapak (Nasrul) serta Bunda (Dr. Wanda Fitri M.Si) dan Ayah (Hendry) yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan yang tiada henti selama proses pendidikan penulis. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan motivasi bagi penulis. Segala perjuangan dan kepercayaan yang diberikan menjadi penyemangat bagi penulis untuk terus berusaha memberikan yang terbaik.
7. Kepada kedua adik tersayang Chalisha Fadhilatun Nazhira dan Rayhana Nasywa Athaya. Terimakasih selalu memberikan dukungan, semangat, dan kebahagiaan selama proses penyusunan skripsi ini.
8. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Regu tulip; Diajeng, Mutiara, Filza dan Rani serta teman-teman Psikologi Islam E angkatan 2022 yang

banyak memberikan warna dan pengalaman yang indah selama perkuliahan ini.

9. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun dinamika yang terjadi selama proses perkuliahan maupun proses penyusunan skripsi. Penulis bangga bisa menyelesaikan skripsi dan ini merupakan penacapaian proses kehidupan yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Padang, 4 Agustus 2026

A handwritten signature in black ink, enclosed in a thin black rectangular border. The signature is stylized, with a large, looped initial 'R' and the name 'Syifa' written in a cursive script below it.

Rizqa Asrarus Syifa
NIM. 2215040177

DAFTAR ISI

PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis.....	9
2. Manfaat Praktis	9
F. Sistematika Penulisan.....	9
BAB II.....	11
LANDASAN TEORI.....	11
A. <i>Self – Compassion</i>	11
1. Pengertian <i>Self Compassion</i>	11
2. Aspek-Aspek <i>Self Compassion</i>	12
3. Faktor yang mempengaruhi <i>Self-Compassion</i>	17
4. Konsep <i>Self-Compassion</i> dalam Islam.....	21
B. <i>Forgiveness</i>	26
1 . Pengertian <i>Forgiveness</i>	26

2. Aspek-Aspek <i>Forgiveness</i>	28
3. Faktor-faktor <i>Forgiveness</i>	30
4. Konsep <i>Forgiveness</i> dalam Islam	31
C. Pengaruh <i>Forgiveness</i> terhadap <i>Self-Compassion</i>	32
D. Penelitian Relevan	36
E. Kerangka Konseptual	41
F. Hipotesis	43
BAB III.....	44
METODE PENELITIAN	44
A. Jenis Penelitian	44
B. Identifikasi Variabel Penelitian	44
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	45
1. <i>Forgiveness</i> (Variabel X).....	45
2. <i>Self-compassion</i> (Variabel Y).....	45
D. Populasi dan Sampel.....	46
1. Populasi	46
2. Sampel.....	46
E. Instrumen Penelitian	49
1. Skala <i>Forgiveness</i>	49
2. Skala <i>Self Compassion</i>	50
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	50
1. Validitas	50
2. Reliabilitas.....	51

G. Teknik Analisis Data	52
1. Uji Normalitas	52
2. Uji Linearitas	53
I. Uji Hipotesis	53
1. Uji Regresi Sederhana.....	53
2. Uji Koefisien Determinasi.....	54
BAB IV	55
HASIL DAN PEMBAHASAN	55
A. Tahap Pelaksanaan Penelitian	55
1. Tahap Persiapan.....	55
2. Tahap Pelaksanaan.....	56
3. Tahap Pengolahan dan Analisis Data	57
B. Deskripsi Umum Responden Penelitian	57
C. Hasil Penelitian.....	59
1. Deskripsi Data Statistik Variabel X dan Y.....	59
2. Kategorisasi Variabel.....	60
3. Uji Asumsi Klasik.....	65
4. Uji Hipotesis.....	68
D. Pembahasan	70
BAB V.....	82
PENUTUP	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran	83

DAFTAR PUSTAKA	86
----------------------	----