

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima maupun akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 23 Juni 2025

Peneliti



Aisyah Nur Fitriani

NIM. 211340147

ABSTRAK

Nama: Aisyah Nur Fitriani, NIM: 211340147, Judul Skripsi: **“Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri Pondok Pesantren Daaruttashihah”**, Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Tahun 2025/1447 H.

Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam pengembangan potensi santri, baik dalam bidang akademik maupun sosial. Namun, dalam praktiknya, tidak sedikit santri yang mengalami krisis percaya diri, seperti ragu terhadap kemampuan diri, minder terhadap penampilan fisik, hingga takut berbicara di depan umum. Hal ini berpotensi mempengaruhi kesehatan mental serta pencapaian akademik mereka. Salah satu faktor yang diyakini dapat memperkuat kepercayaan diri adalah *self-compassion*, yaitu kemampuan memperlakukan diri sendiri dengan kasih sayang, menerima kekurangan, belajar dari kegagalan, serta mengubah pola pikir negatif menjadi positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) tingkat *self-compassion* pada santri Pondok Pesantren Daaruttashihah, (2) tingkat kepercayaan diri pada santri Pondok Pesantren Daaruttashihah, dan (3) pengaruh *self-compassion* terhadap kepercayaan diri pada santri Pondok Pesantren Daaruttashihah. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan pendekatan regresi linear sederhana. Sampel berjumlah 83 santri dengan menggunakan teknik *sampling* jenuh. Instrumen penelitian menggunakan skala likert dan dianalisis menggunakan IBM SPSS *Statistics* 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-compassion* berada pada kategori tinggi atau 69%, dan tingkat kepercayaan diri berada pada kategori tinggi atau 82%. Uji analisis regresi linear sederhana menghasilkan persamaan $Y = 39.906 + 0.723X$ dengan nilai koefisien regresi positif, yang berarti semakin tinggi *self-compassion*, maka semakin tinggi pula kepercayaan diri santri. Uji t menghasilkan nilai sig. $0.000 < 0.05$ dan nilai $t_{hitung} 8.840 > t_{tabel} 1.989$. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.491. Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) tingkat *self-compassion* pada santri Pondok Pesantren Daaruttashihah menunjukkan bahwa sebanyak 57 santri atau 69% berada pada kategori tinggi, (2) tingkat kepercayaan diri pada santri Pondok Pesantren Daaruttashihah menunjukkan bahwa sebanyak 68 santri atau 82% berada pada kategori tinggi, dan (3) *self-compassion* berpengaruh terhadap kepercayaan diri sebesar 49%. Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap kepercayaan diri pada santri Pondok Pesantren Daaruttashihah.

Kata kunci: *Self-Compassion*, Kepercayaan Diri

ABSTRACT

Name: Aisyah Nur Fitriani, NIM: 211340147, Thesis Title: “The Influence of Self-Compassion on Self-Confidence Among Students at the Daaruttashihah Islamic Boarding School”, Study Program Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten. Year 2025/1446 H.

Self-confidence is an important aspect in developing the potential of students, both academically and socially. However, in practice, many students experience a crisis of self-confidence, such as doubting their abilities, feeling inferior about their physical appearance, and fearing public speaking. This can potentially impact their mental health and academic achievements. One factor believed to strengthen self-confidence is self-compassion, which involves treating oneself with kindness, accepting one's shortcomings, learning from failures, and transforming negative thought patterns into positive ones. This study aims to determine: (1) the level of self-compassion among students at the Daaruttashihah Islamic Boarding School, (2) the level of self-confidence among students at the Daaruttashihah Islamic Boarding School, and (3) the influence of self-compassion on self-confidence among students at the Daaruttashihah Islamic Boarding School. This study used a descriptive quantitative method with a simple linear regression approach. The sample consisted of 83 students using saturated sampling technique. The research instrument used a Likert scale and was analyzed using IBM SPSS Statistics 27. The results of the study show that the level of self-compassion is in the high category or 69%, and the level of self-confidence is in the high category or 82%. The simple linear regression analysis yielded the equation $Y = 39.906 + 0.723X$ with a positive regression coefficient, meaning that as self-compassion increases, so does self-confidence among students. The t-test yielded a significance value of $0.000 < 0.05$ and a t-value of $8.840 > t\text{-table } 1.989$. The coefficient of determination (R^2) value was 0.491. Thus, the results of the study indicate that (1) the level of self-compassion among students at the Daaruttashihah Islamic Boarding School shows that 57 students or 69% are in the high category, (2) the level of self-confidence among students at Pondok Pesantren Daaruttashihah indicates that 68 students or 82% fall into the high category, and (3) self-compassion influences self-confidence by 49%. Therefore, H_0 is rejected and H_a is accepted, meaning that there is an influence of self-compassion on self-confidence among students at Pondok Pesantren Daaruttashihah.

Keywords: *Self-Compassion, Self-Confidence*



**FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth.
Lamp	:	Dekan Fakultas Dakwah
Hal	: Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
	a/n Aisyah Nur Fitriani	Di-
	NIM: 211340147	Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama **Aisyah Nur Fitriani** NIM: 211340147 dengan judul **"Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri Pondok Pesantren Daaruttashihah"** telah layak diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian, atas segala perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Serang, 23 Juni 2025

Pembimbing I

Pembimbing II

Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.
NIP. 19730328 201101 1 001

Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.
NIP. 19790225 200604 1 001

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI PADA
SANTRI PONDOK PESANTREN DAARUTTASHIAH

Oleh:

Aisyah Nur Fitriani

211340147

Menyetujui,

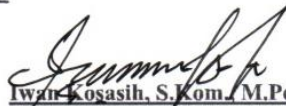
Pembimbing I

Pembimbing II



Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.

NIP. 19730328 201101 1 001



Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.

NIP. 19790225 200604 1 001

Mengetahui,

Dekan

Fakultas Dakwah



Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A.

NIP. 19720626 199803 1 002

Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam



A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A.

NIP. 19730604 200604 1 001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi a.n. Aisyah Nur Fitriani, NIM: 211340147, Judul Skripsi: **Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri Pondok Pesantren Daaruttashihah** telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada hari Kamis, 10 Juli 2025. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 10 Juli 2025

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,



Dr. H. Endad Musaddad, M.A.
NIP. 19720626 199803 1 002



Dr. Adhi Kusuma, S.I.Kom., M.Si.
NIP. 19910313 202012 1 007

Anggota,

Penguji I



Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum.
NIP. 19760704 200003 1 002

Penguji II



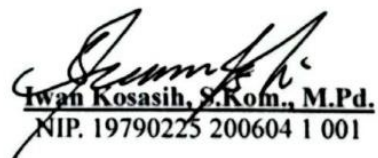
Monalisa, S.Pd., M.Pd.
NIP. 19901009 202505 2 001

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.
NIP. 19730328 201101 1 001



Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.
NIP. 19790225 200604 1 001

LEMBAR PERSEMBAHAN

Segala puji syukur senantiasa dipanjatkan ke hadirat Allah SWT, sumber segala ilmu, rahmat, serta karunia-Nya yang tak terhingga. Atas izin dan pertolongan-Nya, saya dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir ini dengan lancar. Shalawat serta salam senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Dengan penuh rasa syukur, cinta, dan penghargaan yang tulus, karya tulis ilmiah ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya tercinta. Kepada cinta pertama dan panutan saya, Alm. Ayah Aswan Lubis, meskipun raganya telah tiada, namun nasihat, kasih sayang, dan doa beliau tetap menjadi cahaya penuntun dalam setiap langkah hidup saya. Kepada Mamah Dedeh Hapidah, pintu surga saya yang dengan kesabaran dan cinta yang tulus telah membesarkan saya tanpa lelah, terima kasih atas segala doa, dukungan, dan pengorbanan yang tidak pernah berhenti menguatkan saya hingga titik ini. Karya tulis ini juga saya persembahkan untuk kaka saya tercinta, Lia Andelinawati, terima kasih telah menjadi kakak sekaligus sahabat terbaik yang selalu memberikan semangat, motivasi, serta doa tulus untuk saya. Dan untuk adik saya tersayang M. Yusuf Ibrahim, terima kasih atas keceriaan, dukungan tanpa henti, dan doa tulus yang senantiasa menyertai perjalanan saya.

Terima kasih kepada dosen pembimbing saya, bapak Dr. H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd. dan Bapak Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd. atas segala arahan, bimbingan, dan dukungan yang diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Ilmu serta nasihat Bapak sangat membantu dan menjadi bekal penting dalam proses akademik saya, khususnya dalam menyelesaikan penelitian tentang pengaruh *self-compassion* terhadap kepercayaan diri pada santri Pondok Pesantren Daarutashihah.

Sebagai penutup, karya tulis ini juga saya dedikasikan untuk diri saya sendiri, sebagai bentuk penghargaan atas ketekunan, perjuangan, dan semangat yang terus saya jaga sepanjang proses ini. Meskipun tidak selalu mudah, saya memilih untuk tetap melangkah. Terima kasih telah bertahan, belajar dari setiap kegagalan dan terus berusaha meski sering kali diliputi keraguan dan lelah yang tidak terlihat. Semoga hasil ini menjadi awal dari pencapaian-pencapaian berikutnya, dan menjadi bukti bahwa kerja keras yang diiringi doa, keyakinan, dan ketulusan tidak pernah sia-sia. Perjalanan ini belum selesai, dan saya percaya bahwa setiap proses adalah bagian dari pembentukan diri menjadi versi terbaik yang Allah kehendaki. Teruslah melangkah dengan hati yang kuat dan keyakinan yang utuh.

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap”

(QS. Al-Insyirah: 6-8)

“It’s not always easy, but that’s life. Be strong, because there are better days ahead”

(Mark Lee)

“Long story short, I survived”

(Taylor Swift)

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Aisyah Nur Fitriani, lahir di Serang, 14 Desember 2002. Penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara, putri dari pasangan Bapak Aswan Lubis dan Ibu Dedeh Hapidah. Penulis dibesarkan di Taman Ciruas Permai, Desa Pelawad, Kecamatan Ciruas, Kabupaten Serang, Provinsi Banten.

Pendidikan formal yang ditempuh oleh penulis adalah Paud Peniti Padang Ati lulus pada tahun 2008, *Raudlatul Athfal* Arba'atun Nisa lulus pada tahun 2009. Selanjutnya, penulis menempuh pendidikan dasar di SD Negeri Taman Ciruas Permai dan lulus pada tahun 2015. Pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 1 Ciruas dan lulus pada tahun 2018, kemudian melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 1 Ciruas lulus pada tahun 2021. Pada tahun yang sama, penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang Perguruan Tinggi Negeri di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah.

Selama menjadi mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, penulis aktif dalam kegiatan organisasi *Community of Counselor* (COC), serta tergabung dalam komunitas Rumah Konseling Aku Temanmu.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur senantiasa dipanjatkan ke hadirat Allah SWT, sumber segala ilmu, rahmat, serta karunia-Nya yang tak terhingga. Atas izin dan pertolongan-Nya, saya dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir ini dengan lancar. Shalawat serta salam senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah SWT dan dengan dengan usaha yang sungguh-sungguh akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Santri Pondok Pesantren Daaruttashihah”** ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan, bantuan, dorongan, dan motivasi dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, perkenankan penulis untuk mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyuddin, M.Pd. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M.A. selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A. selaku Ketua Program Studi dan Ibu Imalatul Khairat, M.Pd. selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Bapak Dr. H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd. selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan pengarahan terutama dalam hal pola pikir yang ilmiah saat melaksanakan penyusunan skripsi, memberikan kritik, saran serta motivasi agar penulis selalu semangat dalam menyelesaikan skripsinya.
5. Bapak Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan pengarahan terutama dalam hal pola pikir yang ilmiah saat melaksanakan penyusunan skripsi, memberikan kritik, saran serta motivasi agar penulis selalu semangat dalam menyelesaikan skripsinya.
6. Ibu Tri Windi Oktara, S.Pd., M.Psi dan Ibu Monalisa, S.Pd., M.Pd yang berkenan menjadi *expert judgement* dalam penyusunan kuesioner penelitian.

7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah mendidik dan memberikan ilmu dan pengetahuannya sebagai bekal penulis di masa depan.
8. Ibu Risa selaku staff akademik prodi Bimbingan Konseling Islam yang telah membantu segala urusan administrasi yang penulis butuhkan semasa kuliah.
9. Bapak K.H. Moh. Endin Suryadi selaku Pimpinan Pondok Pesantren Daaruttashihah yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di Pondok Pesantren Daaruttashihah.
10. Bapak Wahyudin, S.Pd.I selaku Kepala Madrasah MA Al Rahmah yang telah memberikan izin dan membantu dalam proses pengambilan data uji coba di Pondok Pesantren Al Rahmah.
11. Seluruh santriwan/ti Pondok Pesantren Daaruttashihah yang telah meluangkan waktunya dan membantu menjadi responden dalam penelitian ini.
12. Seluruh santriwan/ti Pondok Pesantren Al Rahmah yang telah meluangkan waktunya dan membantu menjadi responden dalam penelitian ini.
13. Kedua orang tuaku tersayang, cinta pertama dan panutan saya, Alm. Ayah Aswan Lubis, meskipun raganya telah tiada, namun nasihat dan doa beliau tetap menjadi cahaya penuntun dalam setiap langkah hidup saya. Dan untuk pintu surga saya, Mamah Dedeh Hapidah, yang dengan kesabaran dan cinta yang tulus telah membesarkan saya tanpa lelah. Terima kasih atas segala doa, dukungan, dan pengorbanan yang tak pernah berhenti menguatkan saya hingga titik ini. Segala pencapaian ini tidak akan mungkin tercapai tanpa cinta dan pengorbanan tulus dari Mamah dan Ayah.
14. Kakak perempuan saya tercinta Lia Andelinawati, terima kasih telah menjadi kakak sekaligus sahabat terbaik yang senantiasa hadir memberikan semangat, motivasi, serta doa tulus untuk saya. Dan untuk adik saya tersayang M. Yusuf Ibrahim, terima kasih atas keceriaan, dukungan, dan doa tulus yang senantiasa menyertai perjalanan saya. Terima kasih telah menjadi bagian penting dari perjalanan ini dalam suka dan duka, dalam tawa dan air mata.
15. Keponakan saya tersayang, Mahyra Shanum Syaheera, terima kasih sudah menjadi cahaya kecil yang menghadirkan dalam perjalanan ini. Keceriaan, tawa, dan senyumnya selalu membawa semangat dan ketenangan di tengah proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi bagian dari kebahagiaan dalam perjalanan ini.
16. Sahabat-sahabat penulis, Amelia Putri dan Indah Mufa, terima kasih telah menjadi bagian penting dalam perjalanan ini. Kehadiran kalian di setiap langkah, menjadi tempat berbagi keluh kesah, memberikan dukungan, semangat, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
17. Teman seperjuangan dalam penyusunan skripsi ini Vivi Musfiroh dan Febriyani. Terima kasih atas segala kebersamaan, saran yang membangun,

semangat yang kalian tularkan. Terima kasih telah menjadi partner terbaik yang setia menemani di setiap tahapan penulisan skripsi.

18. Teman-teman seperjuangan di kelas BKI D, terima kasih atas kebersamaan, semangat, canda tawa, dan dukungan yang telah mewarnai perjalanan selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
19. Terima kasih untuk diriku sendiri, Aisyah Nur Fitriani. Apresiasi sebesar-besarnya setiap langkah yang telah diambil untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Mencapai titik ini bukanlah hal yang mudah, tetapi kamu mampu melewatinya dengan penuh keberanian. Terima kasih telah memilih untuk terus berjuang dan tetap merayakan diri sendiri, meskipun sering merasa putus asa di tengah tantangan yang dihadapi. Kamu telah melalui banyak hal, belajar dari setiap proses, dan kamu terus melangkah maju, dan itu adalah hal luar biasa yang patut dibanggakan.

Serang, 23 Juni 2025
Penulis

Aisyah Nur Fitriani
NIM: 211340147

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan dan Rumusan Masalah	7
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian	7
F. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	8
G. Definisi Operasional.....	10
BAB II KAJIAN TEORETIS	12
A. Paparan Teori.....	12
B. Kerangka Berpikir.....	30
C. Hubungan Antar Variabel.....	31
D. Hipotesis	32

BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian	33
B. Variabel Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel	34
D. Instrumen Penelitian.....	35
E. Prosedur Penelitian	39
F. Teknik Pengumpulan Data	49
G. Teknik Analisis Data	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	55
A. Hasil Penelitian.....	55
B. Pembahasan.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jumlah Santri Pondok Pesantren Daaruttashihah	34
Tabel 3.2	Kisi-kisi Kuesioner Self-Compassion Sebelum Uji Validitas	36
Tabel 3.3	Kisi-kisi Kuesioner Kepercayaan Diri Sebelum Uji Validitas	37
Tabel 3.4	Alternatif Jawaban	39
Tabel 3.5	Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian Self-Compassion	42
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian Kepercayaan Diri	43
Tabel 3.7	Kisi-kisi Kuesioner Self-Compassion Setelah Uji Validitas	45
Tabel 3.8	Kisi-kisi Kuesioner Kepercayaan Diri Setelah Uji Validitas	46
Tabel 3.9	Kriteria Koefisien Reliabilitas	47
Tabel 3.10	Hasil Uji Reliabilitas Self-Compassion.....	47
Tabel 3.11	Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Kepercayaan Diri	48
Tabel 3.12	Tahapan Pengumpulan Data.....	49
Tabel 3.13	Rumus Kategorisasi Skor.....	51
Tabel 4.1	Descriptive Statistics	55
Tabel 4.2	Kategorisasi Skor Variabel Self-Compassion.....	56
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Kategorisasi Skor Self-Compassion.....	56
Tabel 4.4	Descriptive Statistics	57
Tabel 4.5	Kategorisasi Skor Kepercayaan Diri	58
Tabel 4.6	Distribusi Frekuensi Kategorisasi Skor Kepercayaan Diri	59
Tabel 4.7	Hasil Uji Normalitas	60
Tabel 4.8	Hasil Uji Linearitas.....	62
Tabel 4.9	Hasil Uji Heteroskedastisitas	63
Tabel 4.10	Hasil Regresi Linear Sederhana	64
Tabel 4.11	Hasil Uji T	65
Tabel 4.12	Koefisien Determinasi	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	31
Gambar 2.2 Pengaruh antar Variabel	31
Gambar 4.1 Persentase Skor Self-Compassion.....	57
Gambar 4.2 Persentase Skor Kepercayaan Diri	59
Gambar 4.3 Histogram Uji Normalitas.....	61
Gambar 4.4 Normal P-P Plot.....	61
Gambar 4.5 Grafik Scatterplot	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Uji Coba Instrumen	79
Lampiran 2 Surat Permohonan Penelitian	80
Lampiran 3 Surat Balasan Permohonan Penelitian	81
Lampiran 4 Surat Permohonan Judgement Expert Self-Compassion	82
Lampiran 5 Surat Permohonan Expert Judgement Kepercayaan Diri	83
Lampiran 6 Lembar Expert Judgement Self-Compassion	84
Lampiran 7 Lembar Expert Judgement Kepercayaan Diri	85
Lampiran 8 (Instrumen Penelitian Self-Compassion Expert Judgement)	86
Lampiran 9 Instrumen Penelitian Kepercayaan Diri Expert Judgement	89
Lampiran 10 Instrumen Penelitian Sebelum Uji Validitas	92
Lampiran 11 Tabulasi Data Uji Coba Instrumen	95
Lampiran 12 Uji Validitas Self-Compassion	96
Lampiran 13 Uji Validitas Kepercayaan Diri	97
Lampiran 14 Hasil Uji Reliabilitas Self-Compassion	98
Lampiran 15 Hasil Uji Reliabilitas Kepercayaan Diri	99
Lampiran 16 Instrumen Penelitian Setelah Uji Validitas	100
Lampiran 17 Hasil Pengisian Instrumen Penelitian Oleh Santri	103
Lampiran 18 Hasil Kategori Skor Self-Compassion	106
Lampiran 19 Hasil Kategori Skor Kepercayaan Diri	108
Lampiran 20 Tabel Nilai r Product Moment	111
Lampiran 21 Titik Persentase Distribusi t	112
Lampiran 22 Dokumentasi Penelitian	113
Lampiran 23 Izin Penggunaan Instrumen Self-Compassion	114