



# Digital Receipt

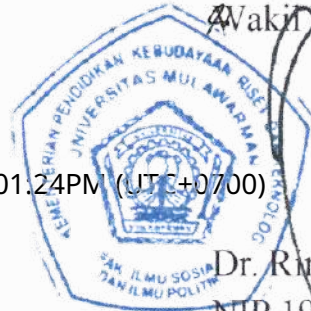
This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

# 25%

## SIMILARITY INDEX

Submission author: Sofiyah Amalia Diningsih  
 Assignment title: JURNAL  
 Submission title: Gambaran Belas Kasih Diri pada Dewasa Awal yang Melukai...  
 File name: Jurnal\_Sofiyah\_Amalia\_Diningsih\_1902106080\_3.docx  
 File size: 251.13K  
 Page count: 10  
 Word count: 4,639  
 Character count: 30,261  
 Submission date: 17-Jan-2024 01:24PM (UTC+0700)  
 Submission ID: 2235950479



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Rina Juwita, S.P., MHRIR  
NIP.198104172005012001

**Psikobermo**  
 Jurnal Ilmiah Psikologi  
 Volume xx No x | Month Year pp-ppp  
 DOI: <https://doi.org/10.30605/psikobermo>  
 p-ISSN : 2477-3640  
 e-ISSN : 2477-3674

**Gambaran Belas Kasih Diri pada Dewasa Awal yang Melukai Diri**

Sofiyah Amalia Diningsih, Andreas Agung Kristanto<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Department of Psychology, Mulawarman University, Indonesia  
 Email: [hello.sofiyahamalia@gmail.com](mailto:hello.sofiyahamalia@gmail.com), [andreasagungkristanto@gmail.com](mailto:andreasagungkristanto@gmail.com)

**Artikel Info**  
 Rilis Artikel: Penyerahan di tahun/yyyy  
 Revisi di tahun/yyyy  
 Di terima di tahun/yyyy

**Keyword:**  
 Self-Compassion;  
 Early Adulthood;  
 Self-judgy

**ABSTRACT**  
 The research conducted aims to determine the picture of self-compassion in early adults who self-harm. The subjects in this study were three early adult women and one early adult male who self-harmed. This research method uses qualitative research with a phenomenological approach. Data collection techniques use in-depth interviews in accordance with structured interview guidelines and direct observation to explore data. The data analysis techniques used are preparing data, reading the entire data, coding data, applying the results of data coding to the topic to be analyzed, presenting topics in narrative form, and interpreting data. The results of the research from the four subjects showed that they had a positive self-compassion picture seen from the ability to develop themselves compared to before in two subjects, while the other two subjects have not been able to develop self-compassion. Self-compassion is influenced by aspects of self-kindness vs self-judgment, common humanity vs isolation, mindfulness vs over-identification. There are several factors that influence self-compassion, namely environment, age, and parenting.

**ABSTRAK**  
 Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui gambaran belas kasih diri pada dewasa awal yang melukai diri. Subjek dalam penelitian ini adalah tiga orang wanita dewasa awal dan satu orang laki-laki dewasa awal yang melukai diri. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara sesuai dengan pedoman wawancara terstruktur dan observasi secara langsung untuk menggali data. Teknik analisis data yang digunakan yaitu menyajikan data, membaca keseluruhan data, mengkodekan data, menerapkan hasil pengkodean data pada topik yang akan dianalisis, menyajikan topik dalam bentuk narasi, dan menginterpretasikan data. Hasil penelitian dari keempat subjek menunjukkan tidak memiliki gambaran belas kasih diri yang positif terlihat dari kemampuan mengembangkan diri dibandingkan sebelumnya pada dua subjek. Sedangkan dua subjek lainnya belum mampu mengembangkan belas kasih diri. Belas kasih diri dipengaruhi oleh aspek self-kindness vs self-judgment, common humanity vs isolation, mindfulness vs over-identification. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi belas kasih diri yaitu lingkungan, usia, dan pola asuh.

**Kata Kunci**  
 Belas Kasih Diri;  
 Dewasa Awal;  
 Melukai Diri

Copyright (c) Psikobermo: Jurnal Ilmiah Psikologi

**Korespondensi:**  
 Sofiyah Amalia Diningsih  
 Program Studi Psikologi  
 Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
 Universitas Mulawarman  
 Email: [hello.sofiyahamalia@gmail.com](mailto:hello.sofiyahamalia@gmail.com)

**PSIKOBERMO: Jurnal Ilmiah Psikologi** Published by Faculty of Social and Political Science, University of Mulawarman Samarinda, East Kalimantan and This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.