

Analisis Psikometri *Lovingkindness Compassion* Versi Bahasa Indonesia

Fadliah Tri Kusnanda, Larasati Khairunnisa, Nur Huda Linnas, Restu Ainun Nissa, Ruth Agestianti,
Helli Ihsan, Diah Zaleha Wyandini, Ghinaya Ummul Mukminin

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

e-mail: fadliahknnda@upi.edu, larasatikhairunnisa@upi.edu, nrhdalinnas@upi.edu, restuainun.nsa@upi.edu,
ruthagestianti@upi.edu, helli_psi@upi.edu, diah.wyandini_psi@upi.edu, ghinaya@upi.edu

Abstract

Academic stress has become a common experience among students. Prolonged academic stress can have negative consequences, one of which is the disruption of students' mental health. *Lovingkindness Compassion* is one of the active protectors of mental health for students. However, there has been no research on the measurement of *Lovingkindness* in Indonesia. Therefore, this study aims to test the validity and reliability of the *Lovingkindness Compassion* measurement tool adapted from Cho (2018). The *Lovingkindness Compassion* scale consists of 15 items with 3 dimensions: compassion, self-centeredness, and lovingkindness. The subjects of this study were 214 active students in Bandung. The results of confirmatory factor analysis show that the model fits with the goodness-of-fit indices of 0.051 (RMSEA), 0.060 (SRMR), and 0.869 (CFI). The results of the confirmatory factor analysis test show that the model fits with fit index values of 0.051 (RMSEA), 0.060 (SRMR), and 0.869 (CFI), so that the *Lovingkindness Compassion* measuring tool adapted to Indonesian is valid. Furthermore, the reliability test with Cronbach's Alpha coefficient yielded a result of 0.574, indicating that the measurement tool is reliable in the moderate category.

Keywords: Adaptation, *Lovingkindness Compassion*, Measurement

Abstrak

Stres akademik menjadi hal yang biasa dialami oleh mahasiswa. Stres akademik yang berkepanjangan dapat membawa dampak negatif salah satunya terganggunya kesehatan mental mahasiswa. *Lovingkindness Compassion* merupakan salah satu pelindung aktif kesehatan mental bagi mahasiswa. Meskipun begitu, belum ada penelitian mengenai alat ukur *Lovingkindness* di Indonesia. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur *Lovingkindness Compassion* yang diadaptasi dari Cho (2018). Skala *Lovingkindness Compassion* terdiri dari 15 item dengan 3 dimensi, yaitu *compassion*, *self centered*, dan *lovingkindness*. Subjek dari penelitian ini adalah 214 mahasiswa aktif di Kota Bandung. Hasil uji *confirmatory factor analysis* menunjukkan bahwa model tidak *fit* dengan nilai indeks kecocokan sebesar 0,051 (RMSEA), 0,060 (SRMR), 0,869 (CFI) dan 0,672 (NFI). Hasil ini menunjukkan bahwa alat ukur *Lovingkindness Compassion* yang diadaptasi ke bahasa Indonesia tidak valid. Adapun reliabilitas dengan koefisien *Alpha Cronbach* menunjukkan hasil sebesar 0.574 yang artinya alat ukur ini reliabel dalam kategori sedang.

Kata kunci: Adaptasi, Alat Ukur, *Lovingkindness Compassion*

I. Pendahuluan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, mahasiswa adalah orang-orang yang belajar atau menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi (dilansir dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mahasiswa> pada 26 November 2023). Sebagai insan terpelajar, mahasiswa dituntut untuk dapat memenuhi tugas dan tanggung jawabnya serta mampu menyelesaikan permasalahan akademik maupun non-akademik yang dihadapi (Ester *et al.*, 2020). Mahasiswa dituntut untuk memenuhi tugas akademik, misalnya tugas kuliah, praktik lapangan, ujian tengah semester, dan ujian akhir semester (Hamzah & Hamzah, 2020).

Mahasiswa juga dituntut untuk dapat memiliki manajemen waktu yang baik serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan dan lingkungan sosialnya (Widodo, 2021).

Banyaknya tuntutan berupa tugas dan tanggung jawab di kalangan mahasiswa menyebabkan mahasiswa rentan mengalami stres (Mutakamilah *et al.*, 2021; Kountul *et al.*, 2019; Hamzah & Hamzah, 2020). Stres dapat didefinisikan sebagai respon fisik dan psikis individu terhadap harapan serta tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu kehidupan individu sehari-hari (Azmi, 2018). Lebih lanjut, stres yang berkaitan dengan akademik mahasiswa disebut juga stres akademik, yaitu stres yang membuat mahasiswa mengalami kemalasan untuk berfikir dan melakukan suatu kegiatan (Lubis *et al.*, 2021). Stres ini muncul ketika mahasiswa mendapatkan terlalu banyak tuntutan dan tugas yang harus dikerjakannya dalam waktu yang sama (Ray, 2019). Menurut Barseli dan Nikmarijal (2017), ketidakmampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan akademis dapat mengakibatkan stres. Adapun stres yang dialami mahasiswa dapat menyebabkan gangguan tidur, menurunnya nafsu makan, kekhawatiran dan kepanikan, perasaan merasa tidak berdaya, serta timbulnya keinginan untuk menyendiri (Bressert, 2016). Stres yang tidak dikelola lebih awal dapat menghasilkan emosi negatif, seperti perasaan tertekan dan berkembang menjadi depresi serta memicu tindakan bunuh diri (Musabiq & Karimah, 2018). Maka dari itu, mahasiswa membutuhkan bantuan dalam mengelola stres akademik yang dialaminya.

Lovingkindness Compassion merupakan salah satu penolong mahasiswa menghadapi stres akademik. *Lovingkindness Compassion* merupakan perasaan simpati pada diri sendiri dan penderitaan orang lain, ingin menolong atas dasar kasih sayang, dan mengharapkan orang lain bahagia sebagai bentuk cinta kasih yang muncul atas dasar bahwa semua makhluk terhubung (universalitas) (Buddhaghosa, 2005; Cho, 2014 dalam Cho, 2018). Menurut Boellinghaus *et al.* (2013) dan Mascaro *et al.* (2015), *Lovingkindness Compassion* mampu meningkatkan hubungan sosial dan empati serta kasih sayang terhadap diri dan sesama. Kasih sayang terhadap diri dapat diwujudkan dengan mendukung diri saat mengalami tekanan atau stres akademik (Neff, 2023) dan mengingatkan diri bahwa stres akademik yang dihadapinya bersifat wajar dan mampu individu lalui. Begitu juga bagi mahasiswa lainnya, kasih sayang dan simpati menjadi dukungan moral yang dapat membantu individu bertahan di tengah stres akademik yang sedang dihadapi. Kasih sayang dan simpati baik bagi diri dan sesama mahasiswa diharapkan dapat membantu individu menerima dan menghadapi stres akademik serta membantu membangun hubungan sosial yang lebih kuat antarindividu.

Sejauh ini, penelitian terdahulu hanya mengkaji mengenai dampak *lovingkindness intervention* terhadap *self compassion* (Theresia & Tiatri, 2023) dan penerapan *lovingkindness*

meditation untuk mengurangi stress (Mulianda *et al.*, 2022). Belum ada penelitian yang mengkaji *lovingkindness compassion* sebagai sebuah alat ukur utuh yang digunakan untuk mengetahui tingkat *Lovingkindness Compassion* pada mahasiswa di Indonesia. Dengan demikian, dibutuhkan alat ukur untuk menunjukkan hasil pengukuran yang tepat, valid, dan reliabel (Azwar, 2015). Selain itu, dibutuhkan alat ukur yang teruji reliabilitas dan validitasnya, sehingga dapat digunakan pada penelitian-penelitian di Indonesia. Adapun, pada tahun 2018, Cho *et al.*, telah mengembangkan penelitian mengenai *Lovingkindness Compassion Scale* dalam bahasa korea yang kemudian diterjemahkan dalam bahasa inggris dengan hasil reliabilitas sebesar 0.79.

Berdasarkan *gap* atau keterbatasan penelitian sebelumnya, yaitu belum ada penelitian *Lovingkindness Compassion Scale* di budaya Indonesia. Maka dari itu, penelitian ini dilakukan untuk mengadaptasi alat ukur *Lovingkindness Compassion* berdasarkan perspektif Buddhis ke dalam bahasa Indonesia serta memodifikasi alat ukur ini sesuai dengan budaya Indonesia.

II. Metode Penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif yang melibatkan 214 partisipan dengan kriteria mahasiswa aktif di Kota Bandung. Instrumen penelitian menggunakan alat ukur *Lovingkindness Compassion* dari Cho *et al.* (2018) yang mengukur perasaan simpati pada diri sendiri dan penderitaan orang lain, ingin menolong atas dasar kasih sayang dan bentuk cinta kasih. Alat ukur *Lovingkindness Compassion* terdiri dari 3 dimensi, yaitu *self centered*, *kindness*, dan *compassion*. Teknik pengumpulan data melalui pengisian kuesioner baik secara *offline* maupun menggunakan *google formulir*.

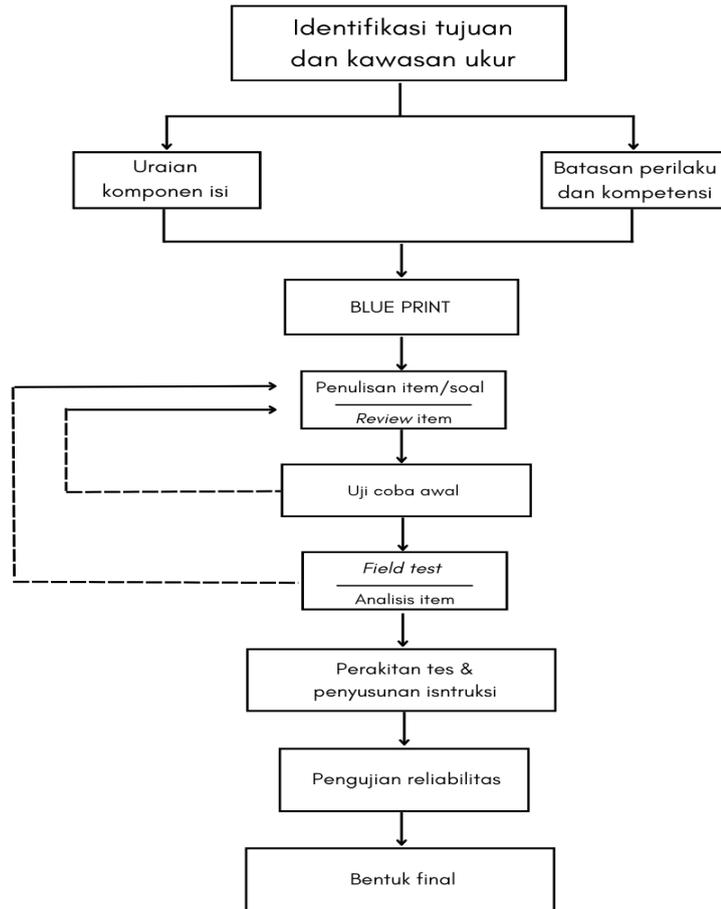
Kuesioner *lovingkindness compassion* diterjemahkan dari bahasa Inggris ke dalam bahasa Indonesia dan telah melalui proses *back translation* serta *expert judgement*. Kuesioner terdiri dari 15 item pernyataan di mana jawaban terdiri dari skala *likert* dengan skala jawaban antara sangat sesuai hingga sangat tidak sesuai. Item pernyataan hasil terjemahan peneliti adalah sebagai berikut:

Tabel I. Item Terjemahan (Cho *et. al.*, 2018)

NO	ITEM
Welas Asih (Diri) (<i>Compassion</i>)	
1	Saya merasa damai dan baik-baik saja.
2	Saya dapat menerima diri saya apa adanya.
Egoisme (<i>Self centered</i>)	
3	Saya memiliki sikap bermusuhan terhadap orang lain.
4	Saya merasa iri terhadap orang yang ternyata lebih baik dari saya.
5	Saya mencoba melakukan berbagai cara untuk membalas dendam pada mereka yang telah menyakiti saya.
6	Saya mengabaikan orang yang membutuhkan pertolongan, jika tidak ada manfaatnya bagi saya.
7	Saya menjalin hubungan hanya dengan mereka yang membantu saya.
8	Saya menjalin hubungan dengan orang lain hanya ketika saya membutuhkannya.
Cinta Kasih (Orang lain) (<i>Lovingkindness</i>)	
9	Saya dapat dekat terhadap siapa pun yang saya temui.
10	Saya percaya bahwa semua makhluk hidup terhubung satu sama lain.
11	Saya bersyukur atas semua makhluk hidup yang ada di dunia.
12	Ketika saya melihat orang yang kesusahan atau menderita, saya ingin membantu mereka tanpa mengharapkan imbalan apa pun.
13	Saya merasa simpati terhadap orang-orang yang mengalami kesulitan meskipun saya mungkin tidak menyukai mereka.
14	Saya berharap semua orang terbebas dari penderitaan mereka.
15	Saya berempati terhadap mereka yang hatinya terluka.

Data penelitian dianalisis melalui analisis item, uji validitas konstruk, serta uji reliabilitas. Uji validitas konstruk dilakukan dengan analisis konfirmatori yang sebelumnya dilakukan reduksi *person* terlebih dahulu menggunakan *software Winstep* versi 3.73. Reduksi *person* dilakukan untuk melihat sejauh mana responden menjawab dengan konsisten pada setiap item, sehingga proses reduksi *person* dilaksanakan dengan membuang partisipan yang dianggap tidak memenuhi kriteria dalam perhitungan statistik. Setelah mereduksi responden yang tidak *fit*, selanjutnya dilakukan analisis item menggunakan aplikasi yang sama. Selanjutnya baru dilakukan uji validitas konstruk melalui *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) menggunakan *software JASP*. Analisis konfirmatori dilakukan dengan menguji atau mengonfirmasi sejauh mana seluruh item dari tes dapat mengukur atau memberikan informasi tentang apa yang akan diukur (Umar, 2018). Setelah melakukan uji validitas konstruk dengan analisis konfirmatori, berikutnya dilakukan uji reliabilitas untuk melihat sejauh mana hasil suatu pengukuran memiliki konsistensi yang dapat dipercaya (Azwar, 2015).

Prosedur adaptasi alat ukur ini mengacu pada langkah-langkah penyusunan tes menurut Azwar (2010), sebagai berikut:



Bagan I. Langkah penyusunan tes

Langkah pertama yang dilakukan adalah mengidentifikasi tujuan terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk memperjelas tujuan pengukuran yang ingin dicapai oleh suatu alat tes psikologi. Kawasan ukur dilakukan dengan mendefinisikan terlebih dahulu suatu konstruk psikologis yang akan diukur, yaitu *lovingkindness compassion*. Langkah berikutnya yang dilakukan adalah menguraikan komponen isi yang dalam hal ini peneliti menguraikan dimensi-dimensi *lovingkindness compassion* yang terdiri dari *self centered*, *kindness*, dan *compassion* menjadi beberapa indikator. Pada tahap yang sama dilakukan juga batasan perilaku dan kompetensi untuk membuat operasional indikator tersebut menjadi bentuk yang lebih konkret sehingga pada akhirnya menjadi *measurable* (dapat diukur). Dalam melakukan langkah ini, peneliti menerjemahkan 15 item dari Cho *et al.* (2018) yang sejalan dengan indikator setiap dimensi *lovingkindness compassion*. Setelah didapatkan uraian dimensi indikator, serta terjemahan item *lovingkindness compassion*, berikutnya dibuat hasil tersebut dalam bentuk *blueprint* yang kemudian dilakukan *review* atau *expert judgment*. Proses *expert judgement* dilakukan oleh dua orang dosen yang ahli di bidang psikologi dan memiliki publikasi artikel mengenai pembuatan alat ukur. Setelah itu dilakukan penyusunan instruksi tes sehingga

menghasilkan lembar tes yang lengkap sebelum mengambil data. Setelah dilakukan pengambilan data, langkah berikutnya adalah melakukan analisis item, uji validitas konstruk yang kemudian diikuti dengan uji reliabilitas alat ukur.

III. Hasil dan Pembahasan

3.1 Item Fit

Sebelum melakukan analisis kecocokan item (*item fit*), dilakukan reduksi *person* menggunakan *software Winstep* versi 3.73 untuk mengetahui sejauh mana responden menjawab konsisten pada setiap item. Untuk melihat konsistensi responden, Linacre (2011) menyatakan bahwa responden harus memiliki *Outfit Mean Square* (MNSQ) diterima dengan nilai $0.5 < \text{MNSQ} < 1.5$ dan *Outfit Z-Standard* (ZSTD) diterima dengan nilai $-2.0 < \text{ZSTD} < +2.0$. Berdasarkan ketentuan tersebut, dari total 214 responden, sebanyak 83 responden direduksi, sehingga tersisa sejumlah 131 responden. Adapun, dari 131 responden, hasil ZSTD terendah ialah -1.8 dan tertinggi 2.0. Sementara, hasil MNSQ terendah ialah 0.45 dan tertinggi 1.48.

Setelah melakukan reduksi *person*, dilanjutkan dengan analisa kecocokan item (*item fit*) menggunakan *software Winstep* versi 3.73 yang tersaji pada **tabel I**.

Tabel I. Item Fit

ITEM	OUTFIT		Keterangan
	MNSQ	ZSTD	
Welas Asih – 1	.37	.49	<i>Fit</i>
Welas Asih – 5	1.09	.9	<i>Fit</i>
Egoisme – 3	1.11	1.1	<i>Fit</i>
Egoisme – 4	1.31	2.9	<i>Misfit</i>
Egoisme – 7	1.44	4.0	<i>Misfit</i>
Egoisme – 11	.96	-.4	<i>Fit</i>
Egoisme – 13	1.28	2.6	<i>Misfit</i>
Egoisme – 15	1.06	.06	<i>Fit</i>
Cinta Kasih – 2	.39	.50	<i>Fit</i>
Cinta Kasih – 6	.79	-2.4	<i>Misfit</i>
Cinta Kasih – 8	.69	-3.6	<i>Misfit</i>
Cinta Kasih – 9	.83	-1.8	<i>Fit</i>
Cinta Kasih – 10	.99	-.1	<i>Fit</i>
Cinta Kasih – 12	.66	-4.0	<i>Misfit</i>
Cinta Kasih – 14	.94	-.6	<i>Fit</i>

Analisa kecocokan item (*item fit*) dilakukan dengan menggunakan *software Winstep* versi 3.73. Dengan adanya analisa kecocokan item (*item fit*), dapat dievaluasi apakah item

dalam instrumen dapat mengukur apa yang seharusnya diukur, sebaliknya jika item tersebut tidak cocok (*item misfit*) maka dikatakan bahwa item tersebut mengukur konstruk di luar instrumen sehingga harus dilakukan eliminasi terhadap item (Napitupulu, 2017). Beberapa komponen penting dari analisis kecocokan item (*item fit*) adalah *outfit* untuk melihat respon item terhadap subjek yang bukan targetnya, *mean-square* (MNSQ) untuk melihat prediktabilitas item, dan *standardized fit statistics* (ZSTD) untuk mengukur apakah sebuah data *fit* dengan model nilai ideal (Tanujaya & Yudiarso, 2023). Menurut Linacre (2011), untuk melihat kecocokan item (*item fit*) responden harus memiliki *outfit mean-square* (MNSQ) diterima dengan nilai $0.5 < \text{MNSQ} < 1.5$ dan *outfit standardized fit statistics* (ZSTD) diterima dengan nilai $-2.0 < \text{ZSTD} < +2.0$. Berdasarkan hasil analisa, ditemukan bahwa item 4, 6, 7, 8, 12, 13 tidak *fit* untuk mengukur *Lovingkindness-compassion* sehingga item-item tersebut perlu dihapus.

3.2 Confirmatory Factor Analysis (CFA)

Menurut Umar (2020), metode analisis faktor dapat digunakan untuk menguji validitas konstruk dari sebuah tes atau alat ukur Psikologi. Sebelum melakukan analisis faktor, penulis melakukan analisis pendahuluan untuk melihat apakah syarat-syarat analisis faktor terpenuhi.

Tabel II. Hasil Uji KMO dan *Bartlett's*

Indicates	Kriteria	Hasil	Keterangan
<i>Kaiser-Meyer-Olkin</i> (KMO)	$p > 0.05$	0.631	Model <i>Fit</i>
<i>Bartlett's test of sphericity</i>	$p < 0.05$	0.001	Model <i>Fit</i>

Berdasarkan **tabel II** di atas, hasil tes *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) *Measure of Sampling Adequacy* terhadap 15 item menghasilkan nilai keseluruhan 0.631. Menurut Brown (2006), jika nilai KMO diatas 0.5 maka variabel dan sampel yang digunakan memungkinkan untuk dianalisis lebih lanjut. Selain itu, pada hasil analisis didapatkan nilai *Bartlett's Test of Sphericity* $p < 0.001$, jika nilai *Bartlett's* kurang dari 0.05 maka analisis faktor dapat dilakukan (Santoso, 2006).

Confirmatory Factor Analysis (CFA) dapat menguji atau mengonfirmasi sejauh mana seluruh item dari tes dapat mengukur atau memberikan informasi tentang apa yang akan diukur. Analisis faktor yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) melalui perangkat lunak *Jaffrey's Amazing Statistics Program* (JASP) versi 0.18.1. *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dapat menguji atau mengonfirmasi sejauh mana seluruh item dari tes dapat mengukur atau memberikan informasi tentang apa yang akan diukur. Analisis dilakukan terhadap 15 item dari alat ukur *Lovingkindness Compassion* versi bahasa

Indonesia.

Setelah dilakukan analisis awal terhadap data penelitian, maka tahap selanjutnya adalah memastikan setiap data yang ada harus memenuhi syarat *goodness-of-fit* dari CFA, Menurut Hu dan Bentler (1999), terdapat enam indeks kecocokan model yang dapat digunakan sebagai syarat *goodness-of-fit* dari CFA. Berikut merupakan hasil Uji CFA terhadap data yang dihasilkan:

Tabel III. Hasil Uji *Confirmatory Factor Analysis*

Indicates	Kriteria	Hasil	Keterangan
<i>Chi-square Test</i>	$p > 0.05$	0.125	Model <i>Fit</i>
<i>Comparative Fit Index (CFI)</i>	$p > 0.90$	0.869	Model <i>Misfit</i>
<i>Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)</i>	$p < 0.08$	0.051	Model <i>Fit</i>
<i>Standardized Root Mean Square Residual (SRMR)</i>	$p < 0.08$	0.060	Model <i>Fit</i>
<i>Goodness of Fit Index (GFI)</i>	$p > 0.90$	0.998	Model <i>Fit</i>
<i>Bentler-Bonett Normed Fit Index (NFI)</i>	$p > 0.90$	0.672	Model <i>Misfit</i>

Berdasarkan hasil uji CFA pada tabel di atas, dapat dilihat nilai indeks *Chi-square* pada penelitian ini adalah 0.125. Brown (2006) mengungkapkan bahwa nilai *Chi-square* dikatakan valid jika asumsi normalitas data terpenuhi dan ukuran sampelnya besar. Sebuah model dikatakan *fit* jika memiliki nilai *Chi Square* $p > 0.05$. Maka, nilai *Chi-square* dalam penelitian ini menunjukkan nilai yang wajar dan dapat diterima.

Salah satu metode pengukuran *goodness-of-fit* lainnya adalah *Comparative Fit Index (CFI)*. Tujuan dari analisis CFI adalah untuk menganalisis kecocokan model dengan memeriksa perbedaan antara data dan model yang dihipotesiskan dengan menyesuaikan masalah ukuran sampel yang melekat dalam uji *Chi-Square* dari kecocokan model dan indeks kecocokan bernorma (Brown, 2006). Nilai CFI dikatakan sangat baik jika $p > 0.90$. Nilai CFI pada penelitian ini berada pada 0.843 yang berarti tidak *fit* karena $p < 0.90$.

Dapat dilihat pada **tabel III** bahwa nilai RMSEA yang dihasilkan adalah 0.051. RMSEA merupakan salah satu indeks formatif dalam SEM. Jika nilai RMSEA < 0.08 maka menunjukkan model *fit*. Nilai RMSEA yang dihasilkan pada penelitian ini berada pada nilai 0.051 yang berarti RMSEA memiliki kecocokan yang baik. Penilaian kecocokan model selanjutnya adalah *Standardized Root Mean Square Residual (SRMR)*. *Residual Root Mean Square* (Standar) mewakili akar kuadrat dari perbedaan antara residu matriks kovarians sampel dan model yang dihipotesiskan. Model dikatakan *fit* jika $p < 0.08$. Nilai RSMR pada penelitian

ini sebesar 0.060 yang berarti model dikatakan *fit*.

Selain itu, model dikatakan *fit* jika GFI dan NFI memiliki nilai indeks di atas 0.90. GFI yang dihasilkan pada penelitian ini memiliki nilai indeks 0.998 yang berarti model dikatakan *fit*. Sedangkan, nilai indeks NFI berada pada 0.672 yang berarti model tidak fit karena $p < 0.90$.

Dengan melihat keenam indeks di atas, dapat dikatakan bahwa model alat ukur tidak fit. Hal tersebut menunjukkan bahwa alat ukur ini tidak menunjukkan tiga dimensi pada konstruk alat ukur *Lovingkindness Compassion*.

3.3 Reliability

Menurut Sugiyono (2019), pengujian reliabilitas adalah sejauh mana pengukuran dengan menggunakan objek yang sama akan menghasilkan data yang sama. Semakin koefisien reliabel mendekati 1.00 berarti bahwa alat ukur semakin reliabel (Azwar, 2021). Perhitungan statistik reliabilitas pada penelitian ini dilakukan melalui perangkat lunak *Jaffrey's Amazing Statistics Program (JASP)* versi 0.18.1. Berikut merupakan hasil uji reliabilitas alat ukur pada penelitian ini:

Tabel IV. Hasil Reliabilitas

Reliabilitas	Coefficient α
<i>Compassion</i>	0.308
<i>Self Centered</i>	0.354
<i>Lovingkindness</i>	0.430

Berdasarkan tabel hasil reliabilitas di atas, dapat dilihat bahwa nilai *alpha cronbach* yang didapatkan sebesar 0.574. Dengan demikian, berdasarkan kriteria reliabilitas oleh Guilford (1956) dapat disimpulkan bahwa reliabilitas alat ukur ini termasuk dalam kategori sedang karena berada dalam rentang $0.40 < r \leq 0.60$, yang berarti alat ukur ini cukup konsisten dalam mengukur *Lovingkindness Compassion*.

IV. Simpulan dan Saran

Berdasarkan penelitian yang kami lakukan tentang adaptasi Alat Ukur *Lovingkindness Compassion*, dari 15 item yang ada terdapat 6 item yang perlu dieliminasi, sehingga item fit yang tersisa sebanyak 9 item. Adaptasi alat ukur ini juga mempunyai model yang tidak fit karena jika dilihat dari nilai Chi-Square Test, RMSEA, CFI, SRMR, GFI, dan NFI, hanya nilai dari Chi-Square Test, RMSEA, dan SRMR yang mempunyai nilai kecocokan yang baik. Reliabilitas dari alat ukur ini, yaitu sebesar 0.574 sehingga termasuk dalam kategorisasi reliabilitas sedang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa alat ukur ini memiliki model

yang tidak fit dan reliabilitas yang kurang baik, maka alat ukur ini tidak dapat digunakan. Bagi peneliti yang ingin menggunakan alat ukur ini lebih lanjut, diharapkan dapat melakukan analisis psikometri ulang salah satunya dengan menggunakan jumlah responden yang lebih banyak untuk menghasilkan validitas dan reliabilitas yang baik.

Daftar Pustaka

- Azmi, Z., & Syahputra, K. (2018). Implementasi teorema bayes untuk mendiagnosa tingkat stres. *JISICOM (Journal of Information System, Informatics and Computing)*, 2(1), 42-50.
- Azwar, S. (2010). *Tes prestasi: Fungsi dan pengembangan pengukuran prestasi belajar*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas. Edisi 4*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 3*. Pustaka Belajar.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Boellinghaus, I., Jones, F. W., & Hutton, J. (2013). Cultivating self-care and compassion in psychological therapists in training: The experience of practicing loving-kindness meditation. *Training and Education in Professional Psychology*, 7(4), 267–277.
- Bressert, S. (2016). *The impact of stress*. Psych Central.
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. Library of Congress Cataloging in Publication Data.
- Cho, H. J. (2014). The implication in psychotherapy of lovingkindness and compassion meditation. *Cognitive Behavior Therapy in Korea*, 14(1), 123–143.
- Cho, H., Noh, S., Park, S., Ryu, S., Misan, V., & Lee, J. S. (2018). The development and validation of the lovingkindness-compassion scale. *Personality and Individual Differences*, 124, 141-144.
- Ester, E., Atrizka, D., & Putra, A. I. D. (2020). Peran self disclosure terhadap Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 3(2), 119-125
- Hamzah, B., & Hamzah, R. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres

- akademik pada mahasiswa stikes graha medika. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 4(2), 59-67.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- Kountul, Y. P., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *KESMAS*, 7(5), 1-7.
- Linacre, J. M. (2011). *A user's guide to winsteps ministep rasch model computer program*.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres akademik mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring selama masa pandemi Covid 19. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 31-39.
- Mascaro, J. S., Darcher, A., Negi, L. T., & Raison, C. L. (2015). The neural mediators of kindness-based meditation: A theoretical model. *Frontiers in Psychology*, 6, 1-12.
- Mulianda, D., Rahmanti, A., Margiyati, M., Sari, N. W., Haksara, E., & Pranata, S. (2022). Behavioral Activation, Mindfulness Exercises, and Loving-Kindness Meditation Exercises as Effective Therapies to Reduce Stress among Nursing Students' during COVID-19 Pandemic. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 228-232.
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 75-83.
- Mutakamilah, M., Wijoyo, E. B., Yoyoh, I., Hastuti, H., & Kartini, K. (2021). Pengaruh terapi musik terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa selama proses penyusunan tugas akhir: literature review. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 14(2), 120-132.
- Napitupulu, D. (2017). Analisis model rasch pada instrumen keberterimaan marka optik penanda jarak aman kendaraan. *Jurnal Penelitian Transportasi Darat*, 19(1), 37-48.
- Neff, K. D. (2023). Self-compassion: Theory, method, research, and intervention. *Annual review of psychology*, 74, 193-218.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kebijakan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, R&D dan penelitian evaluasi*. Alfabeta.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan: pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Tanujaya, L., & Yudiarso, A. (2023). Validity test of the Indonesian version of the multicultural attitude scale (Masque) questionnaire using the rasch model. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 7(2), 139–150.
- Theresia, S., & Tiatri, S. (2023). The Effect Of Loving-Kindness Meditation Intervention On Self-Compassion In Teachers Of Children With Intellectual Disabilities. *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, 1(2), 1396-1406.
- Widodo, B. (2021). Gambaran Penyesuaian diri Mahasiswa Baru Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Kota Madiun Tahun Akademik 2020/2021. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 4(8), 899-907.