

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Halaman Pernyataan	iii
Kata Pengantar.....	iv
Daftar Isi.....	vi
Daftar Tabel	viii
Daftar Gambar	ix
Daftar Lampiran.....	x
Abstrak	xi
Pendahuluan	1
Fleksibilitas Psikologis (<i>Psychological Flexibility</i>)	3
Stres (<i>Perceived Stress</i>)	3
Kasih Sayang Diri Sendiri (<i>Self-compassion</i>).....	4
Peralihan Dewasa (<i>Emerging Adulthood</i>).....	4
Metode.....	5
Partisipan	5
Prosedur	7
Instrumen	7
<i>Personalized Psychological Flexibility Index</i> (PPFI).....	8
<i>Perceived Stress Scale</i> (PSS).....	9
Skala Welas Diri (SWD).	9
Analisis	10
Hasil	10
Statistik Deskriptif.....	10
Kategorisasi Skor Fleksibilitas Psikologis.....	11
Kategorisasi Skor Stres.....	11
Kategorisasi Skor Kasih Sayang Diri Sendiri.....	11
Uji Asumsi	11



Uji Korelasi.....	12
Uji Hipotesis	13
Diskusi.....	15
Saran Penelitian.....	22
Keterbatasan Penelitian	23
Kesimpulan.....	23
Daftar Pustaka.....	24
Lampiran	30