

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Studi Deskriptif Mengenai Derajat Self-compassion Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha Bandung”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui derajat self-compassion mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 708 responden.

Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner yang disusun oleh Neff (2003) dan telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Hidajat, P., Riasnugrahani M., dan Sarintohe, E. (2013). Berdasarkan hasil uji validitas oleh Riasnugrahani dengan menggunakan Pearson dan uji realibilitas dengan menggunakan rumus koefisien reliabilitas Alpha Cronbach, didapatkan validitas keseluruhan item berkisar 0,323 sampai 0,606 dan reabilitas sebesar 0,8182.

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha Bandung memiliki derajat self-compassion yang rendah. Mahasiswa dengan derajat self-compassion rendah sebanyak 504 orang dan derajat self-compassion tinggi sebanyak 204 orang. Saran bagi penelitian selanjutnya, diharapkan melakukan penelitian mengenai dimensi neurotic dari faktor kepribadian dengan self-compassion yang berpengaruh pada derajat self-compassion. Saran bagi pimpinan fakultas, dapat melakukan pengembangan self-compassion untuk mahasiswa dengan mengadakan seminar, pelatihan, ataupun forum diskusi mengenai self-compassion.

ABSTRACT

The research is titled "Descriptive Study Regarding the Degree of Self-compassion Among Students of Faculty of Psychology at Maranatha Christian University Bandung". This research aims to determine the understanding of self-compassion among the students. The samples in this research are 708 respondents.

The measuring instrument in this research was conducted based on questionnaire by Neff (2003) and has been translated into Indonesian by Hidajat, P., Riasnugrahani M., and Sarintohe, E. (2013). Based validation test's result by Riasnugrahani, using Pearson and reliability test with coefficient reliability Alpha Cronbach formula, found that whole validation of items range between 0.323 - 0.606 and reliability itself is 0.8182.

The result showed that majority of psychology students at Maranatha Christian University Bandung have a low degree of self-compassion. As many as 504 students have low self-compassion and as many as 204 students have high self-compassion.

Future researchers expected to conduct research about the dimensions of neurotic personality factors with self-compassion that affect the degree of self-compassion as a suggestion for further research. Suggestions for faculty, especially dean of faculty of psychology, they could develop self-compassion among students by organizing seminars, trainings, forums or discussions about self-compassion.

DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan	
Abstrak	i
<i>Abstract</i>	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	v
Daftar Bagan	viii
Daftar Tabel	ix
Daftar Lampiran	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	8
1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian	8
1.3.1. Maksud Penelitian	8
1.3.2. Tujuan Penelitian	8
1.4. Kegunaan Penelitian	9
1.4.1. Kegunaan Teoretis	9
1.4.2. Kegunaan Praktis	9
1.5. Kerangka Pemikiran	10
1.6. Asumsi	21
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	22
2.1. <i>Self-Compassion</i>	22
2.1.1. Pengertian <i>Self-Compassion</i>	22
2.1.2. Komponen <i>Self-Compassion</i>	25
2.1.3. Interkorelasi Komponen <i>Self-Compassion</i>	29
2.1.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i>	31
2.1.4.1. Faktor Internal	31

2.1.4.1.1. <i>Personality</i>	31
2.1.4.1.2. Jenis Kelamin	36
2.1.4.2. Faktor Eksternal.....	37
2.1.4.2.1. <i>The Role of Parents</i>	37
2.1.4.2.2. <i>The Role of Culture</i>	42
2.2. Dewasa Awal	44
2.2.1. Pengertian Dewasa Awal.....	44
2.2.2. Transisi dari Masa Remaja ke Masa Dewasa Awal	45
2.2.4. Perkembangan Kognitif.....	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	47
3.1. Rancangan dan Prosedur Penelitian.....	47
3.2. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	47
3.2.1. Variabel Penelitian.....	47
3.2.2. Definisi Operasional	48
3.3. Alat Ukur	49
3.3.1. Jenis Alat Ukur	49
3.3.2. Spesifikasi Alat Ukur.....	50
3.3.3. Sistem Penilaian.....	50
3.3.4. Data Pribadi dan Data Penunjang	51
3.3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	51
3.4.5.1. Validitas	51
3.4.5.2. Reliabilitas	52
3.4. Populasi dan Karakteristik Populasi	52
3.4.1. Populasi Sasaran	52
3.4.2. Karakteristik Populasi.....	52
3.5. Teknik Analisis Data.....	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
4.1. Gambaran Responden	54

4.1.1. Gambaran Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin	54
4.1.2. Gambaran Mahasiswa Berdasarkan Usia.....	55
4.2. Hasil Penelitian	56
4.2.1. Derajat <i>Self-Compassion</i>	56
4.3. Pembahasan.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	69
5.1. Kesimpulan	69
5.2. Saran	69
5.2.1. Saran Teoritis	69
5.2.2. Saran Praktis	70
DAFTAR PUSTAKA	71
DAFTAR RUJUKAN	73
LAMPIRAN	

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1. Bagan Kerangka Pemikiran.....	15
Bagan 3.1. Rancangan Proses Penelitian.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Spesifikasi Alat Ukur	43
Tabel 4.1. Gambaran Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin.....	52
Tabel 4.2. Gambaran Mahasiswa Berdasarkan Usia	53
Tabel 4.3. Derajat <i>Self-Compassion</i> Responden	52
Tabel 4.4. Profil <i>Self-Compassion</i>	53

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Kuesioner *Self-Compassion*
- Lampiran 2 : Kuesioner Data Penunjang
- Lampiran 3 : Validitas dan Reabilitas Kuesioner *Self-Compassion*
- Lampiran 4 : Tabel Data Mentah
- Lampiran 5 : Hasil *Crosstab Self-Compassion* dan Data Penunjang
- Lampiran 6 : Biodata Peneliti