

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui derajat self-compassion pada pekerja sosial di panti sosial bina netra “X” Bandung. Self-compassion adalah keterbukaan dan kesadaran terhadap penderitaan diri sendiri, tanpa menghindar dari penderitaan itu, memberikan pemahaman dan kebaikan terhadap diri sendiri ketika menghadapi penderitaan, kegagalan, dan ketidaksempurnaan tanpa menghakimi diri, serta melihat suatu kejadian sebagai pengalaman yang dialami semua manusia (Neff, 2003).

Penelitian ini dilakukan kepada 18 pekerja sosial. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan teknik survei. Alat ukur yang digunakan merupakan alat ukur yang dibuat oleh Neff (2003) yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Riasnugrahani pada tahun 2012. Setelah itu, alat ukur tersebut diterjemahkan kembali ke dalam bahasa Inggris oleh Sarintohe pada tahun 2012 dan telah disetujui oleh Neff. Penghitungan validitas dan reliabilitas dilakukan oleh Riasnugrahani dengan menggunakan teknik korelasi dari Pearson dan Alpha Cronbach dengan 26 item valid dengan nilai 0.323-0.606 dan reliabilitas 0.8182 yang tergolong tinggi.

Berdasarkan hasil pengolahan data, diketahui bahwa pekerja sosial di panti sosial bina netra “X” Bandung yang memiliki derajat self-compassion rendah sebanyak 77,78% dan pekerja sosial di panti sosial bina netra “X” Bandung yang memiliki derajat self-compassion tinggi sebanyak 22,22%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar pekerja sosial di panti sosial bina netra “X” Bandung memiliki derajat self-compassion yang rendah.

Saran yang diberikan peneliti adalah melakukan penelitian lebih lanjut mengenai keterkaitan antara self-compassion dengan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi self-compassion pada sampel penelitian dan melakukan validitas dan reliabilitas alat ukur terhadap sampel penelitian.

Abstract

This research was conducted to determine the degree of self-compassion of social workers at social institution "X" in Bandung. Self-compassion is openness and awareness to the suffering, without any escape from suffering, provide an understanding and kindness toward oneself when faced with suffering, failures and imperfections without judging oneself, and see an event as the experience of all human being (Neff, 2003).

The participants were 18 social workers. This research used descriptive method with survey technique. Data were collected by using instrument created by Neff (2003) and has been translated into Indonesian by Riasnugrahani. The instruments was translated back into English by Sarintohe and has been approved by Neff. Validity and reliability testing were done by Riasnugrahani using Pearson correlation and Cronbach Alpha and discovered that 26 items are valid with value 0.323 – 0.606 and the coefficient reliability is 0.8182 (high).

Data were analyzed and concluded 77,78% social workers at social instituion "X" in Bandung have a low degree of self-compassion and 22,22% social workers at social instituion "X" in Bandung have a high degree of self-compassion. The conclusion of this study is that the majority of social workers at social instituion "X" in Bandung have a low degree of self-compassion.

It is suggested to conduct further research regarding correlation between self-compassion and the factors that can affect self-compassion on samples and measure the validity and reliability of the sample.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	12
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	
1.3.1 Maksud Penelitian	12
1.3.2 Tujuan Penelitian	12
1.4 Kegunaan Penelitian	
1.4.1 Kegunaan Teoretis	12
1.4.2 Kegunaan Praktis	13

1.5	Kerangka Pemikiran	13
1.6	Asumsi Penelitian	26

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1	Definisi <i>Self-Compassion</i>	27
2.2	Komponen <i>Self-Compassion</i>	
2.2.1	<i>Self-Kindness</i>	29
2.2.2	<i>Common Humanity</i>	31
2.2.3	<i>Mindfulness</i>	32
2.3	<i>Compassion for others</i>	35
2.4	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i>	
2.4.1	<i>Personality</i>	36
2.4.2	Jenis Kelamin	39
2.4.3	<i>Attachment</i>	40
2.4.4	<i>Early Family Experiences</i>	
	<i>Maternal Criticism</i>	41
	<i>Modeling Parent</i>	42
2.4	Dampak <i>Self-Compassion</i>	43

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1	Rancangan dan Prosedur Penelitian.....	46
3.2	Bagan Rancangan Penelitian	46
3.3	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	

3.3.1	Variabel Penelitian.....	47
3.3.2	Definisi Operasional.....	47
3.4	Alat Ukur	
3.4.1	Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	48
3.4.1.1	Kisi-kisi Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	48
3.4.2	Sistem Penilaian Alat Ukur	49
3.4.3	Data Pribadi dan Data Penunjang.....	50
3.4.4	Validitas dan Reliabilitas	
3.4.4.1	Validitas Alat Ukur.....	50
3.4.4.2	Reliabilitas Alat Ukur.....	51
3.5	Populasi dan Karakteristik Sampel	
3.5.1	Populasi Sasaran.....	51
3.5.2	Karakteristik Sampel	52
3.5.3	Teknik Penarikan Sampel.....	52
3.6	Teknik Analisis Data.....	52

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Gambaran Subjek Penelitian	54
4.1.1	Berdasarkan Jenis Kelamin	54
4.1.2	Berdasarkan Usia.....	54
4.1.3	Berdasarkan Lama Bekerja	55
4.1.4	Berdasarkan Motivasi Bekerja	56
4.1.5	Berdasarkan Jumlah Klien yang Didampingi.....	57

4.2 Hasil Penelitian	57
4.3 Pembahasan.....	59

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan.....	67
5.2 Saran	68
5.2.1 Saran Teoretis	68
5.2.2 Saran Praktis.....	68

DAFTAR PUSTAKA	69
----------------------	----

DAFTAR RUJUKAN	70
----------------------	----

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-Kisi Alat Ukur <i>Self-compassion</i>	49
Tabel 3.2	Sistem Penilaian Setiap Komponen <i>Self-compassion</i>	50
Tabel 4.1	Gambaran Subjek Penelitian berdasarkan jenis kelamin.....	54
Tabel 4.2	Gambaran Subjek Penelitian berdasarkan usia.....	55
Tabel 4.3	Gambaran Subjek Penelitian berdasarkan lama bekerja.....	55
Tabel 4.4	Gambaran Subjek Penelitian berdasarkan motivasi bekerja.....	56
Tabel 4.5	Gambaran Subjek Penelitian berdasarkan jumlah klien yang didampingi.....	57
Tabel 4.6	Gambaran <i>Self-compassion</i> Subjek Penelitian	57
Tabel 4.7	Profile <i>Self-compassion</i> pada Subjek Penelitian	58

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.5	Skema Kerangka Pikir	25
Bagan 3.2	Skema Rancangan Penelitian	46

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Teori Pekerja Sosial
- Lampiran 2 Kisi-kisi Alat Ukur *Self-Compassion*
- Lampiran 3 Kuesioner *Self-Compassion* dan Data Penunjang
- Lampiran 4 Tabel Data Mentah Kuesioner *Self-Compassion*
- Lampiran 5 Tabel Data Kuesioner *Self-Compassion* dan Data Penunjang
- Lampiran 6 Tabel Tabulasi Silang
- Lampiran 7 Validitas dan Reliabilitas Kuesioner *Self-Compassion*
- Lampiran 8 Biodata Peneliti
- Lampiran 9 Lembar Pengesahan Pengambilan Data di Panti Sosial “X”
Bandung