

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran derajat self-compassion pada siswa SMA “X” dan “Y” Bandung dengan latar belakang keluarga bercerai. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Penarikan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel 35 siswa. Alat ukur yang digunakan merupakan alat ukur yang dibuat oleh Neff (2003) yang telah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia oleh Riasnugrahani, setelah itu, alat ukur tersebut diterjemahkan kembali ke dalam bahasa Inggris oleh Sarintohe pada tahun 2012 dan telah disetujui oleh Neff. Setelah dilakukan uji validitas dengan SPSS Statistics 22.0, maka diperoleh 26 item yang valid dengan validitas item berkisar 0,314 – 0,847 dan reliabilitas yang tergolong tinggi, yaitu 0,889. Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh bahwa siswa dengan latar belakang keluarga bercerai memiliki derajat self-compassion tinggi sebanyak 51,4%, sementara 48,6% dengan derajat self-compassion yang rendah. Kesimpulan dari penelitian ini adalah siswa yang memiliki self-compassion tinggi juga memiliki komponen yang tinggi, dan begitu pula sebaliknya. Saran untuk penelitian self-compassion selanjutnya adalah dengan menggunakan variabel lain seperti tipe personality openness to experience, kemudian juga disarankan agar menjaring data sosiodemografis yang lebih komprehensif. Sebagai tambahan, untuk siswa dengan derajat self-compassion rendah untuk diberikan sesi konseling.

Kata kunci : *self-compassion, tahap perkembangan, remaja, keluarga bercerai*

ABSTRACT

This study aims to determine the degree of self-compassion of high school students with divorced family background. This study was done at two private high schools initialized as “X” and “Y” in Bandung, Indonesia. The technique used in this research is the descriptive method, distributed to 35 people, with an purposive sampling technique. The instrument used was made by Neff (2003), translated and modified by Riasnugrahani and Sarintohe (2012). Using SPSS Statistics 22.0, researcher obtained 26 valid items with the validity of the items ranged from 0.314 to 0.847, while the reliability is 0.889. The results found that high school students with divorced family background showed majority of high score 51.4%, while 48.6% displayed low score of self-compassion. In short, it can be concluded that both of self compassion and the component are directly propotional. Further study can be done by correlating to another variable such as type of personality openness to experience, and also collecting more comprehensive socio-demographic data. In addition, students who showed a low score of self-compassion are advised to attend counseling session.

Keywords: self-compassion, stage of development, adolescence, family divorce

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS LAPORAN PENELITIAN	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR BAGAN	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	
1.3.1 Maksud Penelitian	8
1.3.2 Tujuan Penelitian	8
1.4 Kegunaan Penelitian	
1.4.1 Kegunaan Teoritis	9
1.4.2 Kegunaan Praktis	9

1.5 Kerangka Pikir	10
1.6 Asumsi	22

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Self-Compassion*

2.1.1 Definisi	23
----------------------	----

2.1.2 Komponen-Komponen *Self-Compassion*

2.1.2.1 <i>Self Kindness</i>	26
------------------------------------	----

2.1.2.2 <i>Common Humanity</i>	28
--------------------------------------	----

2.1.2.3 <i>Mindfulness</i>	29
----------------------------------	----

2.1.3 Korelasi Antar Komponen	31
-------------------------------------	----

2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi

2.1.4.1 Faktor Internal

2.1.4.1.1 Jenis Kelamin	33
-------------------------------	----

2.1.4.1.2 <i>Personality</i>	34
------------------------------------	----

2.1.4.1.3 <i>Attachment</i>	37
-----------------------------------	----

2.1.4.2 Faktor Eksternal

2.1.4.2.1 <i>The Role of Culture</i>	39
--	----

2.1.4.2.2 <i>The Role of Parents</i>	40
--	----

2.1.5 Manfaat *Self-Compassion*

2.1.5.1 <i>Emotional and Psychological Well Being</i>	42
---	----

2.1.5.2 Motivasi	44
------------------------	----

2.1.5.3 Kesehatan	45
-------------------------	----

2.1.5.4 Hubungan Interpersonal	47
2.1.5.5 Empati	47
2.2 Tahap Perkembangan	
2.2.1 Periode Perkembangan	48
2.2.2 Tahap Perkembangan Psikososial Menurut Erik Erikson ...	49
2.3 Remaja	
2.3.1 Definisi Remaja	53
2.3.2 Klasifikasi Masa Remaja	54
2.3.3 Tahap Perkembangan Remaja	56
2.3.4 Masalah Umum pada Remaja	58
2.4 Keluarga	
2.4.1 Definisi Keluarga	60
2.4.2 Fungsi Keluarga	61
2.4.3 Bentuk-Bentuk Keluarga	
2.4.3.1 Keluarga Utuh	62
2.4.3.2 Keluarga Bercerai	62
2.4.4 Pengaruh Keluarga Bercerai pada Anak	63

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Rancangan Prosedur Penelitian	66
3.2 Bagan Rancangan Penelitian	67
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	
3.3.1 Variabel Penelitian	67

3.3.2 Definisi Konseptual	67
3.3.3 Definisi Operasional	68
3.4 Alat Ukur	
3.4.1 Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	69
3.4.2 Data Penunjang	71
3.4.3 Validitas dan Reliabilitas	71
3.5 Populasi Sasaran	
3.5.1 Populasi Penelitian	72
3.5.2 Teknik Penarikan Sampel	72
3.5.3 Karakteristik Sampling	73
3.6 Teknik Analisis Data	73

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Subjek Penelitian	
4.1.1 Gambaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	75
4.1.2 Gambaran Sampel Berdasarkan Usia	76
4.1.3 Gambaran Sampel Berdasarkan Usia Responden saat Orang Tua Bercerai	76
4.2 Gambaran Hasil Penelitian	
4.2.1 Derajat <i>Self-Compassion</i>	77
4.2.2 Gambaran Derajat <i>Self-Compassion</i> Beserta dengan komponennya	78
4.3 Pembahasan	78

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	92
--------------------	----

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoretis	93
----------------------------	----

5.2.2 Saran Praktis	94
---------------------------	----

DAFTAR PUSTAKA	95
-----------------------------	-----------

DAFTAR RUJUKAN	97
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	99
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Alat Ukur	69
Tabel 3.2 Sistem Penilaian Alat Ukur	70
Tabel 4.1 Deskripsi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	75
Tabel 4.2 Deskripsi Sampel Berdasarkan Usia	76
Tabel 4.3 Deskripsi Sampel Berdasarkan Usia Responden saat Orang Tua Bercerai	76
Tabel 4.4 Tabel Gambaran Derajat <i>Self-Compassion</i> Sampel Penelitian..	77
Tabel 4.5 Tabel Gambaran Derajat <i>Self-Compassion</i> yang Tinggi Beserta dengan Komponennya	78
Tabel 4.6 Tabel Gambaran Derajat <i>Self-Compassion</i> yang Rendah Beserta dengan Komponennya	78

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Bagan Kerangka Pikir	21
Bagan 3.1 Bagan Prosedur Penelitian	67

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Kisi-kisi Kuesioner *Self-Compassion*
- Lampiran 2 : Kisi-kisi Data Penunjang
- Lampiran 3 : Alat Ukur (Kuesioner *Self-Compassion* dan Data Penunjang)
- Lampiran 4 : Profil Sekolah “X”
- Lampiran 5 : Profil Sekolah “Y”
- Lampiran 6 : Validitas dan Realibilitas Kuesioner *Self-Compassion*
- Lampiran 7 : Identitas Subjek
- Lampiran 8 : Skor Subjek dengan Item *Self-Compassion*
- Lampiran 9 : Skor Subjek dengan Komponen *Self-Compassion*
- Lampiran 10 : Skor Subjek dengan Kuesioner Data Penunjang
- Lampiran 11 : *Crosstab Self-Compassion* dengan Komponen dan Data Penunjang
- Lampiran 12 : Kuesioner Survei Awal
- Lampiran 13 : Biodata Peneliti