

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sektor kepariwisataan sudah menjadi salah satu sumber devisa negara Republik Indonesia. Menurut mantan Wapres Boediono (dalam Munady, 2014) pariwisata adalah sektor yang penting dan mudah dapat menghasilkan devisa dibanding dengan banyak sektor lain, dan banyak negara berhasil memperoleh devisa dari pariwisata. Seperti apa yang dibahas pada pertemuan rapat koordinasi pertama bulan Oktober 2014, Tim Koordinasi Strategis Lintas Sektor Penyelenggaraan Kepariwisata (Tim Koordinasi) mengenai pentingnya pariwisata dan koordinasi antar kementerian dan lembaga pemerintah terkait untuk dapat mengoptimalkan potensi pariwisata Indonesia yang besar untuk peningkatan perekonomian dan kesejahteraan masyarakat Indonesia (Munady, 2014).

Jenis-jenis perjalanan wisata menurut James J. Spillane (1987:29-31) dibedakan berdasarkan motif tujuan perjalanan, antara lain perjalanan wisata untuk menikmati perjalanan (*Pleasure Tourism*), perjalanan wisata untuk rekreasi (*Recreation Tourism*), perjalanan wisata untuk kebudayaan (*Cultural Tourism*), perjalanan wisata untuk olahraga (*Sports Tourism*), perjalanan wisata untuk urusan usaha dagang (*Business Tourism*), dan perjalanan wisata untuk berkonvensi

(*Convention Tourism*). Dari jenis-jenis perjalanan wisata tersebut dikenal pula istilah pelaku wisata yang disebut *backpacker*.

Backpacker adalah individu yang pergi berwisata dengan berbagai cara sehingga biaya yang diperlukan menjadi rendah (<http://oxforddictionaries.com/definition/english/backpack>). Komunitas *backpacker* Indonesia terbesar berada di kota Bandung. Hal ini disebabkan oleh banyaknya jumlah *backpacker* yang berada di Bandung. Tercatat dalam situs jejaring sosial bahwa *backpacker* yang berada di Bandung mencapai jumlah 25 ribu orang (<http://backpackerindonesia.com/about>).

Salah satu cara *backpackers* menekan biaya adalah membuat suatu usaha yang dikenal dengan *tour organizer*. *Tour Organizer* merupakan suatu bentuk usaha yang bergerak di bidang atau sektor wisata dan berpredikat sebagai pengatur, penata, organisator sumber daya-sumber daya wisata. Ada pun *output* yang ditawarkan adalah penyelenggaraan produk-produk wisata yang benar-benar *qualified* dan berorientasi pada kebutuhan konsumen atau yang benar-benar dicari oleh konsumen (Nurchahyo, 2003).

Tour organizer merupakan katalisator antara sumber daya-sumber daya wisata dengan konsumen atau wisatawan sehingga tercipta suatu sinergi yang khas dan memuaskan semua pihak yang terlibat di dalamnya. Bentuk usaha *tour organizer* memiliki bidang kerja sangat luas dan satu hal sangat spesifik yang membedakannya dari bentuk-bentuk usaha wisata lainnya adalah bersifat fleksibel, inovatif, kreatif, dan adaptif karena adanya tuntutan untuk menata dan

mengatur sumber daya-sumber daya wisata yang belum tergarap dengan baik (Nurchahyo, 2003).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap tiga orang *tour organizer* di kota Bandung diperoleh rincian anggaran biaya wisata. Dalam hal akomodasi, *tour organizer* seringkali menggunakan *bed and breakfast* atau hotel melati dengan kisaran harga Rp. 44.000,- hingga Rp. 57.000,- per malamnya. Harga tersebut lebih murah bila dibandingkan dengan hotel berbintang yang umumnya berkisar dari Rp. 300.000- hingga Rp. 500.000,- per malamnya.

Tour organizer juga mengatur transportasi yang digunakan. Mereka umumnya menyewa transportasi umum untuk penggunaan grup wisata dengan kisaran harga dari Rp. 15.000,- hingga Rp. 140.000,-. Dalam masalah konsumsi, *tour organizer* juga merancang sedemikian rupa hingga biaya yang diperlukan hanya berkisar dari Rp. 60.000,- hingga Rp. 75.000,- per orang selama wisata. Dengan demikian, *tour organizer* dapat menawarkan harga yang relatif sangat murah bila dibandingkan dengan *travel agent*. Pada setiap perjalanan wisata, jumlah peserta yang ikut minimal 8 orang. Jumlah ini lebih sedikit dibandingkan wisata yang dirancang oleh *travel agent* yang biasanya peserta minimal untuk diadakan perjalanan wisata berjumlah 20 orang.

Tour organizer juga harus mempertanggungjawabkan seluruh keamanan dan kenyamanan acara yang dirancang olehnya. Biaya murah melaksanakan perjalanan harus tetap berada dalam tingkat kenyamanan dan keamanan yang dapat diterima. Keamanan perjalanan mengarah pada kegiatan yang tidak mencelakakan peserta perjalanan. Kenyamanan perjalanan mengarah pada

akomodasi dan transportasi selama melakukan perjalanan wisata yang dapat dinikmati oleh semua peserta. Kedua hal ini menambah potensi permasalahan yang dapat terjadi pada *tour organizer* pada saat perancangan hingga pelaksanaan perjalanan.

Kegiatan merencanakan dan melaksanakan wisata yang dilaksanakan *tour organizer* berpotensi mengalami beragam kesulitan. Seperti yang diungkapkan oleh tiga orang *tour organizer* yang beroperasi di kota Bandung. Menurut ketiga *tour organizer* yang diwawancarai oleh peneliti kesulitan yang cukup sering dihadapi adalah saat menyelesaikan masalah yang berhubungan dengan peserta *tour*. *Tour organizer* telah berupaya menyusun dan merencanakan wisata sesuai dengan keinginan peserta *tour*. Namun seringkali peserta mengeluhkan tentang kurang profesionalnya layanan wisata yang ada. Mulai dari ketidakcocokan akomodasi, jadwal yang dianggap kurang fleksibel hingga kecelakaan ringan yang terjadi akibat kelalaian peserta sendiri.

Berhadapan dengan masalah kecelakaan ringan yang terjadi akibat kelalaian peserta sendiri justru menjadi salah satu beban berat yang dihadapi oleh *tour organizer*. Ketiga *tour organizer* mengatakan dalam setiap kali perjalanan mereka harus bertanggung jawab terhadap keselamatan 5 sampai 12 orang. Bukan hal yang mudah untuk menjaga keselamatan orang-orang yang seringkali justru lupa karena *euforia* atau terlalu menggantungkan segala sesuatunya pada *tour organizer*. *Tour organizer* telah berusaha menyusun perjalanan seaman mungkin, seperti dengan memberikan pengarahan pemakaian alat keselamatan namun

kadang peserta *tour* tidak dapat diajak bekerja sama sampai terjadi kecelakaan. Pada akhirnya kesalahan harus ditanggung oleh *tour organizer*.

Bentuk tanggung jawab atas kesalahan tersebut adalah menerima tindakan peserta yang menyampaikan keluhan-keluhan atau masalah yang dihadapinya melalui jejaring sosial atau diceritakan kepada *tour organizer* lainnya. Keluhan akan menjadi citra buruk bagi *tour organizer*. Citra buruk yang dimaksud mengarah pada keamanan yang kurang terjamin bila mengikuti wisata yang direncanakan oleh *tour organizer* tertentu. Hal ini kemudian mengurangi jumlah orang yang mendaftarkan diri. Ada juga yang kemudian membatalkan keikutsertaan dalam acara wisata akibat keluhan yang ada di media sosial. Karena jumlah peserta yang semakin hari semakin sedikit serta jarangya wisata terlaksana, *tour organizer* terpaksa berhenti menjalankan pekerjaannya. Hal tersebut merupakan salah satu kegagalan fatal yang dialami *tour organizer*.

Selain kesulitan dalam menyelesaikan masalah dengan peserta *tour*, ketiga *tour organizer* pun menyatakan kesulitan yang paling utama justru berkaitan dengan diri pelaku *tour organizer* sendiri. *Tour organizer* tercipta sebagai salah satu upaya *backpackers* mendapatkan keuntungan finansial yang kemudian akan digunakan untuk mengadakan perjalanan menuju tempat-tempat yang belum pernah mereka kunjungi. Namun pada saat menjalankan pekerjaan sebagai *tour organizer*, mereka selalu kembali ke tempat-tempat yang sudah mereka kunjungi. Hal tersebut dikarenakan peserta *tour organizer* adalah orang-orang yang tertarik melakukan perjalanan wisata karena cerita pengalaman dari peserta sebelumnya. Sebagai *tour organizer* merupakan suatu kewajiban menuruti destinasi wisata

peserta. Hingga pada akhirnya, mereka merasa jenuh karena terus menerus kembali ke tempat yang sama. Mereka juga menjadi tidak dapat mengunjungi tempat-tempat wisata baru lainnya.

Ketiga pelaku *tour organizer* pun mengatakan bahwa kesulitan dan masalah yang mereka hadapi menjadikan diri mereka merasa tertekan. Mereka merasa kurang mampu bahkan merasa gagal menjadi *tour organizer* padahal pekerjaan *tour organizer* adalah pekerjaan yang lahir dari hal yang mereka sukai. Neff (2011) menyatakan pada saat individu menghadapi masalah, seringkali mereka merasa gagal menjadi individu yang dapat diandalkan. Seringkali individu terpaksa pada permasalahan yang sedang terjadi tanpa melihat gambaran yang lebih luas. Pada akhirnya, individu dengan keadaan demikian akan mulai menyalahkan dirinya sendiri. Neff menyatakan bahwa aktifitas demikian tidak membuat keadaan lebih baik. Lebih jauh lagi, individu dengan keadaan demikian langsung berusaha untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi tanpa menyempatkan diri untuk menjadi lebih nyaman terlebih dahulu.

Menurut Neff (2011), pada saat menghadapi masalah dan merasakan emosi negatif, semestinya individu mencoba untuk menenangkan diri dan membuat nyaman dirinya. Neff mengutarakan tepat bahwa individu seharusnya menggunakan *self-compassion* yang ada pada dirinya. *Self-Compassion* adalah kemampuan individu untuk memberikan pemahaman dan kebaikan kepada diri, ketika mengalami kegagalan, membuat kesalahan, ataupun mengalami penderitaan dengan tidak menghakimi diri sendiri atas kekurangan dan kegagalan yang dialami secara berlebihan, melihat suatu kejadian sebagai pengalaman yang

dialami semua manusia, serta tidak menghindari penderitaan, kesalahan atau kegagalan yang dialami (Neff, 2003).

Self-compassion terbentuk dari tiga hal yaitu *mindfulness*, *common humanity* dan *self-kindness* (Neff, 2011). *Mindfulness* adalah usaha untuk menyadari seluruh emosi yang ada pada diri individu. *Common humanity* adalah proses menyadari bahwa kesulitan yang dialami juga dialami oleh individu lain. *Self-kindness* adalah usaha untuk membuat diri nyaman. Dengan adanya *self-compassion* pada individu, mereka akan lebih mengapresiasi dirinya sendiri dan lebih tahan banting dibandingkan mereka yang tidak memiliki *self-compassion* (Neff, 2011).

Berdasarkan paparan sebelumnya diketahui bahwa banyak masalah dan kendala yang dihadapi oleh *tour organizer*. *Self compassion* diperlukan oleh *tour organizer* dalam menghayati apa yang mereka rasakan selama menjalani pekerjaannya sebagai *tour organizer*. Guna menjaring informasi yang lebih dalam peneliti kemudian melaksanakan survei awal terhadap 20 orang *tour organizer* guna mendapatkan indikasi *self-compassion* yang mereka miliki. Ditemukan sebanyak 8 dari 20 orang (40%) berupaya untuk menyadari emosi-emosi yang terjadi pada saat mereka menghadapi masalah (*mindfulness*). Sebanyak 12 dari 20 orang (60%) sisanya memusatkan perhatian mereka untuk mengevaluasi permasalahan dan mencoba untuk memberi solusi yang tepat meskipun keadaan diri mereka sedang kalut dan kesal.

Ditemukan sebanyak 15 dari 20 orang (75%) menyatakan bahwa dirinya tahu bahwa kesulitan-kesulitan yang mereka alami sebenarnya juga dialami oleh sesama *tour organizer (common humanity)*, bukan hanya pada diri mereka sendiri. Terdapat 5 dari 20 orang (25%) sisanya menyatakan bahwa kesulitan yang mereka alami tidak dialami orang lain karena berada pada situasi yang berbeda.

Sebanyak 3 dari 20 orang (15%) menyatakan bahwa dirinya mencoba untuk membuat nyaman dirinya dengan bercerita pada rekan *tour organizer* lainnya atau beristirahat sejenak sebelum menyelesaikan masalah yang dihadapi (*self-kindness*). Sisanya sebanyak 17 dari 20 orang (85%) menyatakan bahwa mereka langsung mencoba untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi sebelum membuat diri mereka tenang dan nyaman.

Mengamati masalah yang dihadapi oleh kelompok *tour organizer* serta menimbang *self compassion* sebagai keinginan untuk mencapai kesejahteraan diri, peneliti tertarik untuk mengetahui derajat *self-compassion* pada komunitas *tour organizer* di kota Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Bagaimana derajat *self-compassion* pada komunitas *tour organizer* kota Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah memperoleh data tentang *self-compassion* yang terdapat pada komunitas *tour organizer* kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran derajat *self-compassion* melalui komponen *mindfulness*, *common humanity* dan *self-kindness* yang terdapat pada komunitas *tour organizer* kota Bandung.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

1. Memperoleh pemahaman mengenai *self-compassion* pada *tour organizer* sehingga dapat memperkaya ilmu Psikologi, khususnya pada bidang ilmu Psikologi Sosial.
2. Memberi informasi dan bahan referensi pada peneliti lain yang berminat untuk melakukan penelitian mengenai variabel *self-compassion*.

1.4.2 Kegunaan Praktis

1. Menjelaskan kepada komunitas *tour organizer* mengenai gambaran *self-compassion* pada diri mereka sehingga mereka dapat menggunakan informasi yang ada untuk menjadikan komunitas *tour organizer* lebih baik lagi.

2. Memberikan gambaran *self-compassion* dalam komunitas *tour organizer* sehingga lebih memahami bahwa *self-compassion* dibutuhkan oleh *tour organizer*.

1.5 Kerangka Pemikiran

Tour organizer merupakan individu yang dalam pekerjaannya memiliki kemungkinan untuk mengalami masalah. Masalah-masalah ini dapat terjadi saat *tour organizer* melaksanakan rangkaian kegiatan yang berlaku di komunitas tersebut. *Tour organizer* harus merencanakan tujuan wisata. Perencanaan ini meliputi agenda perjalanan, transportasi, hingga akomodasi di lokasi tujuan wisata. Selain perencanaan, *tour organizer* juga harus memiliki pengetahuan mengenai sejarah tempat tujuan wisata sehingga mampu memandu dan menjelaskan pada peserta. *Tour organizer* juga diharuskan untuk mengoordinasi peserta agar mengikuti agenda perjalanan serta menjaga keselamatan dan kesejahteraan peserta wisata.

Permasalahan yang dapat dialami saat menjalankan *job description tour organizer* dapat berupa kritik dari peserta yang kurang objektif dalam melihat permasalahan selama perjalanan, keterlambatan pelaksanaan acara akibat peserta yang berada di luar kendali *tour organizer*, maupun hingga kecelakaan yang tidak diharapkan oleh pihak manapun terutama *tour organizer*. Pada saat mengalami masalah, Neff (2011) berpendapat individu semestinya memerlukan *self-compassion*. *Self-compassion* terbentuk dari tiga komponen. Komponen-komponen tersebut adalah *mindfulness*, *common humanity* dan *self-kindness*. Bila

ketiga komponen tersebut memiliki derajat yang tinggi maka *tour organizer* memiliki derajat *self-compassion* yang tinggi juga. Di sisi lain, setiap komponen pembentuk *self-compassion* memiliki komponen penyeimbang yang bersifat negatif (Neff, 2011). *Mindfulness* berlawanan dengan *overidentification*, *common humanity* berlawanan dengan *isolation* dan *self-kindness* berlawanan dengan *self-judgment*. Bila lawan komponen pembentuk *self-compassion*, yaitu *overidentification*, *isolation*, dan *self-judgment* semakin tinggi, maka *self-compassion* pada individu akan semakin rendah.

Mindfulness adalah keadaan pikiran yang bersifat netral (*non-judgemental*) dan reseptif terhadap semua pikiran dan perasaan yang ada di dalam diri tanpa menekan atau menyangkal pikiran serta perasaan tersebut pada saat mengalami kesulitan. Bila *tour organizer* memiliki derajat *mindfulness* yang tinggi maka mereka mampu menenangkan pikiran serta menyadari seluruh emosi yang terjadi pada dirinya disaat menghadapi masalah saat pelaksanaan wisata seperti peserta yang terlambat bangun padahal susunan waktu kegiatan sudah ketat. Jika dalam menghadapi masalah tersebut *tour organizer* memunculkan perilaku sebaliknya, seperti marah, menangis, atau mengomel berarti *tour organizer* memiliki derajat *overidentification* yang tinggi. *Overidentification* adalah keadaan di mana seseorang menghadapi emosi yang berat, mereka terbawa reaksi emosional yang ada hingga *sense of self* bahkan seluruh realita juga terbawa reaksi tersebut.

Komponen kedua pembentuk *self-compassion* adalah *common humanity*. *Common humanity* yaitu cara pandang individu terhadap pengalaman yang

diinterpretasikan dari diri dengan sudut pandang yang lebih luas yaitu dari sudut pandang kemanusiaan secara luas. *Tour organizer* diharapkan dapat memandangi suatu permasalahan yang terjadi pada dirinya, seperti kesalahan perhitungan biaya wisata atau jumlah peserta yang dapat ikut, sebagai suatu pengalaman yang juga pernah atau sedang dialami oleh *tour organizer* lainnya. Komponen lawan dari *common humanity* adalah *isolation*. *Isolation* merupakan penghayatan diri yang merasa bahwa dirinya unik dan berbeda dari orang lain sehingga merasa terputus dari individu lainnya (Neff, 2011). *Tour organizer* berpotensi mengalami perasaan sendirian dan terasingkan saat menghadapi masalah tidak terduga ataupun yang diakibatkan oleh dirinya sendiri. *Tour organizer* yang merasa terkucilkan dan merasa hal-hal buruk hanya terjadi pada dirinya berarti memiliki derajat *isolation* yang tinggi.

Komponen terakhir adalah *Self-kindness*. *Self-kindness* berhubungan dengan pengakuan diri terhadap masalah dan ketidakmampuan yang ada pada diri sendiri sehingga individu merawat dan menolong diri sendiri dibandingkan menjadi marah di saat keadaan yang terjadi tidak sesuai harapan (Neff, 2011). *Tour organizer* yang mampu mengakui kesalahannya tanpa menghukum atau merendahkan dirinya sendiri bila dikritik oleh peserta wisata memiliki derajat *self kindness* yang tinggi. Sebaliknya *tour organizer* akan melakukan *self-judgment*. *Self-judgment* adalah perilaku mengkritik kesalahan diri hingga menjadi suatu bentuk hukuman bagi diri meskipun kesalahan tersebut berada di luar kendali (Neff, 2011). *Tour organizer* mungkin menilai dirinya sebagai *tour organizer* yang tidak kompeten menjalani pekerjaannya bila dikritik oleh peserta. *Tour*

organizer yang merasa rendah diri dan menilai buruk dirinya saat menerima kritik peserta memiliki derajat *self-kindness* yang rendah.

Menurut Neff, bila salah satu komponen pembentuk *self-compassion* tinggi, maka dua komponen lainnya juga akan semakin tinggi derajatnya. Pendapat Neff sejalan dengan hasil temuan Bernard dan Curry (2011). Kaitan antara ketiga komponen *self-compassion* dapat saling mempengaruhi satu sama lain. *Self-kindness* dapat meningkatkan komponen *common humanity* dan *mindfulness* (Bernard dan Curry, 2011). Jika *tour organizer* memberikan perhatian, kelembutan, pemahaman, dan kesabaran terhadap kekurangan dirinya selama menjalankan tuntutan pekerjaannya, maka *tour organizer* tidak akan merasa rendah diri karena kesalahan atau kejadian yang tidak mengenakan dirinya. Dengan demikian *tour organizer* tidak akan menjauh dari orang lain. Di sisi lain, *self-kindness* membuat *tour organizer* memperhatikan kegagalannya saat ini dan mengadopsi sudut pandang yang lebih objektif sehingga menunjang *mindfulness* yang dimilikinya. Menurut Neff (2011) individu yang bersikap baik kepada dirinya sendiri akan lebih mudah untuk bertahan dalam menghadapi masalah dengan menyadari kekurangan yang ada pada dirinya.

Common humanity dapat meningkatkan *self-kindness* dan *mindfulness* pada individu (Bernard dan Curry, 2011). *Common humanity* dapat meningkatkan *self-kindness* karena saat *tour organizer* melihat kegagalan sebagai kejadian yang dialami oleh sesama *tour organizer*, maka dirinya akan menyadari bahwa terdapat *tour organizer* lain yang juga mengalami kegagalan serupa sehingga tidak mengkritik tetapi menghibur agar tidak tertekan. Dengan demikian *tour organizer*

akan melakukan hal yang sama kepada dirinya sendiri saat menghadapi kegagalan. *Common humanity* juga dapat meningkatkan *mindfulness* karena dengan menyadari bahwa kegagalan adalah kejadian yang dialami oleh semua manusia, *tour organizer* tidak akan menganggap kekurangan mereka sebagai ancaman sehingga mereka tidak akan menghindari atau melebih-lebihkan kegagalan yang mereka hadapi.

Mindfulness dapat meningkatkan *self-kindness* dan *common humanity* (Bernard dan Curry, 2011). Dengan melihat kegagalan secara objektif dapat membuat *tour organizer* menghindari kritik diri berlebihan dan juga mendorong *tour organizer* terkait untuk berempati pada dirinya sendiri. Sudut pandang yang objektif juga akan mendorong *tour organizer* untuk lebih memiliki pandangan yang juga meliputi *tour organizer* lainnya sehingga dirinya tidak merasa terasingkan dari orang lain karena masalah yang dialaminya turut terjadi pada *tour organizer* lainnya.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan *self-compassion* pada diri individu. Faktor-faktor tersebut adalah jenis kelamin, *personality*, budaya, dan *role of parent* (Neff, 2011). Perempuan cenderung memiliki *self-compassion* lebih rendah dari pria karena perempuan cenderung lebih memikirkan mengenai kejadian negatif di masa lalu. Di sisi lain, laki-laki cenderung menggunakan kemarahan sebagai cara menghindari rasa ketidakmampuannya pada saat menghadapi kesulitan. Kemarahan ini memberikan dampak negatif pada lingkungan sosialnya sehingga menyebabkan laki-laki kehilangan teman sehingga merasakan kesepian.

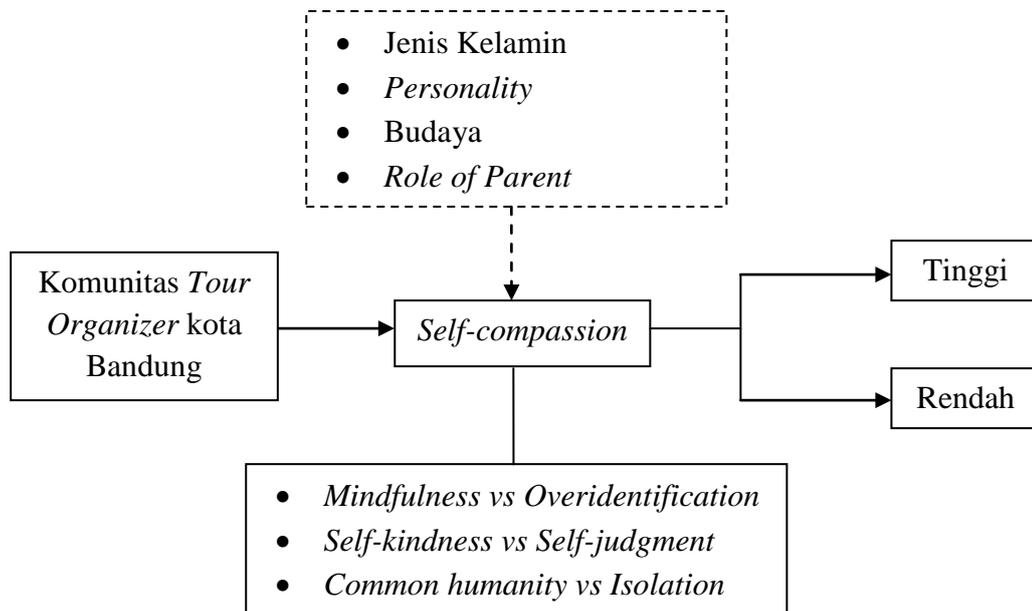
Berdasarkan pengukuran yang dilakukan oleh NEO-FFI, ditemukan bahwa *self-compassion* memiliki hubungan dengan *personality* (Neff, Kirkpatrick, dan Rude, 2007). Pada dimensi *neuroticism*, *agreeableness*, *extroversion*, dan *conscientiousness* dari *the big five personality*, ditemukan bahwa keempat *trait* tersebut berhubungan dengan *self-compassion*. *Self-compassion* tidak memiliki hubungan dengan *openness to experience*, karena *trait* ini mengukur karakteristik individu yang memiliki imajinasi yang aktif, kepekaan secara *aesthetic*, sehingga dimensi *openness to experience* ini tidak sesuai dengan *self-compassion*.

Budaya berpengaruh pada *self-compassion* setiap individu. Terlihat dari hasil penelitian pada negara Thailand, Taiwan, dan Amerika Serikat menunjukkan bahwa perbedaan latar budaya mengakibatkan adanya perbedaan derajat *self-compassion*. Markus dan Kitayama (1991) dalam Neff, Pisitsungkagarn, dan Hsieh (2008) menyatakan bahwa penduduk Asia yang memiliki budaya *collectivistic* memiliki *self-concept interdependent* yang menekankan pada hubungan dengan orang lain, peduli kepada orang lain, dan keselarasan dengan orang lain (*social conformity*) dalam bertingkah laku, sedangkan individu dengan budaya Barat yang *individualistic* memiliki *self-concept independent* yang menekankan pada kemandirian, kebutuhan pribadi, dan keunikan individu dalam bertingkah laku. Karena *self-compassion* menekankan pada kesadaran akan *common humanity* dan keterkaitan dengan orang lain, dapat diasumsikan bahwa *self-compassion* lebih sesuai pada budaya yang menekankan *interdependent* daripada *independent*. Meskipun terlihat Negara Asia yang merupakan budaya

collectivist dan bergantung dengan orang lain, namun masyarakat dengan Budaya Asia lebih mengkritik diri sendiri dibandingkan masyarakat dengan Budaya Barat sehingga derajat *self-compassion* tidak lebih tinggi dari budaya barat (Kitayama dan Markus; Kitayama, Markus, Matsumotoo, dan Norasakkunkit dalam Neff, Pisitsungkagarn, dan Hsieh, 2008).

Role of parent mempengaruhi juga mempengaruhi *self-compassion* yang ada pada diri individu. Bila individu berasal dari keluarga disfungsi atau memiliki orang tua yang penuh dengan kritik akan mendorong individu memiliki *self-compassion* rendah (Neff dan McGeehee, 2009). Pola *attachment* yang ada pada orang tua juga memberikan dampak pada *self-compassion*. Individu dengan pola *secure attachment* akan lebih besar kemungkinannya memiliki *self-compassion* yang tinggi dibandingkan dengan individu yang dibesarkan dalam pola *attachment insecure*. Kebiasaan individu yang meniru perilaku orang tua juga dapat mempengaruhi *self-compassion* yang ada pada dirinya. Perilaku orang tua yang sering mengkritik diri sendiri saat menghadapi kegagalan atau kesulitan akan menjadi contoh bagi individu untuk melakukan hal serupa sehingga mendorong derajat *self-compassion* yang rendah.

Seluruh penjelasan mengenai *self-compassion*, komponen pembentuk *self-compassion*, dan pengaruh faktor-faktor jenis kelamin, budaya, *personality*, dan *role of parent* dapat dilihat dalam bentuk bagan sebagai berikut:



Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

1.6 Asumsi

- Komunitas *tour organizer* kota Bandung dapat memiliki derajat *self-compassion* yang tinggi maupun yang rendah.
- Komunitas *tour organizer* kota Bandung memiliki *self-compassion* dengan derajat yang berbeda-beda, dan akan terbentuk mengikuti pengalaman kehidupan individu.
- Pengalaman kehidupan yang kurang menyenangkan akan mengakualkan *self-compassion* individu.
- Pikiran-pikiran dan perasaan yang timbul saat seseorang berhadapan dengan situasi yang kurang menyenangkan namun tetap tegar menghadapi kenyataan, merupakan ciri dari seseorang dengan *self-compassion* tinggi.