

# STUDI DESKRIPTIF MENGENAI *SELF-COMPASSION* DAN *COMPASSION FOR OTHERS* PADA PENDETA DI GEREJA KRISTEN PASUNDAN

Vicanada Larasati Tentremningtyas Banua  
Ira Adelina, M.Psi., Psikolog  
Program Studi Sarjana Fakultas Psikologi  
Universitas Kristen Maranatha, Bandung

## ABSTRAK

*Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa banyak Pendeta di Gereja Kristen Pasundan yang memiliki keseimbangan antara Self-Compassion dan Compassion for Others yang dilihat dari masing-masing komponennya. Sampel penelitian yang berjumlah 47 orang ini merupakan Pendeta yang bertugas sebagai Pendeta Jemaat di Gereja Kristen Pasundan. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner Self-Compassion yang dirancang oleh Neff (2003) dan Compassion for Others yang dikonstruksi oleh Pommier (2010) kemudian diterjemahkan oleh Missiliana R. dan Paulus Hidayat (2014). Berdasarkan uji validitas didapatkan 24 item valid dengan uji reliabilitas sebesar 0,873 untuk alat ukur Self-Compassion, dan 19 item valid dengan uji reliabilitas sebesar 0,763 untuk alat ukur Compassion for Others. Hasil uji reliabilitas ini diolah dengan menggunakan program SPSS versi 25.0 for Windows. Hasil yang diperoleh adalah sebanyak 64% Pendeta di Gereja Kristen Pasundan memiliki Self-Compassion dan Compassion for Others yang seimbang, yaitu 47% memiliki derajat Self-Compassion dan Compassion for Others yang sama rendah, dan 17% memiliki derajat Self-Compassion dan Compassion for Others yang sama tinggi.*

*Kata Kunci: Self-compassion, compassion for others, self-kindness, kindness, common humanity, mindfulness*

## **ABSTRACT**

The purpose of this research is to find out how many Pastors of Gereja Kristen Pasundan who have equal *Self-Compassion* and *Compassion for Other* based on each *component*. Sampler of the research are 47 Pastors of Gereja Kristen Pasundan. The instruments of research utilized *Self-Compassion* questionnaire which is designed by Neff (2003) and *Compassion for Others* questionnaire which is designed by Pommier (2010). Moreover, those are translated by Missiliana R. and Paulus Hidayat (2014). Based on validity test, it was obtained 24 valid items by reliability test 0,873 of *Self-Compassion* instrument. Moreover, it was obtained 19 valid items by realibility test of *Compassion for Others*. The result of reliability was processed by SPSS program version 25.0 for Windows. The result is 64% Pastor of Gereja Kristen Pasundan who have equal *Self-Compassion* and *Compassion for Others*, that is 47% have low level of *Self-Compassion* and *Compassion for Others*, and 17% have high level of *Self-Compassion* and *Compassion for Others*.

*Key Word: Self-compassion, compassion for others, self-kindness, kindness, common humanity, mindfulness*



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
LEMBAR PUBLIKASI .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	10
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian.....	10
1.3.1 Maksud Penelitian .....	10
1.3.2 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Kegunaan Penelitian.....	10

1.4.1	Kegunaan Teoretis .....	10
1.4.2	Kegunaan Praktis .....	10
1.5	Kerangka Pemikiran .....	11
1.6	Asumsi Penelitian.....	22
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>		<b>24</b>
2.1	<i>Self-Compassion</i> .....	24
2.1.1	Definisi <i>Self-Compassion</i> .....	24
2.1.2	Komponen <i>Self-Compassion</i> .....	25
2.1.3	Korelasi Antar Komponen .....	27
2.1.4	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i> .....	29
2.1.5	Manfaat <i>Self-Compassion</i> .....	38
2.2	<i>Compassion for Others</i> .....	40
2.2.1	Definisi <i>Compassion for Others</i> .....	40
2.2.2	Komponen <i>Compassion for Others</i> .....	42
2.3	Tahap Perkembangan Dewasa.....	45
2.3.1	Masa Dewasa Awal .....	45
2.3.2	Masa Dewasa Madya.....	47
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>		<b>49</b>
3.1	Rancangan dan Prosedur Penelitian .....	49
3.2	Bagan Rancangan Penelitian .....	49
3.3	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	50
3.3.1	Variabel Penelitian .....	50
3.3.2	Definisi Operasional .....	50
3.4	Alat Ukur.....	52

3.4.1	Alat Ukur <i>Self-Compassion</i> .....	52
3.4.2	Alat Ukur <i>Compassion for Others</i> .....	54
3.4.3	Data Pribadi dan Data Penunjang.....	55
3.4.4	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	55
3.5	Populasi dan Teknik Penarikan Sampel.....	57
3.5.1	Populasi Sasaran.....	57
3.5.2	Karakteristik Populasi.....	57
3.5.3	Teknik Penarikan Subjek Penelitian.....	57
3.6	Teknik Analisis Data.....	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		59
4.1	Gambaran Subjek Penelitian.....	59
4.1.1	Jenis Kelamin.....	59
4.1.2	Usia.....	59
4.1.3	Latar Belakang Pendidikan.....	60
4.1.4	Lamanya Waktu Pelayanan.....	60
4.1.5	Status Marital.....	61
4.2	Hasil Penelitian.....	61
4.3	Pembahasan.....	62
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		70
5.1	Simpulan.....	70
5.2	Saran.....	71
5.2.1	Saran Teoretis.....	71
5.2.2	Saran Praktis.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....		73



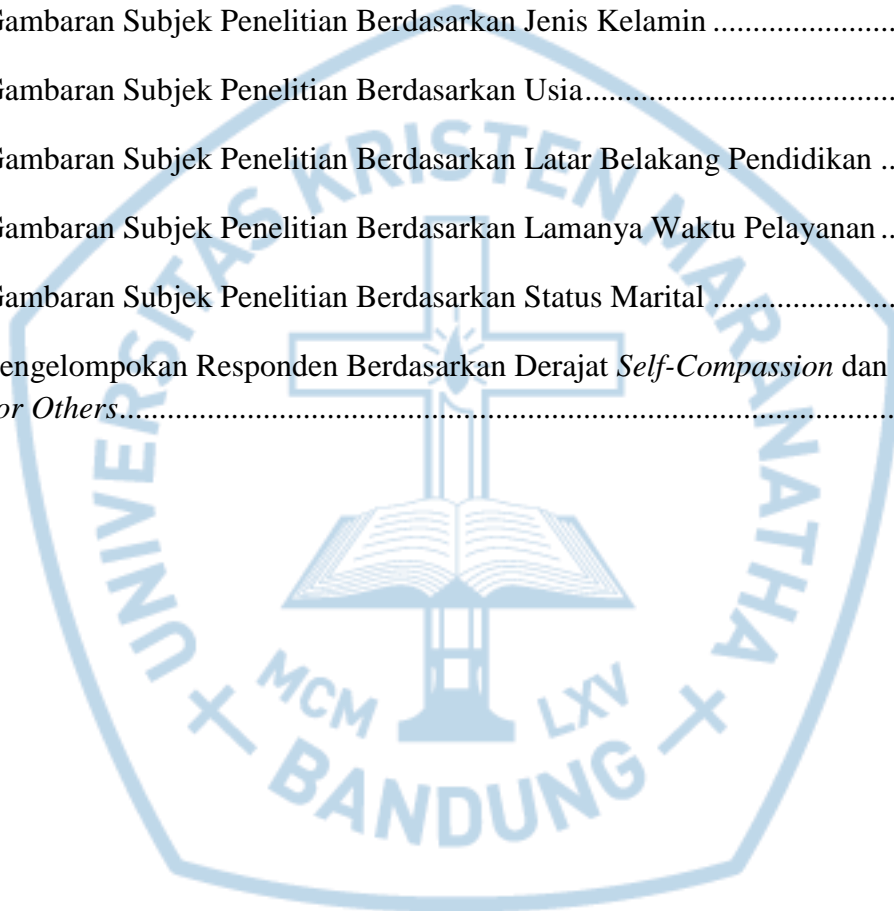
## DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran.....	21
Bagan 3.1 Rancangan Penelitian.....	50



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Alat Ukur <i>Self-Compassion</i> .....	53
Tabel 3.2 Sistem Penilaian Alat Ukur <i>Self-Compassion</i> .....	53
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Alat Ukur <i>Compassion for Others</i> .....	54
Tabel 3.4 Sistem Penilaian Alat Ukur <i>Compassion for Others</i> .....	55
Tabel 4.1 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	59
Tabel 4.2 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	59
Tabel 4.3 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan .....	60
Tabel 4.4 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Lamanya Waktu Pelayanan .....	60
Tabel 4.5 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Status Marital .....	61
Tabel 4.6 Pengelompokan Responden Berdasarkan Derajat <i>Self-Compassion</i> dan <i>Compassion for Others</i> .....	61





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Letter of Consent</i> (Lembar Persetujuan).....	L-1
Lampiran 2 Validitas dan Reliabilitas .....	L-10
Lampiran 3 Hasil Tabulasi Silang Data Demografis .....	L-12
Lampiran 4 Tabel Data Mentah .....	L-14
Lampiran 5 Surat Izin Penulisan Skripsi.....	L-20
Lampiran 6 Surat Izin Pengambilan Data .....	L-21
Lampiran 7 Surat Izin Mencantumkan Nama Lembaga .....	L-22
Lampiran 8 Pendeta Gereja Kristen Pasundan.....	L-23
Lampiran 9 Sejarah Gereja Kristen Pasundan.....	L-25
Lampiran 10 Biodata.....	L-32