

ABSTRAK

Guru perlu memiliki self-compassion dan compassion for others yang berderajat tinggi karena kedua hal tersebut dapat memberikan dampak positif baik untuk guru saat menjalankan perannya maupun untuk hasil proses belajar-mengajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-compassion dan compassion for others pada guru SD 'X' di Kota Bandung.

Terdapat 50 orang guru yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Setiap partisipan mengisi kuesioner self-compassion (Neff, 2003), yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Missiliana R., M.Si., Psikolog, Drs. Paulus H. Prasetya., M.Si., Psikolog, dan Eveline Sarintohe, M.Si., Psikolog; kuesioner compassion for others (Pommier, 2011), yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Missiliana R., M.Si., Psikolog dan Drs. Paulus H. Prasetya., M.Si., Psikolog. Kemudian total skor self-compassion dikorelasikan dengan total skor compassion for others menggunakan uji korelasi pearson dengan bantuan program SPSS 22.0.

Berdasarkan pengolahan data secara statistik didapatkan hasil korelasi 0.230 (sig= 0.054, ≥ 0.05). Maka, kesimpulan yang diperoleh adalah tidak terdapat hubungan antara self-compassion dan compassion for others. Peneliti mengajukan saran untuk bisa mempertimbangkan jumlah sampel yang lebih besar dan kriteria sampel yang lebih luas untuk menguji hubungan antara self-compassion dan compassion for others.

Peneliti juga menemukan bahwa mayoritas guru SD 'X' memiliki self-compassion dan compassion for others yang berderajat rendah. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti mengajukan saran untuk kepala sekolah SD 'X' agar dapat mempertimbangkan mengadakan program konseling untuk membantu guru SD 'X' mengurangi dan meregulasi stress yang dirasakan serta mengatasi kesulitan yang dihadapi sehingga lebih memungkinkan guru SD 'X' untuk mampu meningkatkan self-compassion dan compassion for others selama menjalani profesinya.

Kata Kunci: *Self-Compassion, Compassion For Others, Hubungan, Guru*

ABSTRACT

Teachers should have high self-compassion and high compassion for others because both will give positive impacts for teachers when they do their role and also for learning outcomes. This study was conducted to examine the relationship between self-compassion and compassion for others among teachers in 'X' elementary school.

There were 50 teachers participated in this study. Each participant completed self-compassion scale (Neff,2003) that has been translated to Indonesian language by Missiliana R., M.Si., Psikolog, Drs. Paulus H. Prasetya., M.Si., Psikolog, and Eveline Sarintohe, M.Si., Psikolog; compassion for others scale (Pommier, 2011) that has been translated to Indonesian language by Missiliana R., M.Si., Psikolog and Drs. Paulus H. Prasetya., M.Si., Psikolog. Then the total score of self-compassion and compassion for others were correlated by using pearson correlation (SPSS 22.0).

Based on the statistical calculation, it is found that there are no relationship between self-compassion and compassion for others ($r= 0.230$; $sig=0.054$, ≥ 0.05). Suggestion for further researchers is to increase the amount of the sample and to use more general criteria of sample for examining the relationship between self-compassion and compassion for others.

It is also found that majority of the teachers in 'X' elementary school have low self-compassion and low compassion for others. Suggestion for the headmaster of 'X' elementary school is considering to give the teachers counselling program to help them reduce and regulate their stress level, also help them to deal with their difficulties. So that, the teachers would be more possible to enhance both self-compassion and compassion for others when they do their role.

Keywords: *Self-Compassion, Compassion For Others, Relationship, Teachers*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
KATA PENGANTAR	
ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR BAGAN	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I - PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	10
1.3. Tujuan Penelitian	11
1.4. Manfaat Penelitian	11
1.5. Kerangka Pikir	12
1.6. Hipotesis Penelitian.....	20
BAB II – TINJAUAN PUSTAKA.....	21
2.1. <i>Self-Compassion</i>	21
2.1.1. Definisi <i>Self-Compassion</i>	21
2.1.2. Komponen <i>Self-Compassion</i>	22

2.1.3. <i>Kindness, Common Humanity, and Mindfulness: A Symbiotic Relationship</i>	26
2.1.4. Faktor yang Memengaruhi <i>Self-Compassion</i>	27
2.2. <i>Compassion for Others</i>	30
2.2.1. Definisi <i>Compassion for Others</i>	31
2.2.2. Komponen <i>Compassion for Others</i>	31
2.2.3. Faktor yang Memengaruhi <i>Compassion For Others</i>	35
BAB III – METODE PENELITIAN	37
3.1. Rancangan dan Prosedur Penelitian	37
3.2. Bagan Prosedur Penelitian	37
3.3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	38
3.3.1. Variabel Penelitian	38
3.3.2. Definisi Operasional.....	38
3.3.2.1. <i>Self-Compassion</i>	38
3.3.2.2. <i>Compassion for Others</i>	39
3.4. Alat Ukur.....	40
3.4.1. Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	40
3.4.2. Skoring Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	41
3.4.3. Alat Ukur <i>Compassion for Others</i>	42
3.4.4. Skoring Alat Ukur <i>Compassion for Others</i>	43
3.4.5. Data Pribadi dan Data Penunjang	44
3.4.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	44

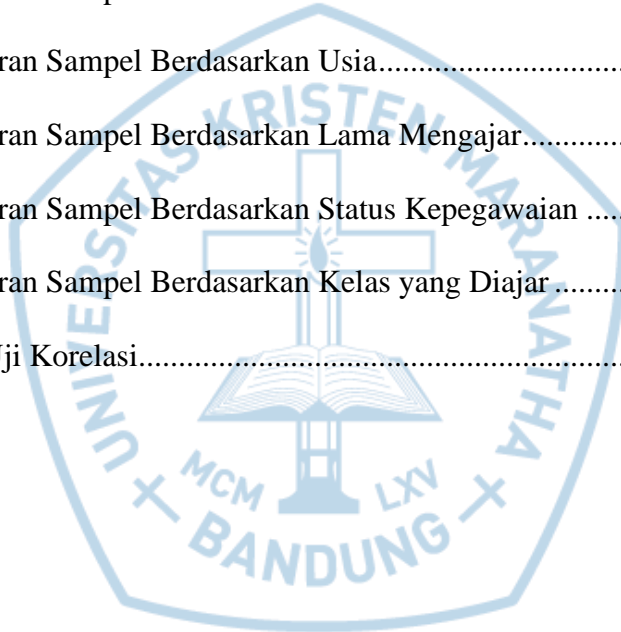
3.4.6.1. Validitas Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	44
3.4.6.2. Reliabilitas Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	44
3.4.6.3. Validitas Alat Ukur <i>Compassion for Others</i>	45
3.4.6.4. Reliabilitas Alat Ukur <i>Compassion for Others</i>	45
3.5. Populasi Sasaran dan Teknik Penarikan Sampel	46
3.5.1. Populasi Sasaran	46
3.5.2. Karakteristik Populasi	46
3.6. Teknik Analisis Data.....	46
3.7. Hipotesis Statistik	47
BAB IV – HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
4.1. Gambaran Sampel Penelitian	48
4.1.1. Gambaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	48
4.1.2. Gambaran Sampel Berdasarkan Usia.....	48
4.1.3. Gambaran Sampel Berdasarkan Lama Mengajar.....	49
4.1.4. Gambaran Sampel Berdasarkan Status Kepegawaian.....	49
4.1.5. Gambaran Sampel Berdasarkan Kelas yang Diajar	49
4.2. Hasil Penelitian	50
4.2.1. Korelasi Antara <i>Self-Compassion</i> dengan <i>Compassion For Others</i>	50
4.3. Pembahasan.....	50
BAB V – SIMPULAN DAN SARAN.....	56
5.1. Simpulan	56

5.2. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58
DAFTAR RUJUKAN	60
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kisi-kisi Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	40
Tabel 3.2. Skoring Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	41
Tabel 3.3. Kisi-kisi Alat Ukur <i>Compassion for Others</i>	42
Tabel 3.4. Skoring Alat Ukur <i>Compassion for Others</i>	43
Tabel 4.1. Gambaran Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	48
Tabel 4.2. Gambaran Sampel Berdasarkan Usia.....	48
Tabel 4.3. Gambaran Sampel Berdasarkan Lama Mengajar.....	49
Tabel 4.4. Gambaran Sampel Berdasarkan Status Kepegawaian	49
Tabel 4.5. Gambaran Sampel Berdasarkan Kelas yang Diajar	49
Tabel 4.6. Hasil Uji Korelasi.....	50



DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1. Kerangka Pikir	20
Bagan 3.1 Prosedur Penelitian	37



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Gambaran SD ‘X’	L-1
Lampiran 2 Lembar Izin Pengambilan Data dari Yayasan ‘X’	L-3
Lampiran 3 Formulir Pengesahan Pengambilan Data.....	L-4
Lampiran 4 Kuesioner <i>Self-Compassion</i>	L-5
Lampiran 5 Kuesioner <i>Compassion for Others</i>	L-9
Lampiran 6 Kata Pengantar.....	L-12
Lampiran 7 Lembar Persetujuan.....	L-13
Lampiran 8 Data Pribadi	L-14
Lampiran 9 Gambaran <i>Self-Compassion</i> Pada Responden.....	L-15
Lampiran 10 Gambaran <i>Compassion For Others</i> Pada Responden	L-16
Lampiran 11 Tabel Tabulasi Silang dan Korelasi Antara Jenis Kelamin (JK) dengan <i>Self-Compassion</i> dan <i>Compassion For Others</i>	L-17
Lampiran 12 Tabel Tabulasi Silang dan Korelasi Antara Lama Mengajar (LM) dengan <i>Self-Compassion</i> dan <i>Compassion For Others</i>	L-19
Lampiran 13 Tabel Tabulasi Silang dan Korelasi Antara Jabatan dengan <i>Self-Compassion</i> dan <i>Compassion For Others</i>	L-21
Lampiran 14 Tabel Tabulasi Silang dan Korelasi Antara Kelas yang Diajar dengan <i>Self-Compassion</i> dan <i>Compassion For Others</i>	L-23
Lampiran 15 Tabel Tabulasi Silang dan Korelasi Antara Status Kepegawaian dengan <i>Self-Compassion</i> dan <i>Compassion For Others</i>	L-25

Lampiran 16 Tabel Tabulasi Silang dan Korelasi Antara Usia dengan <i>Self-Compassion</i> dan <i>Compassion For Others</i>	L-27
Lampiran 17 Tabel Tabulasi Silang dan Korelasi Antara Kesulitan dengan <i>Self-Compassion</i> dan <i>Compassion For Others</i>	L-29
Lampiran 18 Tabel Tabulasi Silang dan Korelasi Antara Kesulitan dengan Status Kepegawaian	L-31
Lampiran 19 Hasil Per Komponen <i>Self-Compassion</i> Responden.....	L-32
Lampiran 20 Hasil Per Komponen <i>Compassion For Others</i> Responden	L-33

