

## **ABSTRAK**

*Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui derajat self-compassion pada pendeta di gereja “X” kota Bandung. Penelitian ini dilakukan kepada 50 orang pendeta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan teknik survey. Alat ukur yang digunakan merupakan alat ukur yang dibuat oleh Neff (2003) yang telah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia oleh Riasnugrahani pada tahun 2012. Setelah itu, alat ukur tersebut diterjemahkan kembali ke dalam bahas Inggris oleh Sarintohe pada tahun 2012 dan telah disetujui oleh Neff. Perhitungan validitas dan reliabilitas dilakukan oleh Missiliana R dengan menggunakan teknik korelasi dari Pearson dan Alpha Cronbach dengan 26 item valid dan reliabilitas 0.8181 yang tergolong tinggi. Berdasarkan hasil pengolahan data, diketahui bahwa pendeta di gereja “X” kota Bandung memiliki derajat self-compassion yang rendah sebanyak 82% dan yang memiliki derajat self-compassion yang tinggi sebanyak 18%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar dari pendeta di gereja “X” kota Bandung memiliki derajat self-compassion yang tergolong rendah. Saran yang dapat diberikan adalah meneliti lebih lanjut mengenai hubungan self-compassion dengan faktor-faktor yang mempengaruhi.*

## **ABSTRACT**

*This research is conducted to determine the degree of self-compassion of pastors in church “X” at Bandung. This research was conducted to 50 pastors. This research used a descriptive methods with a survey technique. Measuring instruments used a measuring tool made by Neff (2003) which has been translated into Indonesian by Riasnugrahani in 2012. After that, the instruments translated back into English by Sarintohe in 2012 and has been approved by Neff. Validiy and reliability calculations performed by Missiliana R with Pearson correlation and Cronbach alpha of the 26 item Valid 0.8181 and reliability is high. Besed on the result of data processing, it is know that the pastors in church “X” at Bandung has degree low self-compassion as much as 82% and that has a degree of self-compassion were higher by 18%. Conclusion of this research are mostly of pastors in church “X” at Bandung has a degree of self-compassion is low. The suggestion was to further examine the correlation of self-compassion with the factors that affect.*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR BAGAN .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	7
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Maksud Penelitian .....	7
1.3.2 Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Kegunaan Penelitian.....	7
1.4.1 Kegunaan Teoritis .....	7
1.4.2 Kegunaan Praktis .....	8

1.5 Kerangka pikir .....	8
1.6 Asumsi .....	20
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Definisi <i>Self Compassion</i> .....	21
2.2 Komponen <i>Self Compassion</i> .....	21
2.2.1 <i>Self Kindness</i> .....	21
2.2.2 <i>Common Humanity</i> .....	23
2.2.3 <i>Mindfulness</i> .....	23
2.2.4 Korelasi Antar Komponen.....	25
2.3 Faktor yang Mempengaruhi .....	26
2.3.1 <i>Personality</i> .....	27
2.3.2 Jenis Kelamin .....	28
2.3.3 <i>Culture</i> .....	29
2.3.4 <i>The Role of Parent</i> .....	30
2.3.5 <i>Adult Attachment</i> .....	33
2.4 Dampak <i>Self compassion</i> .....	34
2.5 Perkembangan masa dewasa madya.....	36
2.5.1 Tugas perkembangan dewasa madya.....	36

## BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian .....	39
3.1.1 Skema Rancangan Penelitian .....	39
3.2 Variabel dan Definisi operasional .....	40
3.2.1 Definisi Operasional <i>Self Compassion</i> .....	40
3.3 Alat Ukur <i>Self Compassion</i> .....	41
3.3.1 Kisi-Kisi Aat Ukur <i>Self Compassion</i> .....	42
3.3.2 Cara Skoring.....	43
3.3.3 Data Pribadi dan Data Penunjang .....	44
3.3.3.1 Data Pribadi.....	44
3.3.3.2 Data Penunjang .....	44
3.4 Validitas dan Reliabilitas alat Ukur .....	44
3.4.1 Validitas Alat Ukur .....	45
3.4.2 Reliabilitas Alat Ukur .....	45
3.5 Populasi Sasaran dan Teknik Sampling .....	46
3.5.1 Populasi sasaran .....	46
3.5.2 Karakteristik Sampel .....	46
3.5.3 Teknik Sampling .....	46
3.5.4 Teknik Analisis .....	46

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran responden.....	48
4.2 Hasil penelitian.....	49
4.3 Pembahasan.....	50

## BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan.....	63
5.2 Saran.....	64
5.2.1 Saran Teoritis.....	64
5.2.2 Saran Praktis.....	64

DAFTAR PUSTAKA .....	xii
----------------------	-----

DAFTAR RUJUKAN .....	xiii
----------------------	------

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi alat ukur <i>Self-Compassion</i> .....	42
Tabel 3.2 Cara Skoring.....	44
Tabel 4.1 Gambaran responden berdasarkan jenis kelamin.....	48
Tabel 4.2 Gambaran responden berdasarkan tingkat pendidikan.....	48
Tabel 4.3 Gambaran responden berdasarkan lamanya menjadi pendeta.....	49
Tabel 4.4 Gambaran responden berdasarkan jabatan.....	49
Tabel 4.5 Gambaran komponen.....	48
Tabel 4.6 Gambaran <i>self-compassion</i> .....	48

## DAFTAR BAGAN

1.1 Bagan Kerangka Pemikiran .....	19
1.2 Bagan Rancangan Penelitian .....	39



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat pengesahan pengambilan data

Lampiran 2 : Surat persetujuan

Lampiran 3 : Kuesioner *Self-Compassion*

Lampiran 4 : Hasil *crosstab*

Lampiran 5 : Data demografi