

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui derajat self-compassion pada siswa/siswi etnis Tionghoa di SMA "X" Bandung. Penelitian ini dilakukan kepada 220 orang responden. 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 bahasa Inggris oleh Sarintohe pada tahun 2012 dan telah disetujui oleh Neff. Perhitungan validitas dan reliabilitas dilakukan oleh Riasnugrahani 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 siswa/siswi etnis Tionghoa di SMA "X" Bandung memiliki derajat self-compassion yang rendah sebanyak 75% dan yang memiliki derajat self-compassion yang tinggi sebanyak 25%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar dari siswa/siswi etnis Tionghoa di SMA "X" Bandung memiliki derajat self-compassion yang tergolong rendah. Saran yang dapat diberikan adalah meneliti lebih lanjut mengenai hubungan self-compassion dengan faktor-faktor yang memengaruhi.

Kata kunci : *self-compassion, chinese value, etnis tionghoa.*

ABSTRACT

This research is conducted to determine the degree of self-compassion in students with Chinese ethnic at high school " X " Bandung. This research was conducted to 220 students. 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. Validity and reliability calculations performed by Riasnugrahani with Pearson correlation and Cronbach alpha of the 26 items Valid 0.8181 and reliability is high. Based on the result of data processing , it is known that the students with Chinese ethnic at high school " X " Bandung has degree low self-compassion as much as 75 % and that has a degree of self - compassion were higher by 25 %. Conclusions of this research are mostly of students with Chinese ethnic at high school " X " 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.

Keywords : *self-compassion, chinese value, chinese etnic.*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR BAGAN	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	8
1.3.1 Maksud Penelitian	8
1.3.2 Tujuan Penelitian	8
1.4 Kegunaan Penelitian	8
1.4.1 Kegunaan Teoritis	8
1.4.2 Kegunaan Praktis	9
1.5 Kerangka Pikir	9
1.6 Asumsi	21

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1	Pengertian <i>Self-Compassion</i>	22
2.1.1	Komponen dari <i>Self-Compassion</i>	23
2.1.2	Kaitan Antar Komponen	29
2.1.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i>	31
2.1.3.1	Faktor Internal.....	31
2.1.3.2	Faktor Eksternal	36
2.1.4	Manfaat <i>Self-Compassion</i>	40
2.1.5	Perbedaan Pengertian <i>Self-Compassion</i> dengan <i>Self Pity</i> , <i>Self Indulgence</i> , <i>Self Esteem</i>	42
2.2	Masyarakat Etnis Tionghoa di Indonesia.....	44
2.2.1	Tionghoa Totok dan Peranakan.....	44
2.2.3	Ajaran-Ajaran Pada Masyarakat Tionghoa.....	46
2.3	<i>Values</i>	52
2.3.1	Definisi	52
2.3.2	<i>Chinese Values</i>	55
2.4	<i>Culture</i>	58
2.4.1	Definisi	58
2.5	<i>Acculturation</i>	61
2.5.1.	Akulturasasi Kelompok dan Individual.....	61
2.5.2.	Strategi Akulturasasi.....	63
2.5.3.	Enkulturasasi dan Sosialisasi.....	66

2.6 <i>Adolescence</i>	67
2.6.1 Definisi dan Karakteristik <i>Adolescence</i>	67
2.6.2 Perkembangan Kognitif pada <i>Adolescence</i>	68
2.6.3 Kognisi Sosial pada <i>Adolescence</i>	69
2.6.4 Perkembangan Sosio-emosional pada <i>Adolescence</i>	70
2.6.5. <i>Values</i> pada <i>Adolescence</i>	71

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian	73
3.2 Bagan Rancangan Penelitian	73
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	74
3.3.1 Variabel Penelitian	74
3.3.2 Definisi Konseptual	74
3.3.3 Definisi Operasional	74
3.4 Alat Ukur	75
3.4.1 Alat Ukur <i>Self-Compassion</i>	75
3.4.2 Proses Pengisian Alat Ukur	77
3.4.3 Sistem Penilaian Alat Ukur	77
3.4.4 Data Pribadi dan Data Penunjang	78
3.4.5 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	79
3.3.2 Validitas Alat Ukur	79
3.3.2 Reliabilitas Alat Ukur	79

3.5	Populasi dan Teknik Penarikan Sample	80
3.5.1	Populasi Sasaran	80
3.5.2	Karakteristik Populasi	80
3.5.3	Teknik Penarikan Populasi	80
3.6	Teknik Analisis Data	81

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Gambaran Responden	82
4.2	Hasil Penelitian	83
4.3	Pembahasan	85

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1	Simpulan	96
5.2	Saran	97
5.2.1	Saran Teoretis	97
5.2.2	Saran Praktis	98

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RUJUKAN

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-Kisi Alat Ukur Self Compassion
Tabel 3.2	Sistem Penilaian Kuesioner <i>Self Compassion</i>
Tabel 4.1	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
Tabel 4.2	Gambaran Responden berdasarkan Usia
Tabel 4.3	Gambaran Responden Berdasarkan Derajat <i>Self-Compassion</i>
Tabel 4.4	Gambaran Responden Berdasarkan Derajat <i>Self-Compassion</i> dengan Komponen <i>Self-Kindness</i>
Tabel 4.5	Gambaran Responden Berdasarkan Derajat <i>Self-Compassion</i> dengan Komponen <i>Common Humanity</i>
Tabel 4.6	Gambaran Responden Berdasarkan Derajat <i>Self-Compassion</i> dengan Komponen <i>Mindfulness</i>

DAFTAR BAGAN

- Bagan 1.1 Bagan Kerangka Pikir
- Bagan 3.1 Bagan Rancangan Penelitian

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kisi-Kisi Alat Ukur Self-Compassion

Lampiran 2 : Lembar Persetujuan

Lampiran 3 : Tabel Data Mentah

Lampiran 4 : Validitas dan Reliabilitas kuesioner *Self-Compassion*

Lampiran 5 : Kuesioner

Lampiran 6 : Tabulasi Silang *Self-Compassion* dan data penunjang