

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui derajat self-compassion pada mahasiswa Kedokteran Universitas “X” yang sedang menempuh Ko-Ass di Bandung. Pemilihan sampel menggunakan metode purposive sampling, dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 49 orang. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian deskriptif.

Alat ukur yang digunakan merupakan alat ukur yang dibuat oleh Neff (2003) yang berjumlah 26 dan telah diterjemahkan ke 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. Penghitungan validitas dan reliabilitas dilakukan oleh Riasnugrahani dengan menggunakan teknik korelasi dari Pearson dan Alpha Cronbach dengan 26 item valid dengan nilai 0.323-0.606 dan reliabilitas 0.8181 yang tergolong tinggi.

Berdasarkan hasil pengolahan data, diketahui bahwa mahasiswa Ko-Ass Universitas “X” yang memiliki derajat self-compassion tinggi sebanyak 53% dan mahasiswa Ko-Ass Universitas “X” yang memiliki derajat self-compassion rendah sebanyak 47%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar dari mahasiswa Ko-Ass Universitas “X” memiliki derajat self-compassion yang tinggi. Peneliti mengajukan saran agar dilakukan penelitian kontribusi mengenai self-compassion

Kata kunci : self-compassion, mahasiswa Ko-Ass

Abstract

This research was conducted to determine the degree of self-compassion of university medical student "X" who are taking Co-Assistant in Bandung. The population for this research are all Co-Assistant student from "X" University that consist of 49 people. The design used in this research was descriptive research design.

The instrument that being use to collect 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 calculation done by Riasnugrahani using Pearson correlation and Alpha Cronbach and the result was 26 items were valid with value 0.323-0.606 and this instrument has 0.8182 reliability (high).

Based on the result of data processing, it is known that 53% Co-Assistant students at the "X" University has a high degree of self-compassion and 47% Co-Assistant students at the "X" University has a low degree of self-compassion. The conclusion of this study is majority of Co-Assistant students at the "X" University has a high degree of self-compassion. Researchers propose suggestions for research contributions on self-compassion

Keywords : self-compassion, Co-Ass student

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN

ABSTRAK.....	iii
ABTRACT.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR BAGAN.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	8
1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1. Maksud Penelitian.....	8
1.3.2. Tujuan Penelitian.....	9
1.4. Kegunaan Penelitian.....	9
1.4.1. Kegunaan Teoretis.....	9
1.4.2. Kegunaan Praktis.....	9
1.5. Kerangka Pikir.....	10
1.6. Asumsi.....	22

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Definisi.....	24
2.1.1. Pengertian <i>Self-compassion</i>	24
2.2. Komponen <i>Self-compassion</i>	24
2.2.1. <i>Self-kindness</i>	24
2.2.2. <i>Common Humanity</i>	25
2.2.3. <i>Mindfulness</i>	27
2.2.4. Kaitan Antar Komponen.....	28
2.3. Faktor-Faktor yang Dapat Mempengaruhi <i>Self-compassion</i>	30
2.3.1. Faktor Internal.....	30
2.3.2. Faktor Eksternal.....	38
2.4. Dampak <i>Self-Compassion</i>	45
2.5. Masa Dewasa Dini.....	47

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Rancangan Penelitian.....	51
3.2. Bagan Rancangan Penelitian.....	51
3.3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	52
3.3.1. Variabel Penelitian.....	52
3.3.2. Definisi Konseptual.....	52
3.3.3. Definisi Operasional.....	52
3.4. Alat Ukur.....	53
3.4.1. Alat Ukur <i>Self-compassion</i>	53

3.4.2. Data Pribadi dan Data Penunjang.....	56
3.4.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	56
3.5. Populasi dan Teknik penarikan Sampel.....	57
3.5.1. Populasi Sasaran.....	57
3.5.2. Karakteristik Sampel.....	57
3.5.3. Teknik Penarikan Sampel.....	57
3.6. Teknik Analisis Data.....	58

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Responden.....	59
4.2. Hasil derajat <i>Self-Compassion</i> dengan Komponen-komponen <i>Self-Compassion</i>	60
4.3. Pembahasan Hasil Penelitian.....	62

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan.....	74
5.2. Saran.....	75
5.2.1. Saran Teoreris.....	75
5.2.2. Saran Praktis.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	76
DAFTAR RUJUKAN.....	79
LAMPIRAN	

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.5 Kerangka Pikir.....	22
Bagan 3.1 Prosedur Penelitian.....	51

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel Kisi-kisi Alat Ukur.....	54
Tabel 3.2 Sistem Penilaian Setiap Komponen <i>Self-compassion</i>	55
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	59
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Suku Bangsa.....	60
Tabel 4.3 Pengelompokkan Responden Berdasarkan Derajat <i>Self-compassion</i>	61
Tabel 4.4 Tabel Derajat <i>Self-compassion</i> Dengan Komponen-komponen <i>Self-compassion</i>	61

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Survey Awal
- Lampiran 2 : Kuesioner
- Lampiran 3 : Kisi-Kisi Alat Ukur
- Lampiran 4 : Validitas Dan Reliabilitas *Self-Compassion*
- Lampiran 5 : Hasil *Crosstab* Data Mutlak
- Lampiran 6 : Data Mentah Mahasiswa Ko-Ass
- Lampiran 7 : Biodata Peneliti