

**HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN RESILIENSI
PADA REMAJA YANG KEHILANGAN ORANG
TUA AKIBAT KEMATIAN**

SKRIPSI



**Oleh :
RIFKI RIFATUL HIKMAH
19010128**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr.SOEBANDI
JEMBER
2023**

**HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN RESILIENSI
PADA REMAJA YANG KEHILANGAN ORANG
TUA AKIBAT KEMATIAN**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)



Oleh :
RIFKI RIFATUL HIKMAH
19010128

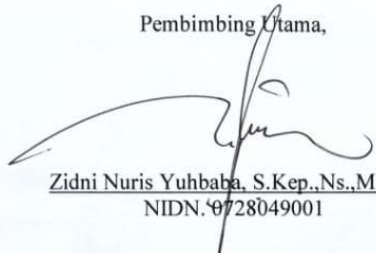
**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr.SOEBANDI
JEMBER
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal penelitian ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui
untuk mengikuti seminar hasil pada Program Studi
S1 Ilmu Keperawatan Universitas dr.Soebandi

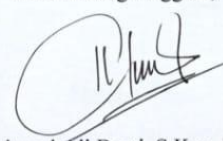
Jember, 5 Juni 2023

Pembimbing Utama,



Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0728049001

Pembimbing Anggota,



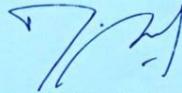
Ns. Achmad Ali Basri, S.Kep.,M.Kep
NIDN. 8965340022

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian ” telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Keperawatan pada :

Hari : Rabu
Tanggal : 7 Juni 2023
Tempat : Ruang Kelas D102
Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas dr. Soebandi Jember

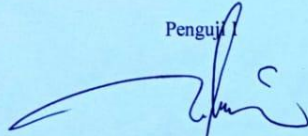
**Tim Penguji
Ketua,**



Trisna Vitaliati S.Kep., Ns., M. Kep

NIDN.0703028602

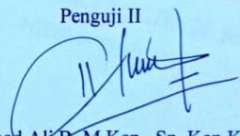
Penguji I



Zidni Nuris Y. S. Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0728049001

Penguji II



Ns. Achmad Ali B. M.Kep., Sp. Kep.Kom

NIDN. 8965340022

Mengesahkan,

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi Jember**



Apt. Lindawati Setyaningrum., M.Farm

NIK. 19890603 201805 2 148

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Rifki Rifatul Hikmah

NIM : 19010128

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil tulisan orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar benarnya.

Jember, 5 Juni 2023

Yang menyatakan,




Rifki Rifatul Hikmah

**HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN RESILIENSI
PADA REMAJA YANG KEHILANGAN ORANG
TUA AKIBAT KEMATIAN**

**Oleh :
Rifki Rifatul Hikmah
NIM. 19010128**

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep., Ns., M.Kep

Dosen Pembimbing Anggota : Ns. Achmad Ali Basri, M.Kep., Sp. Kep.Kom

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya yang selalu memberikan kemudahan, petunjuk, kekuatan dan keyakinan sehingga saya bisa menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kepada kedua orang tua saya yaitu Bapak Hariono dan Ibu Ponikem, serta kedua kakak saya yaitu Roni Paslah dan Ahmad Arifal yang selalu memberikan dukungan tanpa syarat. Terima kasih atas cinta, doa dan dorongan yang tak pernah surut. Kalian adalah sumber kekuatan dan inspirasi saya. Terima kasih atas pemahaman, kesabaran dan dukungan finansial yang telah kalian berikan selama saya mengejar pencapaian ini.
2. Kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, panduan dan wawasan yang berharga. Terima kasih atas saran, koreksi serta masukan yang berharga untuk perbaikan skripsi ini.
3. Kepada teman saya (Putri, Tiara, Retno) yang telah bersama-sama melalui perjalanan ini. Terima kasih atas dukungan, kerja sama dan semangat yang selalu ada. Terima kasih atas diskusi, ide dan masukan yang berharga.
4. Kepada diri saya sendiri, terima kasih atas keberanian, kegigihan dan kepercayaan diri yang telah saya miliki selama perjalanan ini. Terima kasih atas kekuatan yang saya temukan dalam diri saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(Qs. Al-Insyirah 94 : 6)

“Start now. Start where you are. Start with fear. Start with doubt. Start with hand shaking. Start with voice trembling ; but start. Start and don’t stop. Start where you are, with what you have. Just start”

(Ijeoma Umebinyuo)

ABSTRAK

Hikmah, Rifki Rifatul* Yuhbaba, Zidni Nuris** Basri, Achmad Ali*** .2023. **Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian**. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr.Soebandi Jember.

Kehilangan orang tua akibat kematian pada remaja dianggap sebagai masalah mental serius dan dapat menyebabkan stress personal yang membawa dampak buruk serta dapat meningkatkan risiko masalah psikososial dan perilaku. Kemampuan resiliensi dibutuhkan remaja saat menghadapi situasi yang menyulitkan dengan menumbuhkan perasaan mengasihi diri sendiri yang disebut dengan *self-compassion*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 59 responden dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *total sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah Uji Rank Spearman. Sebagian besar remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian memiliki *self-compassion* pada kategori sedang yaitu sebanyak 37 orang (62,7%) dan sebagian besar remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian memiliki resiliensi pada kategori sedang berjumlah 29 orang (49,2%). Berdasarkan hasil uji analisis didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua di SMP Negeri 2 Balung dengan arah hubungan yang positif. Remaja yang memiliki *self-compassion* akan memahami kondisi yang menyulitkan dengan lebih mengontrol emosi, perilaku serta kognitif.

Kata Kunci : *Self-Compassion*, Resiliensi, Remaja, Kehilangan, Kematian

*Peneliti

**Pembimbing I

***Pembimbing II

ABSTRACT

Hikmah, Rifki Rifatul* Yuhbaba, Zidni Nuris** Basri, Achmad Ali*** .2023. ***Relationship between Self-Compassion and Resilience in Adolescents Who Lost Parents Due to Death***. Thesis. Nursing Science Study Program. University of dr.Soebandi.

Losing parents due to death in adolescents is considered a serious mental problem and can cause personal stress that has a negative impact and can increase the risk of psychosocial and behavioral problems. Resilience skills are needed by teenagers when facing difficult situations by cultivating a feeling of self-compassion, which is called self-compassion. The purpose of this study was to determine the relationship between self-compassion and resilience in adolescents who lost their parents due to death. This study uses a quantitative method with a correlational design and a cross-sectional approach. The research sample is 59 respondents with the sampling technique used is total sampling. The data analysis technique used is the Spearman Rank Test. Most adolescents who have lost their parents due to death have self-compassion in the medium category, namely 37 people (62.7%) and most adolescents who have lost their parents due to death have resilience in the moderate category, amounting to 29 people (49.2%). Based on the results of the analysis test, it was found that the p value = 0.000 ($p < 0.05$). There is a significant relationship between self-compassion and resilience in adolescents who have lost their parents at SMP Negeri 2 Balung with a positive direction. Adolescents who have self-compassion will understand difficult conditions by controlling their emotions, behavior and cognitive more.

Keywords : Self-Compassion, Resilience, Youth, Loss, Death

*Researcher

**Supervisor I

***Supervisor II

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penyusunan Skripsi dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr.Soebandi dengan judul “Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian”.

Selama proses penyusunan penulis dibantu dan dibimbing oleh berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Andi Eka Pranata, S.ST.,S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Rektor Universitas dr.Soebandi yang telah memberikan fasilitas dan ijin dalam penyusunan skripsi ini.
2. Apt. Lindawati Setyaningrum., M.Farm selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr.Soebandi yang telah memberikan arahan dan fasilitas dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Prestasianita Putri, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr.Soebandi yang selalu memberikan support dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Trisna Vitaliati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Penguji yang telah meluangkan waktu, memberikan masukan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan arahan, support, bimbingan, masukan, meluangkan waktu serta memberikan ilmunya untuk menyempurnakan sampai terselesaikannya skripsi ini.
6. Ns. Achmad Ali Basri, S.Kep.,M.Kep selaku Pembimbing Anggota yang telah memberikan support, arahan, bimbingan, masukan, meluangkan waktu serta memberikan ilmunya untuk menyempurnakan sampai terselesaikannya skripsi ini.

Penulis tentu menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan kritik serta saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Jember, 5 Juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR SINGKATAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.3.1 Tujuan Umum	9
1.3.2 Tujuan Khusus	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
1.5 Keaslian Penelitian.....	11
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Konsep <i>Self-Compassion</i>	13
2.1.1 Pengertian <i>Self-Compassion</i>	13
2.1.2 Aspek-aspek <i>Self Compassion</i>	15
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i>	16
2.1.4 Pengukuran <i>Self-Compassion</i>	23
2.2 Konsep Resiliensi	26
2.2.1 Pengertian Resiliensi.....	26
2.2.2 Aspek-aspek Resiliensi	28
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resilensi	30
2.2.4 Pengukuran Resiliensi.....	34
2.3 Konsep Remaja	34
2.3.1 Definisi Remaja	34
2.3.2 Tahapan Remaja	36
2.3.3 Ciri-ciri Remaja	37
2.3.4 Perkembangan Remaja	40
2.4 Konsep Kehilangan	43

2.4.1 Pengertian Kehilangan	43
2.4.2 Kategori Kehilangan	44
2.4.3 Fase Kehilangan.....	45
2.4.4 Dampak Kehilangan.....	47
2.4.5 Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua.....	48
BAB 3 KERANGKA KONSEP.....	50
3.1 Kerangka Konsep.....	50
3.2 Hipotesis Penelitian	51
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	52
4.1 Desain Penelitian	52
4.2 Populasi dan Sampel.....	52
4.2.1 Populasi	52
4.2.2 Sampel.....	53
4.2.3 Teknik Sampling	53
4.3 Variabel Penelitian.....	53
4.4 Tempat Penelitian	54
4.5 Waktu Penelitian	55
4.6 Definisi Operasional.....	55
4.7 Teknik Pengumpulan Data	56
4.7.1 Sumber Data.....	56
4.7.2 Teknik Pengumpulan Data	56
4.7.3 Alat / Instrumen Pengumpulan Data.....	58
4.7.4 Uji Validitas dan Reliabilitas	60
4.8 Teknik Analisa Data	62
4.8.1 Pengolahan Data.....	62
4.8.2 Analisis Data.....	66
4.9 Etika Penelitian	67
4.9.1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	67
4.9.2 Anonymity (Tanpa Nama)	67
4.9.3 Confidentiality (kerahasiaan).....	67
4.9.4 Non Maleficience (Tidak Merugikan).....	68
4.9.5 Justice (Keadilan).....	68
4.9.6 Beneficience (Menguntungkan).....	68
BAB 5 HASIL.....	69
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	69
5.2 Data Umum.....	70
5.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	70
5.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	70
5.2.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Orang Tua Meninggal.....	71
5.3 Data Khusus	71
5.3.1 Kategorisasi Subjek Variabel <i>Self-Compassion</i>	71
5.3.2 Kategorisasi Subjek Variabel Resiliensi	73
5.4 Hubungan <i>Self-Compassion</i> dengan Resiliensi.....	74

BAB 6 PEMBAHASAN	76
6.1 Identifikasi <i>Self-Compassion</i> pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian	76
6.2 Identifikasi Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian	80
6.3 Analisis Hubungan <i>Self-Compassion</i> dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian	83
6.4 Keterbatasan Penelitian	86
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	87
7.1 Kesimpulan	87
7.2 Saran	87
7.2.1 Bagi Remaja	87
7.2.2 Bagi Tempat Penelitian	88
7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	88
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN	95

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 4.1 Waktu Penelitian	55
Tabel 4.2 Definisi Operasional	55
Tabel 4.3 Kisi-kisi Kuesioner <i>Self-Compassion Scale</i> (SCS).....	59
Tabel 4.4 Kisi-kisi Kuesioner Resiliensi.....	60
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia pada Siswa SMP Negeri 2 Balung.....	70
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa SMP Negeri 2 Balung	70
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Orang Tua Meninggal pada Siswa SMP Negeri 2 Balung.....	71
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi <i>Self-Compassion</i> pada Siswa SMP Negeri 2 Balung yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian.....	71
Tabel 5.5 Distribusi Subjek Variabel <i>Self-Compassion</i> Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Orang Tua Meninggal	72
Tabel 5.6 Distribusi Variabel Resiliensi pada Siswa SMP Negeri 2 Balung yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian	73
Tabel 5.7 Distribusi Subjek Variabel Resiliensi Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Orang Tua Meninggal	73
Tabel 5.8 Hubungan <i>Self-Compassion</i> dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian di SMP Negeri 2 Balung.....	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep	50
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Kesediaan Permohonan Menjadi Responden.....	95
Lampiran 2	Persetujuan Menjadi Responden	96
Lampiran 3	Transkrip Wawancara Studi Pendahuluan.....	97
Lampiran 4	<i>Skala Self-Compassion</i> dan Resiliensi.....	98
Lampiran 5	Surat Studi Pendahuluan.....	105
Lampiran 6	Lembar Uji Etik Penelitian	106
Lampiran 7	Surat Perijinan Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik.....	107
Lampiran 8	Surat Perijinan Dinas Pendidikan	108
Lampiran 9	Hasil Tabulasi Variabel <i>Self-Compassion</i>	109
Lampiran 10	Hasil Tabulasi Variabel Resiliensi	112
Lampiran 11	Hasil Output Karakteristik Responden.....	115
Lampiran 12	Hasil Ouput Kategorisasi Subjek Variabel <i>Self-Compassion</i> Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Orang Tua Meninggal.....	116
Lampiran 13	Hasil Ouput Kategorisasi Subjek Variabel Resiliensi Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Orang Tua Meninggal.....	117
Lampiran 14	Hasil Ouput Hubungan <i>Self-Compassion</i> dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian.....	118
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian.....	119
Lampiran 16	Lembar Konsultasi Skripsi	120

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: World Health Organization
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
Kemensos	: Kementrian Sosial
UNICEF	: United Nations Children's Fun

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, dengan perubahan yang saling berkaitan secara signifikan dalam aspek fisik, kognitif, emosional dan psikososial (Ilmi, 2022). Remaja akan dapat berkembang dengan optimal jika mendapat pengasuhan serta bimbingan dari kedua orang tuanya, hal tersebut akan membantu remaja untuk bisa menempatkan diri pada masyarakat sebagai seorang warga negara yang bahagia, memiliki tanggung jawab, dan menjadi individu yang akan menjadi penerus untuk masa yang akan datang. Tetapi pada kenyataannya tidak dapat dipungkiri bahwa sekarang ini tidak sedikit remaja yang tidak bisa menikmati kasih sayang dan bimbingan dari kedua orang tuanya, seperti yang terjadi pada remaja yang kehilangan orang tuanya karena kematian (Rienneke & Setianingrum, 2018).

Kehilangan seseorang yang memiliki ikatan emosional kuat atau orang terdekat menjadi salah satu permasalahan yang pasti akan dirasakan setiap individu. Kematian dari orang yang dicintai dianggap sebagai masalah mental serius dan dapat menyebabkan stress personal yang membawa dampak buruk bagi individu yang mengalaminya (Harjuna, 2022). Remaja yang menghadapi peristiwa kehilangan akibat kematian orang tua memiliki tingkat yang lebih tinggi untuk memiliki masalah psikososial dan perilaku. Mereka mendapat stigma dan cenderung menunjukkan tanda-tanda emosi negatif dan depresi

lebih sering dibandingkan dengan remaja dengan orang tua lengkap (Gearing ; Andayani et al., 2022). Hal tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa 55,6% anak yatim memiliki kerentanan yang tinggi, yang membuat kondisi psikis dan mental mereka lebih rentan (Onkari & Itagi, 2019). Remaja yang tidak dapat mengatasi keterpurukan yang dialami saat kehilangan orang tua akibat kematian, akan cenderung mengarah ke arah perilaku negatif serta memiliki perilaku agresif yang tinggi dibanding yang lain. Selain itu dapat menjadi faktor pendorong bagi remaja untuk melakukan bunuh diri (Stikkelbroek dkk ; Vastya et al., 2021).

Berdasarkan data dari UNICEF (2020), hampir 10.000 remaja di dunia menjadi yatim piatu, dan setidaknya ada 140 juta kehilangan orang tua baik salah satu atau keduanya akibat kematian. Data dari Kemensos RI (2021) terdapat sebanyak 30.766 remaja menjadi yatim piatu akibat kematian orangtua. Kepala (P3AK) Dinas Pemberdayaan Perempuan Perlindungan anak dan Kependudukan (2021) menyebutkan di Jawa Timur sebanyak 5082 anak kehilangan orang tua karena kematian, dengan asumsi seperempat jumlah penduduk Jawa Timur adalah usia 0-18 dan terdapat remaja didalamnya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 2 Balung Kabupaten Jember, didapatkan sebanyak 59 remaja menjadi yatim atau piatu.

Kematian merupakan sebuah kepastian yang akan dialami oleh setiap manusia di dunia. Kematian tidak hanya berdampak bagi orang yang meninggal saja, akan tetapi dapat mempengaruhi orang-orang di sekelilingnya

seperti keluarga, terutama anak (Seputro, 2022). Pengalaman tersebut sangatlah menyakitkan serta memberikan dampak yang signifikan dan sulit diterima remaja karena mereka kehilangan orang yang dicintainya selamanya (Puspasari, 2020). Seorang remaja yang ditinggalkan orang tuanya karena kematian pasti membutuhkan waktu untuk penyesuaian diri, karena hal tersebut dapat menjadi beban tersendiri bagi seorang anak karena mereka kehilangan salah satu peran dalam keluarganya (Dita Cahayatiningsih & Ita Apriliyani, 2022). Kehilangan merupakan suatu respon individu berupa keadaan perpisahan atau berpisah dengan suatu hal secara langsung dengan sesuatu hal sebelumnya seperti peristiwa kematian (Rias, *et al* 2021).

Secara umum, remaja yang ditinggal mati oleh orang tuanya pada usia 12 sampai 15 tahun (usia remaja) sering mengalami masalah emosi, seperti merasa kesedihan, atau merasa kurang diperhatikan (Apriliza, 2022). Pada usia ini, remaja juga sering merasakan emosi yang naik turun, sehingga mereka bisa menderita depresi. Selain itu, mereka bisa menutup diri, tertekan, putus asa, dan mudah marah, bahkan tidak tahu arah dan tujuan hidup (Ramadhan & Ardias, 2019). Kematian salah satu orang tua dapat menyebabkan beberapa dampak pada remaja seperti dampak psikologis, emosional, dan sosial. Dampak emosional yang dialami remaja akibat kematian dari salah satu atau kedua orang tuanya yaitu remaja memiliki perilaku yang negatif seperti meminum-minuman keras dan berkelahi dengan temannya (Riyanda & Soesilo, 2018). Selanjutnya dampak psikologis seperti meratapi kepergian orang tuanya yang meninggal, kehilangan kasih sayang,

takut akan masa depan, merasa bersalah karena merasa menjadi penyebab kematian, serta belum sempat meminta maaf pada orang tuanya yang meninggal (Masi, 2021). Selain dampak emosional dan psikologis, dampak sosial juga terjadi seperti cenderung menarik diri, mudah mendapat pengaruh buruk dari lingkungannya serta tidak mudah bergaul (Massa et al., 2020). Namun beberapa remaja mampu melewati masa berduka dan menunjukkan kondisi sadar atas peristiwa yang dialami dan memilih untuk tidak berlarut-larut dalam emosi negatif yang nantinya akan berdampak buruk pada kondisi mereka (Harjuna & Renaldi, 2022).

Kejadian pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian dialami oleh seorang remaja SMP berinisial L (14 tahun) di Kota Bogor, Jawa Barat. Remaja L berniat bunuh diri karena diduga depresi setelah kepergian ayahnya beberapa waktu lalu. L langsung dilarikan ke UGD RSUD Kota Bogor untuk penanganan. Humas RSUD Kota Bogor, menyebutkan bahwa L perlu menjalani rawat inap untuk pemulihan kondisi psikisnya, meski tidak mengalami luka fisik yang berarti (Antara Banten, 2019). Kejadian serupa terjadi pada salah seorang remaja SMP di Jakarta. Remaja tersebut berpikiran untuk bunuh diri karena kondisi keluarganya sedang tidak baik, ibunya meninggal dunia dan ayahnya menikah lagi. Remaja tersebut tidak memiliki hubungan yang dekat dengan kakaknya, sehingga remaja tersebut merasa sendiri, dan merasa tidak punya siapa-siapa, sehingga munculah pikiran untuk menyusul mamanya yang sudah meninggal. Namun untungnya remaja tersebut mengurungkan niatnya untuk melakukan bunuh diri karena merasa

masih punya masa depan dan ingin melanjutkan hidupnya (BBC News Indonesia, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 10 remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian di SMP Negeri 2 Balung, diperoleh informasi bahwa 6 dari 10 remaja merasa bahwa dia tidak dekat dengan siapapun, ketika ada masalah remaja tidak mempunyai tempat untuk bercerita kepada siapapun meski dengan teman atau kerabatnya yang lain. Selain itu remaja merasa tertekan, kurang memiliki semangat dan pesimis akan hidupnya kedepan. Remaja terkadang merasa sedih dan marah terhadap dirinya, mengapa hal seperti itu terjadi pada kehidupannya serta berpikiran bahwa mungkin orang lain lebih bahagia dibandingkan dengan hidup yang telah dilaluinya.

Menghadapi peristiwa kematian orang tua, remaja membutuhkan resiliensi, dimana resiliensi dianggap sebagai suatu kekuatan untuk membangkitkan emosi positif pada remaja. Resiliensi dapat menentukan gaya berpikir individu untuk menghadapi dan menyelesaikan masalah dan dapat membantu remaja untuk bangkit dari masalah dan menyelesaikannya dengan harapan-harapan yang lebih baik (Elya & Widyatno, 2022). Kemampuan resiliensi yang baik adalah bekal yang sangat penting untuk dimiliki seorang remaja saat menghadapi situasi yang menyulitkan bagi dirinya (Pratiwi, 2021). Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi akan jauh dari stress dan depresi. Sedangkan individu dengan resiliensi yang rendah kurang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik terhadap peristiwa yang penuh dengan

tekanan dan memiliki kesehatan mental yang jauh lebih buruk terkait depresi dan kecemasan. (Ran et al., 2020).

Remaja yang memiliki resiliensi rendah, maka remaja akan sulit untuk dapat mengatasi masalahnya, sulit bangkit dari kekecewaan, sulit mengembangkan tujuan yang jelas dan realistis serta sulit untuk berinteraksi dengan orang lain. (Yuliani et al., 2018). Beberapa anak memiliki resiliensi yang rendah ketika menghadapi kematian orang tuanya (Lin et al, ; Puspasari, 2020). Penelitian mengenai resiliensi pada remaja dengan orang tua yang telah meninggal di Indonesia menunjukkan data bahwa sebanyak 66% remaja memiliki resiliensi yang berada pada kategori sedang dan 16% remaja memiliki resiliensi pada kategori rendah. Remaja yang berada pada kategori sedang cenderung memiliki sikap dan emosi yang tidak stabil. Sedangkan remaja dengan resiliensi rendah lebih mudah menyerah dan menghindari masalah (Nisa & Muis, 2016). Resiliensi yang rendah dapat dicegah dengan berhenti menyalahkan diri sendiri, menghilangkan emosi negatif, meningkatkan penghayatan positif pada diri sendiri dan menumbuhkan perasaan mengasihi diri sendiri yang disebut dengan *self compassion* (Zahra, 2022).

Self-compassion merupakan pemberian pemahaman terhadap diri sendiri ketika mengalami kegagalan ataupun membuat kesalahan, tidak menghakimi diri sendiri dengan keras maupun mengkritik diri sendiri secara berlebihan atas ketidaksempurnaan, kelemahan dan kegagalan yang dialami diri sendiri. Individu yang memiliki *self-compassion* yang baik akan memiliki

pengertian bahwa penderitaan, kegagalan dan kekurangan merupakan bagian dari kehidupan manusia (Neff, 2003). Hatari & Setyawan, (2020) menjelaskan bahwa *self-compassion* merupakan suatu respon emosi positif yang mampu melindungi diri sendiri dari perasaan negatif saat menghadapi permasalahan hidup. Hidayati (2018) menjelaskan bahwa, jika *self-compassion* pada remaja rendah, maka remaja akan cenderung menyalahkan diri sendiri, menolak, dan mengkritik bahwa dirinya tidak layak untuk mendapatkan kebaikan karena kegagalan dalam menghadapi suatu permasalahan yang dialami. Sedangkan menurut Sonya (2021) mengungkapkan bahwa *self-compassion* tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah maupun suatu emosi yang bisa menjadikan seseorang lupa pada permasalahan yang sedang dia hadapi, tetapi *self-compassion* berhubungan dengan bagaimana inisiatif yang ada pada diri seseorang dalam pengambilan keputusan untuk berfokus pada dirinya untuk berubah menjadi lebih baik.

Self-compassion dapat membantu individu untuk dapat memberikan dukungan interpersonal dan memberikan alternatif pemikiran untuk pandangan diri yang dapat meningkatkan resiliensi diantara remaja (Oktaviani & Cahyawulan, 2022). *Self-compassion* akan membuat seseorang mampu mengontrol emosinya termasuk emosi negatif dengan meningkatkan kesadaran penuh dalam menghadapi situasi yang menyulitkan dan menyadari bahwa pengalaman tersebut lebih kurang juga dialami oleh manusia lain, sehingga dapat dipahami bahwa semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki individu

maka semakin tinggi pula resiliensi pada diri seseorang begitu pula sebaliknya (Dwitya & Priyambodo, 2020).

Berdasarkan uraian fakta tersebut, dapat dipahami bahwa remaja menghadapi tugas yang berat saat mengalami kehilangan orang tua karena kematian. Dalam menghadapi masa-masa yang sulit, remaja membutuhkan resiliensi. Resiliensi yang baik sangat dibutuhkan seorang individu dalam menghadapi masa-masa sulit dalam hidupnya, resiliensi yang rendah dapat dicegah dengan meningkatkan penghayatan positif pada diri sendiri dan mengasihi diri sendiri agar dapat lebih memahami sendiri dan dapat merasa bahwa apa yang dialaminya juga mungkin dialami oleh remaja yang lain, hal ini yang disebut dengan *self-compassion*. Dengan demikian maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi Pada Remaja yang Mengalami Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya maka peneliti tertarik untuk mengetahui “apakah terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan orang tua akibat kematian?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui dan menjelaskan hubungan *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan orang tua akibat kematian.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi *self-compassion* pada remaja yang mengalami kehilangan orang tua akibat kematian
- 2) Mengidentifikasi resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan orang tua akibat kematian
- 3) Menganalisis hubungan *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan orang tua akibat kematian

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengetahuan serta pengembangan Ilmu Keperawatan khususnya keperawatan jiwa terkait bagaimana *self-compassion* dan resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan orang tua akibat kematian.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Remaja

Diharapkan penelitian ini membantu memberikan pengetahuan pada remaja yang mengalami kehilangan orang tua

akibat kematian agar dapat bertahan dan mampu melalui keadaan yang tidak menyenangkan dengan resiliensi dan mengasihi diri sendiri yang disebut dengan *self-compassion*.

2) Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini mampu memberi gambaran kepada seluruh siswa khususnya guru sebagai pendidik agar lebih memperhatikan kondisi resiliensi dan *self-compassion* pada remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan menambah wawasan untuk peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini mengikuti perkembangan jaman.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian dan Penulis	Variabel Penelitian	Jenis Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	Judul : Hubungan Tujuan Hidup dan Resiliensi Pada Remaja Yang Kehilangan Orang Tua Karena Meninggal Mendadak (Elya & Widyatno, 2022)	Variabel Bebas : Tujuan Hidup Variabel Terikat : Resiliensi Pada Remaja Yang Kehilangan Orang Tua Karena Meninggal Mendadak	Kuantitatif	Terdapat hubungan yang positif tujuan hidup dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua karena meninggal mendadak dengan arah hubungan yang positif dan derajat koefisien korelasi tergolong kuat	Lokasi penelitian, waktu pengambilan data, instrumen penelitian dan variabel bebas berbeda
2.	Judul : Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi pada Remaja yang Mengalami Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua (Pratiwi, 2022)	Variabel Bebas : Dukungan Sosial Teman Sebaya Variabel Terikat : Resiliensi pada Remaja yang Mengalami Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua	Kuantitatif	Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi pada remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua	Lokasi penelitian, waktu penelitian dan variabel bebas dalam penelitian ini berbeda
3.	Judul : Secure Attachment Orang Tua Terhadap Resiliensi Remaja yang Mengalami Kematian Orang Tua Akibat Covid- 19 (Shafa, 2022)	Variabel Bebas : Secure Attachment Orang Tua Variabel Terikat : Resiliensi Remaja yang Mengalami Kematian	Kuantitatif	Terdapat pengaruh yang positif yang signifikan antara secure attachment dan resiliensi	Variabel bebas berbeda, lokasi penelitian serta responden yang diambil memiliki karakteristik berbeda yaitu remaja yang mengalami

		Orang Tua Akibat Covid-19			kematian akibat Covid-19
4.	Judul : Hubungan Efikasi Diri dengan Resiliensi Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan (Suryaningrum, 2022)	Variabel Bebas : Efikasi Diri Variabel Terikat : Resiliensi Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan	Kuantitatif	Ada hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan resiliensi remaja yang tinggal di panti asuhan	Lokasi penelitian dan variabel bebas berbeda serta sampel yang digunakan berbeda
5.	Judul : Hubungan Kebermaknaan Hidup dengan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan Bani Adam-As Medan (Effendi & Haryati, 2022)	Variabel Bebas : Kebermaknaan Hidup Variabel Terikat : Resiliensi pada Remaja	Kuantitatif	Ada hubungan yang positif antara kebermaknaan hidup dengan resiliensi, dimana $r_{xy} = 0,693$ dengan signifikansi $P = 0,000 < 0,050$.	Variabel bebas dan lokasi dalam penelitian ini berbeda
6.	Judul : Hubungan <i>Self-Compassion</i> dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian (Hikmah 2023)	Variabel Bebas : <i>Self-Compassion</i> Variabel Terikat : Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian	Kuantitatif	Ada hubungan yang signifikan antara <i>self-compassion</i> dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$	Variabel bebas, subjek penelitian, lokasi serta teknik sampling pada penelitian ini berbeda

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep *Self-Compassion*

2.1.1 Pengertian *Self-Compassion*

Belas kasih diri (*self-compassion*) berasal dari kata *compassion* yang diturunkan dari bahasa Latin *patiri* dan bahasa Yunani *patein* yang berarti menderita, menjalani, atau mengalami. *Self-compassion* diadaptasi dari filosofi budha yang memiliki definisi secara umum kasih sayang diri. (Karinda, 2020). Menurut Neff (2003) *self-compassion* merupakan kemampuan seorang individu untuk dapat bersikap terbuka dan mengasihi diri sendiri layaknya merasa kasihan pada orang lain saat mengalami kesulitan dalam hidupnya, tidak menghakimi diri sendiri dan mengkritik secara berlebihan atas keadaan yang saat ini dialaminya. *Self-compassion* membantu individu untuk dapat meningkatkan penghayatan positif pada dirinya saat mengalami kesulitan, peristiwa tidak menyenangkan, kegagalan dan menyadari bahwa apa yang dialami dirinya kurang lebih juga dialami oleh orang lain.

Armstrong (2013) menjelaskan bahwa *compassion* berkaitan dengan kaidah emas, yaitu suatu kemampuan yang meminta untuk masuk ke dalam hati sendiri, menemukan hal yang membuat tersakiti, dan kemudian menolak, dalam setiap keadaan, untuk menimbulkan rasa sakit itu pada orang lain. Sikap berbelas kasih ini (*compassion*) adalah hal paling dasar yang diajarkan pada setiap agama. *Compassion* juga

bersifat menyembuhkan dari sakit fisik, mental, sekaligus spiritual (Prama, 2013). Kusuma (2018) menjelaskan bahwa *self-compassion* sebagai penerimaan diri pada individu ketika mengalami situasi sulit dan peristiwa negatif dengan menerima kondisi tersebut serta membantu diri sendiri untuk melewati penderitaan dan melaluinya secara kognitif maupun emosional bagian dari cinta kasih di mana ketika dalam kondisi menderita individu dapat merasakan dorongan untuk membantu diri sendiri melewati penderitaan tersebut serta mampu menerima secara kognitif dan emosional. Selain itu Triana (2019) mengemukakan bahwa *self-compassion* merupakan salah satu usaha menghilangkan emosi negatif dan mengubahnya menjadi emosi positif dengan kesadaran penuh disertai kebaikan (*kindness*), perasaan terhubung dengan orang lain (*common humanity*) dan kesadaran penuh (*mindfulness*). Individu yang memiliki *self-compassion* berarti menyayangi diri sendiri tanpa memberikan kritik berlebih, tetap menerima diri sendiri meskipun segala keadaan berjalan baik ataupun buruk, dan memiliki pemikiran untuk mengurangi dampak negatif dari peristiwa buruk yang dialami.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self-compassion* merupakan kemampuan individu untuk dapat mengasihi diri sendiri, memberikan pemahaman, serta tidak menghakimi diri sendiri dan mengubah emosi negatif menjadi positif agar dapat melalui suatu keadaan yang sulit dengan baik.

2.1.2 Aspek-aspek Self Compassion

Menurut Neff dalam Rai & Tiwari (2019), aspek-aspek *self-compassion* diantaranya sebagai berikut :

1. *Self kindness vs self judgement*

Self kindness mengacu pada kemampuan untuk memahami, peduli, tidak mengkritik atau menghakimi diri sendiri. Sedangkan *self judgement* merupakan kebalikan dari *self kindness* yaitu sifat merendahkan dan mengkritik atau menghakimi diri sendiri secara berlebihan ketika sesuatu hal tidak berjalan sesuai dengan keinginan dan menyalahkan serta menambahkan penghinaan yang dapat melukai diri sendiri.

2. *Common humanity vs isolation*

Common humanity berarti melihat peristiwa negatif sebagai pengalaman hidup serta kurang lebih orang lain juga pasti mengalami hal yang dialaminya daripada memandangnya sebagai pengalaman yang membuat terisolasi. Sedangkan *isolation* adalah perasaan menjadi satu-satunya orang di dunia yang mengalami penderitaan seperti yang dialami, merasa malu atas kemalangan yang dialami dan seolah-olah diri sendiri yang bertanggung jawab penuh terhadap kondisi tersebut.

3. *Mindfulness vs over identification*

Mindfulness merupakan kesadaran penuh pada individu terhadap pengalaman yang menyakitkan dan menyulitkan yang

dipikirkan dan dirasakan namun tidak berlebihan (*overidentification*) dan menilai secara objektif terhadap pengalaman yang dialami. Sedangkan *overidentification* merupakan kecenderungan pada individu sehingga memikirkan sesuatu secara berlebihan terhadap kekurangan dan kesalahan yang dilakukan. Cowden & Weitz dalam Widiyanti 2022 menjelaskan bahwa komponen *mindfulness* memiliki korelasi positif dengan resiliensi. Jika seseorang memiliki *mindfulness*, maka individu dapat meningkatkan ketahanan dalam menghadapi stress ketika dalam situasi yang menekan.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa ada tiga aspek utama dalam self compassion yang meliputi *self-kindness* yaitu kebaikan terhadap diri sendiri dan tidak menghakimi diri sendiri (*self-judgment*), *common humanity* yaitu memandang kesulitan yang terjadi pada diri sendiri secara wajar dan tidak membatasi diri sendiri (*isolation*), dan *mindfulness* yaitu kesadaran diri terhadap kondisi yang dialami dan tidak melebih-lebihkan (*overidentification*).

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Self-Compassion

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-compassion* menurut Neff dalam Prastiwi (2020) yaitu sebagai berikut :

1. Lingkungan Keluarga

Self-compassion yang dimiliki oleh seorang individu dapat dipengaruhi oleh pengasuhan dari orang tua. Orang tua dengan pengasuhan yang lembut, kehangatan dan juga memiliki pemahaman atau pengertian yang baik pada anak mereka akan membuat anak memiliki *self-compassion* yang baik. Sebaliknya, perilaku orang tua yang sering mengkritik pada anak mereka saat menghadapi kegagalan atau penderitaan maka cenderung anak menjadikan individu yang memiliki *self-compassion* rendah.

Pola asuh menjadi bagian yang penting untuk mengembangkan sikap *self-compassion* pada anak. Kemampuan untuk mengalami empati intra-psikis pada individu ditentukan oleh proses internalisasi respon empatik lingkungan yang dialami individu saat masih usia anak-anak. Empati yang diterima saat masih anak-anak berhubungan dengan kemampuan untuk menyadari dan menghadiri kondisi perasaan internal. Hal ini menandakan bahwa individu yang mengalami hubungan yang hangat dan penuh dengan dukungan orang tua di masa anak-anak cenderung lebih memiliki *self-compassion* saat mereka dewasa.

2. Usia

Usia remaja bisa jadi merupakan periode kehidupan saat *self-compassion* berada pada titik terendah. Hal tersebut disebabkan karena pada masa remaja sedang mengembangkan sikap egosentrisme untuk membangun identitas dan mendapatkan tempat di lingkungannya. Pada tahap perkembangan ini, remaja lebih introspeksi dan lebih bersosialisasi dengan lingkungan sehingga membuat remaja berusaha membangun identitas diri dan juga membuat tugas-tugas baru dimana sebagai peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Lingkungan mulai mengambil perannya untuk berpengaruh pada kehidupan remaja, hal ini akan membuat remaja mencari citra tubuh. Egosentrisme ini berkontribusi pada sikap mengkritisi diri, perasaan terisolasi, dan identifikasi secara berlebihan pada emosi. Hal ini mengindikasikan bahwa *self-compassion* menjadi hal yang sangat kurang sekaligus dibutuhkan pada periode kehidupan.

3. Jenis kelamin

Penelitian menunjukkan bahwa wanita jauh lebih penuh pemikiran dibandingkan laki-laki sehingga perempuan menderita depresi dan kecemasan dua kali lipat dibandingkan pria. Meskipun beberapa perbedaan gender dipengaruhi oleh peran tempat asal dan budaya. Orang-orang di Barat memiliki

tradisi agama dan budaya yang cenderung memuji pengorbanan diri terutama bagi perempuan. Penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki sedikit tingkat lebih rendah dari *self-compassion* daripada pria, terutama karena perempuan memikirkan mengenai kejadian negatif di masa lalu. Oleh karena itu, perempuan menderita depresi dan kecemasan dua kali lebih sering daripada pria.

Penelitian lain menyebutkan bahwa perempuan dianggap lebih memiliki rasa interdependensi mengenai diri dan lebih empatik daripada laki-laki. Hal ini menyebabkan perempuan diharapkan lebih memiliki *self-compassion* daripada laki-laki. Akan tetapi pada penelitian yang lain diketahui bahwa perempuan cenderung lebih suka mengkritik diri sendiri dan memiliki coping lebih berupa perenungan jika dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut menyebabkan perempuan mungkin memiliki *self-compassion* yang lebih rendah daripada laki-laki.

4. Budaya

Kebudayaan kolektif memiliki rasa interdependensi mengenai diri sendiri. Kebudayaan kolektif, seperti contohnya pada orang-orang Asia, juga sudah terpapar oleh ajaran agama Budha mengenai *self-compassion*. Dua alasan ini menyebabkan individu dari Asia (yang memiliki kebudayaan kolektif)

memiliki self compassion yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang-orang barat. Namun, terdapat penelitian yang menjelaskan bahwa orang-orang Asia lebih suka mengkritik dirinya daripada orang barat, sehingga terdapat kemungkinan malah memiliki *self-compassion* yang lebih rendah.

5. Kepribadian

Dalam teori *The Big Five Personality*, berdasarkan pengukuran yang dilakukan oleh NEO-FFI, *self-compassion* memiliki korelasi positif dengan dimensi kepribadian yang menyenangkan/ramah (*agreeableness*), terbuka (*extraversion*), dan teliti (*conscientiousness*). *The Big Five Personality* adalah suatu pendekatan yang digunakan dalam psikologi untuk melihat kepribadian manusia melalui trait yang tersusun dalam lima buah faktor kepribadian yang telah dibentuk dengan menggunakan analisis faktor. Kelima trait dalam *The Big Five Personality* adalah sebagai berikut :

a. *Extraversion*

Extraversion, atau bisa disebut trait dominan-patuh (*dominance sub missiveness*). Trait ini merupakan dimensi yang penting dalam kepribadian, dimana *extraversion* ini dapat memprediksi banyak tingkah laku sosial.

b. *Agreeableness*

Agreeableness dapat disebut juga *social adaptibility* yang mengindikasikan individu yang ramah, memiliki kepribadian yang selalu mengalah, menghindari konflik, dan memiliki kecenderungan untuk mengikuti orang lain.

c. *Conscientiousness*

Conscientiousness dapat disebut juga *dependability*, *impulse control*, dan *will to achieve*, yang menggambarkan perbedaan keteraturan dan disiplin diri individu. Individu yang *conscientiousness* memiliki nilai kebersihan dan ambisi.

d. *Neuroticism*

Neuroticism menggambarkan individu yang bertolak belakang dengan stabilitas emosional dan memiliki masalah dalam hal emosi negatif, seperti rasa khawatir dan rasa tidak aman. Secara emosional mereka labil, mereka juga mengubah perhatian menjadi sesuatu yang berlawanan.

e. *Openness to experience*

Trait openness mengacu pada bagaimana individu bersedia melakukan penyesuaian pada suatu ide atau situasi yang baru. *Openness* mempunyai ciri mudah bertoleransi, kapasitas untuk menyerap informasi, menjadi sangat fokus

dan mampu untuk waspada pada berbagai perasaan, pemikiran, dan impulsivitas.

6. Kondisi keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama anak mendapatkan pendidikan, oleh karena itu kondisi keluarga yang baik berpengaruh pada perkembangan anak dikemudian hari. Proses dalam keluarga seperti dukungan keluarga dan sikap orang tua akan berkontribusi dalam menumbuhkan *self-compassion*. Kondisi keluarga seperti perceraian, kemiskinan, keluarga tidak harmonis serta kematian dapat menyebabkan hilangnya fungsi keluarga, sehingga anak harus terlepas dari kasih sayang orang tua. Salah satu kondisi keluarga yang paling berdampak pada anak adalah kematian orang tua, terlebih jika kematian orang tua dialami oleh remaja yang akan berdampak pada psikologis, emosional dan sosial anak. Kematian orang tua dapat menimbulkan stressor tersendiri bagi remaja, karena mereka masih sangat membutuhkan peran orang tua dan mereka belum siap ditinggalkan orang tua untuk selamanya. Kondisi tersebut tentunya sangat berpengaruh terhadap tumbuhnya *self-compassion*. Remaja dengan kondisi tersebut membutuhkan penghayatan positif terhadap dirinya serta remaja harus mampu bertahan dan dapat memiliki kekuatan untuk membangkitkan emosi positif serta dapat

membantu remaja untuk dapat bangkit dari masalah dan menyelesaikannya dengan harapan yang lebih baik.

Kondisi keluarga maupun orang tua yang baik dapat ditunjukkan dengan sikap peduli dan perhatian, maka sang anak akan belajar untuk memperlakukan dirinya dengan *self-compassion*. Pengalaman dini didalam keluarga diduga sebagai faktor kunci perkembangan *self-compassion* pada individu. Kritik dari orang tua dan hubungan orang tua yang penuh dengan masalah terbukti berkorelasi negative dengan terbentuknya *self-compassion* pada masa muda. Sebaliknya bagi individu yang merasa diakui dan diterima orang tua mereka menyatakan bahwa tingkat *self-compassion* nya lebih tinggi daripada yang tidak.

2.1.4 Pengukuran *Self-Compassion*

Untuk mengukur *self-compassion* peneliti menggunakan skala welas diri *The Self-Compassion Scale* (Neff, 2003) yang telah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia oleh (Sugianto et al., 2020) yang terdiri dari 26 item pertanyaan yang mencakup enam sub – skala : meliputi komponen *self kindness* (mengasihi diri) vs *self judgement* (menghakimi diri), *common humanity* (kemanusiaan universal) vs *isolation* (isolasi), dan *mindfulness* (kesadaran diri) vs *overidentification* (overidentifikasi).

Instrumen menggunakan skala likert yang memiliki 5 alternatif jawaban yaitu 1=hampir tidak pernah, 2=jarang, 3=kadang-kadang, 4=sering, 5=hampir selalu, skor tersebut digunakan pada pernyataan positif (*favorable*) pada subskala *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Sedangkan pada subskala negatif (*unfavorable*) seperti *self judgement*, *isolation*, dan *over-identification* menggunakan skor 1=hampir selalu, 2=sering, 3=kadang-kadang, 4=jarang, 5=hampir tidak pernah. Pengukuran *self-compassion* dibagi menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi dengan syarat :

1. Skor rendah : 26 - 61
 2. Skor sedang : 62 - 95
 3. Skor tinggi : 96 - 130
- Menurut (Prastya et al., 2020), ciri-ciri individu yang mempunyai *self-compassion* tinggi mempunyai ciri, antara lain :
- a. Mampu menerima diri sendiri baik itu kelebihan maupun kelemahannya;
 - b. Mampu menerima kesalahan atau kegagalan sebagai sebuah hal umum yang juga dialami oleh orang lain ; dan
 - c. Mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu.
- Individu yang memiliki *self-compassion* sedang antara lain :

- a. Cukup memiliki kecenderungan untuk peduli terhadap diri sendiri tetapi juga cukup memiliki sikap menyerang pada kekurangan diri
 - b. Cukup memiliki kecenderungan untuk memahami diri sendiri
 - c. Cukup dapat menawarkan kehangatan pada diri sendiri serta memberikan kenyamanan pada diri sendiri
 - d. Cukup dapat menawarkan penerimaan tanpa syarat terhadap diri sendiri saat menghadapi masa-masa sulit seperti kegagalan, penderitaan, kesedihan dan ketidaksempurnaan (Muna, 2016)
- Ciri-ciri individu yang mempunyai *self-compassion* rendah antara lain :
- a. Cenderung tidak percaya diri (Fitriani, 2019)
 - b. Cenderung mempunyai tingkat stress yang tinggi (Putra, 2016)
 - c. Menyerang dan menghakimi diri sendiri secara keras atas kekurangan dan kegagalan yang dimiliki (Rahayu et al., 2019)
 - d. Cenderung memiliki pandangan sempit dan berfokus terhadap ketidaksempurnaan diri (Rahayu et al., 2019).

2.2 Konsep Resiliensi

2.2.1 Pengertian Resiliensi

Resiliensi adalah keberhasilan untuk dapat mengatasi perubahan atau ketidakberuntungan, dengan kata lain resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit dan melanjutkan kehidupan setelah jatuh dan terpuruk (Wagnild & Young, 1993). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, mengatasi, serta pulih dari kondisi seperti stres, tekanan serta kejadian-kejadian traumatis dalam kehidupan. Resiliensi bukanlah sifat bawaan yang dimiliki oleh individu, melainkan sebuah kemampuan yang bisa dipelajari dan ditingkatkan melalui pengalaman hidup dan dukungan sosial serta merupakan proses dinamis yang terus berkembang dan berubah seiring berjalannya waktu dan pengalaman hidup seseorang (Ungar, 2012). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mengatasi serta mengelola respons tekanan, kecemasan depresi dan reaksi stress. Resiliensi dapat membantu individu dalam menghadapi situasi sulit atau terpuruk serta dapat melindungi diri pasca mengalami trauma yang pernah terjadi dalam hidup (Connor & Davidson, 2003). Menurut Munawaroh & Mashudi (2018) resiliensi pada prinsipnya adalah pandangan kontemporer yang muncul dari psikiatri, psikologi dan sosiologi tentang bagaimana anak, remaja dan orang dewasa dapat bangkit kembali dari kondisi sulit seperti stress, trauma dan risiko dalam kehidupan mereka.

Resiliensi dikonseptualisasikan sebagai perbedaan individu dalam karakteristik atau sifat dan sebagai proses coping yang dinamis dalam mengatasi lingkungan fisik dan sosial yang selalu berubah (Allen *et al*, 2018). Menurut Grothberg dalam (Hermawati, 2018) resiliensi adalah kapasitas individu untuk menghadapi, mengatasi, memperkuat diri dan tetap melakukan perubahan sehubungan dengan ujian yang dialami. Setiap individu memiliki kapasitas untuk menjadi resilien. Konsep resilien menitik beratkan pada pembentukan kekuatan individu sehingga kesulitan dapat dihadapi dan diatasi. Sedangkan menurut (Hendriani, 2018) resiliensi adalah kapasitas untuk mempertahankan kemampuan, untuk berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai pengalaman kehidupan. Resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi, serta kapasitas manusia untuk menhadapi dan memecahkan masalah setelah mengalami kesengsaraan. Resiliensi juga di pandang sebagai penomena yang bersifat "fluid" antar waktu. Individu mungkin resilien pada suatu tahap perkembangan, namun tidak pada tahap perkembangan yang lain. Terkait dengan hal tersebut, faktor resiko dan protektif yang berperan penting didalamnya pun bervariasi antara tahap perkembangan.

Berdasarkan pengertian menurut para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan bertahan hidup dalam diri individu sehingga mampu beradaptasi, menghadapi mengatasi,

bangkit kembali, dan menjadi kuat terhadap situasi sulit yang dialami dan cepat kembali kepada kondisi normal.

2.2.2 Aspek-aspek Resiliensi

Ungar (2012) menjelaskan bahasan mengenai resiliensi dibedakan antara kekuatan dalam suatu populasi dan kekuatan peran yang dimainkan ketika individu, keluarga, atau komunitas berada dibawah tekanan, yang terdiri dari tiga dimensi, yaitu :

1. *Individual*

Pada tingkat individu, nilai-nilai kepercayaan membentuk pembeda bagi pengalaman individu. Hal tersebut membentuk kesan positif untuk keluar dari kesulitan. Individual merupakan karakteristik resiliensi yang bersumber dari individu (pribadi) yang dimiliki oleh seseorang. Kekuatan yang berasal dari dalam diri seseorang yang akan membantunya untuk menjadi resilien. Pribadi yang resilien adalah mereka yang mempunyai perasaan ingin dicintai, mandiri, dapat mengatur tempramennya, orang yang berorientasi pada prestasi, dapat menghargai dirinya sendiri, mempunyai keyakinan terhadap Tuhan, orang yang bermoral, dapat dipercaya, empati terhadap apa yang dialami orang lain, serta bisa mengontrol atas apa yang dilakukannya. Jika hal-hal tersebut dapat dipenuhi, maka seseorang bisa dikatakan resilien.

2. *Relationship with caregiver*

Ketika individu berada dalam kondisi stres, *caregiver* (pengasuh, keluarga) membantu individu mengelola situasi yang dihadapi. Dengan kata lain, *caregiver* memfasilitasi individu untuk menghadapi tantangan dan mendukung kesejahteraannya. *Relationship with caregiver* (pengasuh, keluarga) merupakan karakteristik resiliensi yang bersumber dari pemaknaan seseorang terhadap besarnya dukungan sumber daya yang diberikan oleh orang terdekat seperti orang tua maupun pengasuh atau keluarga yang lain terhadap dirinya. Bantuan inilah yang nantinya akan meningkatkan kemampuan seseorang untuk bisa menjadi resilien.

4. *Contextual/Sense of belonging*

Kepercayaan-kepercayaan budaya (*cultural beliefs*) akan mempengaruhi individu secara signifikan dalam melihat, merasakan dan menghadapi kesulitan dalam hidup. *Contextual/Sense of belonging* merupakan kebutuhan emosional manusia untuk merasa bahwa mereka diterima sebagai bagian dari suatu kelompok. Pribadi yang resilien adalah mereka yang mempunyai keterampilan seperti kreativitas, keteguhan, mempunyai selera humor, bisa berkomunikasi dengan baik, dapat memecahkan masalah, bisa mengontrol dirinya, dapat mencari dan membangun hubungan kepercayaan, mempunyai keterampilan-keterampilan sosial serta intelektual.

2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut (Deswanda, 2019) dibagi menjadi 2 yaitu faktor internal dan faktor eksternal, antara lain :

1. Faktor Internal

Faktor internal pada diri seseorang dapat mempengaruhi resiliensi, karena internal seseorang berbeda satu sama lain. Berikut faktor internal yang dapat mempengaruhi resiliensi :

a. *Self-esteem*

Self-esteem adalah salah satu faktor yang berkaitan dengan resiliensi terutama pada remaja. Dinyatakan oleh Dumont dan Provost (1999) bahwa remaja dengan resiliensi yang baik terbukti signifikan memiliki *self-esteem* yang baik dibandingkan dengan remaja yang rentan atau memiliki nilai resiliensi yang rendah. Teridentifikasi bahwa remaja yang memiliki kepercayaan diri tinggi, strategi pemecahan yang baik merupakan remaja yang memiliki resiliensi yang baik.

b. *Gratitude*

Gratitude didefinisikan sebagai kecenderungan umum untuk mengenali dan merespon dengan rasa berterimakasih kepada peran kebaikan orang lain pada pengalaman positif dan pada saat telah memperoleh sesuatu. *Gratitude* dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi dari keberagaman resiliensi. *Gratitude* terbukti sebagai prediktor yang memberikan nilai paling prediktif

pada penelitian Gupta dan Kumar 2015 dibandingkan faktor yang lain. Seseorang dengan nilai *gratitude* yang tinggi dilaporkan memiliki ketahanan atau resiliensi yang tinggi pula. Diharapkan remaja yang memiliki *gratitude* yang baik akan memiliki resiliensi yang baik untuk dapat bertahan dan memecahkan masalah mereka.

c. Usia

(Belay & Missaye, 2014) memaparkan mengenai rata-rata skor resiliensi anak yang muda (berkisar umur 4-12 tahun) adalah 38,8 dan skor resiliensi rata-rata untuk anak yang lebih tua (berkisar 13-17 tahun) adalah 42,2. Dari skor tersebut dapat diartikan bahwa bahwa anak yang lebih tua lebih resiliensi dibanding anak yang lebih muda. Sejalan dengan penelitian (Sewasew., dkk 2017) tingkat resiliensi yang anak lebih tua lebih tinggi dibanding anak yang lebih muda. Dapat dikatakan karena seiring bertambahnya usia yang akan menunjukkan peningkatan *emotional regulation* yang baik. Dengan begitu diharapkan semakin bertambahnya usia kronologis remaja semakin remaja memiliki ketangguhan atau resiliensi yang baik.

d. Jenis kelamin

Terdapat banyak penelitian yang mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan resiliensi antara laki-laki dan perempuan. Salah satu yang membahas mengenai jenis kelamin mempengaruhi resiliensi

adalah Sobana (2018). (Sobana, 2018) dalam penelitiannya terlihat perempuan memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi dibanding laki-laki.

e. Status Anak

Status anak yang dimaksudkan terbagi menjadi dua kelompok yaitu yatim piatu dan non-yatim piatu. Untuk kelompok yatim piatu adalah bagi mereka yang telah kehilangan salah satu orang tua nya ataupun bisa juga keduanya. Kemudian untuk kelompok non-yatim piatu adalah mereka yang termasuk masih memiliki kedua orang tua namun kondisinya kekurangan, seperti fakir miskin, anak telantar dan anak kebutuhan khusus. Penelitian yang dilakukan oleh Sreekanth & Verma dalam Dey & Daliya (2019) didapatkan bahwa anak yatim piatu secara signifikan memiliki stress yang lebih tinggi dan cenderung menarik diri dari lingkungan karena kurangnya kasih sayang dari orang tua dibandingkan dengan anak yang normal yang masih mendapatkan kasih sayang dari kedua orang tuanya.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi resiliensi antara lain :

a. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang penting dalam mempengaruhi sikap resiliensi. Dukungan sosial berfungsi sebagai proses adjustment atau penyesuaian dari peristiwa-

peristiwa negatif. Ini juga didukung oleh penelitian Zhou, et al, 2014 (dalam Zhou, Wu & Zhen 2017) seorang remaja yang memiliki dukungan sosial yang tinggi akan memiliki rasa aman, dan rasa lekat yang dapat membantu remaja untuk berbagi pengalaman traumatis mereka.

b. Prososial

Remaja yang memiliki prososial yang baik akan lebih tangguh dalam menghadapi permasalahan mereka maupun menghindarkan diri dari perilaku yang bermasalah.

c. Iklim Sosial

Iklim sekolah terbukti dalam berhubungan dengan beberapa hasil sikap maupun perilaku siswa, pola yang unik pada siswa terkait dengan iklim sekolah dan resilien secara positif. Dimaksudkan bahwa siswa melaporkan ketangguhan dalam kehidupan mereka.

d. Jumlah Teman Dekat

Terdapat variasi pada close friends jumlah teman dekat pada remaja yang dapat menjelaskan atau menjadi prediktor ketahanan atau resiliensi remaja itu sendiri. Setelah melakukan analisis ditemukan bahwa terdapat pengaruh secara positif pada jumlah teman dekat dengan resiliensi remaja. Dapat diartikan bahwa remaja dengan jumlah teman dekat dan melakukan aktifitas bersama dengan mereka menunjukkan bahwa remaja memiliki resilient yang lebih baik begitu juga sebaliknya, jika lebih sedikit

interaksi maupun jumlah teman dekat yang dimiliki remaja maka resiliensi yang dimiliki juga semakin kecil.

2.2.4 Pengukuran Resiliensi

Untuk mengukur resiliensi, peneliti menggunakan skala resiliensi *Child and Youth Resilience Measure-Revised (CYRM-R)* (Ungar., dkk, 2018) yang telah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia oleh Borualogo & Jefferies (2020) yang terdiri dari 17 item pertanyaan *favorable* yang mencakup tiga sub – skala : meliputi individual, relational dan kontekstual. Instrumen diukur dengan menggunakan skala likert yaitu 1=tidak sama sekali (TSS), 2=jarang (J), 3=kadang-kadang (K), 4=agak sering (AS), 5=sering (S).

Pengukuran *self-compassion* dibagi menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi dengan syarat :

1. Skor rendah : 17 - 40
2. Skor sedang : 41 - 62
3. Skor tinggi : 63 - 85

2.3 Konsep Remaja

2.3.1 Definisi Remaja

Kata remaja berasal dari bahasa latin yaitu *adolescence*, yang berarti “tumbuh atau tumbuh mencapai dewasa”. Istilah *adolescence* memiliki makna yang cukup luas yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hudria, 2021). Masa remaja adalah suatu

tahap kehidupan yang bersifat peralihan, yaitu peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Disamping itu, masa remaja adalah masa yang rawan oleh pengaruh-pengaruh negatif, seperti narkoba, kriminal, dan kejahatan seksual. Namun kita harus mengakui pula bahwa remaja adalah masa yang amat baik untuk mengembangkan segala potensi positif yang mereka miliki seperti bakat, kemampuan dan minat. Selain itu, masa ini adalah masa pencarian nilai hidup (Willis, 2017). Sedangkan menurut Ajhuri (2019) masa remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun) dan masa remaja akhir (19-22 tahun).

Menurut Daradjat dalam Hurlock pada buku Aesyah (2019), mengatakan masa remaja adalah masa dimana munculnya berbagai kebutuhan dan emosi serta tumbuhnya kekuatan dan kemampuan fisik yang lebih jelas dan daya pikir yang matang. Menurut Ali & Asrori (2014 : 1) menjelaskan bahwa remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas. Mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak, tetapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. Remaja ada di antara anak dan orang dewasa. Oleh karena itu, remaja juga seringkali dikenal dengan fase”mencari jati diri” atau fase”topan dan badai”. Begitu juga dengan Dieny (2014: 1) yang berpendapat bahwa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak – kanak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikis dan psikososial.

Berdasarkan definisi menurut beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang dimulai sejak usia 12-22 tahun yang ditandai dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya meliputi kematangan mental, emosional, fisik, psikis dan psikososial.

2.3.2 Tahapan Remaja

Tahapan remaja menurut Gunarsa dan Mappiare dalam Sumarni (2020) adalah sebagai berikut :

1. Fase Remaja Awal

Fase ini umumnya terjadi pada bangku sekolah menengah pertama, dengan rentang usia dari 12-15 tahun. Pada fase ini remaja memiliki ciri-ciri yaitu, emosional, memiliki banyak masalah, masa-masa kritis ingin tahu yang tinggi, muncul ketertarikan dengan lawan jenis, kurang percaya diri, serta menyukai pikiran baru, suka berfantasi dan suka menyendiri.

2. Fase Remaja Pertengahan

Pada fase ini umumnya terjadi pada remaja yang duduk di bangku sekolah menengah atas, dengan rentang usia dari 15-18 tahun. Pada fase ini remaja sangat membutuhkan teman, memiliki sifat yang barsistik atau kecintaanya kepada diri sendiri, sering bertolak belakang dengan hati nurani sehingga sering merasa keresahan serta kebingunan dalam diri, sangat ingin mencoba hal-

hal baru yang dia ketahui, keinginan yang tinggi untuk berpetualangan di alam bebas.

3. Fase Remaja Akhir

Pada fase remaja akhir ini biasanya mereka sudah mantap menetapkan kehidupannya yang lebih matang, dengan rentang usia dari 18-21 tahun. pemikirannya lebih realistis, lebih stabil emosinya dan lebih menguasai perasaan.

2.3.3 Ciri-ciri Remaja

Menurut Hurlock dalam buku Saputro (2018) ciri-ciri remaja meliputi :

a) Masa remaja sebagai periode penting

Pada masa remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetaplah penting. Perkembangan fisik yang begitu cepat disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama pada masa awal remaja. Semua perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental serta perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.

b) Masa remaja sebagai masa periode peralihan

Pada masa periode peralihan ini menimbulkan kebingungan peran pada remaja, karena remaja bukan lagi seorang anak tetapi bukan juga disebut orang dewasa. Perubahan yang dialami pada masa remaja ini akan mempengaruhi perilaku dan sikap baru yang akan menggantikan perilaku dan sikap lama yang ditinggalkan. Masa

peralihan ini juga menguntungkan, karena anak akan diberi waktu untuk menyesuaikan gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai untuknya.

c) Masa remaja sebagai periode perubahan

Menurut Hurlock ada empat perubahan yang sama hampir bersifat universal yaitu sebagai berikut :

1. Meningginya emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi
2. Perubahan tubuh, dapat menimbulkan masalah baru terhadap minat dan peranan yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk dipesankan.
3. Berubahnya minat dan pola perilaku, maka nilai-nilai juga berubah, seperti apa yang mereka anggap penting pada masa anak-anak tidak mereka anggap penting pada masa ini.
4. Sebagian besar remaja bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan. Mereka menginginkan kebebasan, tetapi sebagian besar dari mereka sering takut untuk bertanggung jawab terhadap akibat dari perbuatannya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi permasalahannya.

d) Masa remaja sebagai usia bermasalah

Masalah yang terjadi pada masa remaja menjadi masalah yang sulit untuk diatasi oleh remaja baik laki-laki maupun perempuan. Hal ini berkaitan dengan 2 hal yaitu yang pertama sepanjang masa anak-

anak, masalah yang terjadi biasanya diselesaikan oleh orang tua maupun guru-guru, sehingga mereka belum terbiasa untuk mengatasi masalahnya sendiri. Kedua yaitu karena remaja merasa mandiri sehingga ingin menyelesaikan masalahnya sendiri dan menolak bantuan dari orang tua maupun guru. Oleh karena itu masa remaja ini sangat penting untuk membutuhkan bimbingan baik dari orang tua maupun guru.

e) Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada masa ini mengalami kebingungan identitas. Remaja sedang berada dalam pencarian jati dirinya, yang ingin berusaha mengenal siapa dirinya sebenarnya dan apa peranannya dalam masyarakat.

f) Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan.

Ketakutan pada masa remaja ini dapat diakibatkan oleh anggapan negatif orang-orang atau masyarakat terhadap remaja yang dapat berdampak buruk pada remaja tersebut. Mereka akan menganggapnya sebagai sebuah citra diri yang asli dan mulai membentuk perilaku sesuai dengan gambaran negatif tersebut.

g) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Masa remaja cenderung melihat diri dari kacamata orang lain. remaja melihat dirinya sendiri maupun orang lain sebagaimana yang dia inginkan tetapi bukan sebagaimana adanya terutama dalam hal cita-cita.

h) Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Pada masa ini, remaja akan cenderung berperilaku seperti orang dewasa seperti cara berpakaian dan bersikap. Bagi sebagian remaja, berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belum cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras dan lain-lainnya.

Dari penjelasan ciri-ciri tersebut dapat disimpulkan bahwa setiap masa pada remaja itu sangat penting, karena akan berdampak pada masa yang akan datang jika tidak dapat berjalan dengan baik.

2.3.4 Perkembangan Remaja

Menurut Azwar (2019) masa remaja ditandai dengan terjadinya berbagai proses perkembangan yang meliputi perkembangan jasmani dan rohani. Perkembangan yang dialami remaja meliputi :

a) Perkembangan Kognitif (Intelektual)

Ditinjau dari perkembangan kognitif, remaja telah mengembangkan kemampuan berpikir abstrak, logis dan idealistik. Pemikiran remaja banyak mengandung idealisme dan kemungkinan. Ketika anak menginjak masa remaja dia dapat mencintai kebebasan dan membenci eksploitasi, kemungkinan dan cita-cita yang menarik bagi pikiran dan perasaan. Proses kognitif anak sangat berkaitan dengan apa yang dipikirkan oleh anak dan juga pada fokus

permasalahan serta jenis informasi dan pemikiran yang dipandang penting oleh budaya.

b) Perkembangan Emosi

Masa remaja sering disebut sebagai masa badai emosional terutama pada masa remaja awal, dimana pada masa ini fluktuasi emosi (naik dan turun) berlangsung lebih sering. Remaja muda dapat merasa sebagai orang yang paling bahagia di suatu saat dan kemudian merasa sebagai orang yang paling malang di saat lain. Mencapai kematangan emosional merupakan tugas perkembangan yang sangat sulit bagi remaja. Proses pencapaiannya sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional. lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, dalam arti kondisinya diwarnai oleh hubungan yang harmonis, maka remaja cenderung dapat mencapai kematangan emosional. Sebaliknya, apabila kurang dipersiapkan untuk memahami peran-perannya dan kurang mendapat perhatian dan kasih sayang dari orangtua atau pengakuan dari teman sebaya, maka remaja cenderung akan mengalami kecemasan, perasaan tertekan atau ketidaknyamanan emosional.

c) Perkembangan Sosial

Pada masa ini berkembang sikap “*conformity*”, yaitu kecenderungan untuk menyerah atau mengikuti opini, pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran (hobby) atau keinginan orang lain (teman sebaya).

Penyesuaian sosial ini dapat diartikan sebagai “kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi, dan relasi”. Remaja dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian sosial ini, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Segala aspek perkembangan tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni faktor hereditas (keturunan) dan lingkungan. Faktor lingkungan pada remaja dipengaruhi oleh :

- a. Lingkungan keluarga yang meliputi peranan dan fungsi keluarga, serta pola hubungan orangtua – anak (sikap atau perlakuan orangtua terhadap anak).
- b. Lingkungan sekolah yang merupakan salah satu lingkungan yang memfasilitasi remaja dalam menuntaskan tugas-tugas perkembangannya.
- c. Lingkungan teman seperti pengaruh kelompok teman sebaya terhadap remaja sangat berkaitan dengan iklim remaja keluarga itu sendiri. Masa remaja adalah masa yang begitu kompleks. Segala aspek perkembangan yang dilalui dan di tuntasi remaja pada dasarnya dapat dipengaruhi dan berkaitan erat dengan kondisi atau iklim di dalam keluarga, serta bagaimana orangtua menjalani fungsinya dengan baik

2.4 Konsep Kehilangan

2.4.1 Pengertian Kehilangan

Kehilangan merupakan suatu kondisi perpisahan dengan suatu hal yang sebelumnya ada menjadi tidak ada, individu baik keseluruhan maupun sebagian yang dapat menimbulkan perubahan hidup bagi individu yang mengalaminya. Kehilangan dapat diakibatkan oleh berbagai macam permasalahan seperti perceraian, kecelakaan, bencana alam atau non alam, kematian dan lain sebagainya (Rias, *et al* 2021).

Menurut Perry & Potter (2005), kehilangan merupakan bagian integral dari kehidupan. Kehilangan merupakan suatu kondisi aktual maupun potensial yang dialami seorang individu baik keseluruhan maupun sebagian yang dapat menimbulkan perubahan hidup bagi individu yang mengalaminya seperti reaksi emosional yang dapat dipengaruhi oleh kebudayaan, pengalaman pribadi, kebiasaan individu dan keyakinan spiritual yang dianut.

Menurut Indriyani (2018) bentuk kehilangan bisa berupa kehilangan yang nyata atau kehilangan yang dirasa. Kehilangan yang nyata merupakan kehilangan orang atau objek yang tidak lagi bisa dirasakan, dilihat, diraba secara nyata oleh seseorang, misalnya kehilangan anggota tubuh dan kematian orang yang sangat berarti atau dicintai seperti orang tua. Kehilangan yang dirasa merupakan kehilangan unik yang hanya dialami oleh individu yang merasakannya

dan tidak bisa dirasakan oleh individu lain seperti kehilangan kepercayaan diri dan harga diri.

Berdasarkan berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kehilangan merupakan suatu kondisi perpisahan dengan hal yang sebelumnya ada menjadi tidak ada yang dapat berupa kehilangan nyata maupun kehilangan yang dirasakan serta dapat menimbulkan reaksi emosional terhadap orang yang mengalaminya.

2.4.2 Kategori Kehilangan

Kategori kehilangan menurut McClung (2019) dalam buku Keperawatan Jiwa yang disusun oleh Pardede, dkk (2022) menyebutkan bahwa terdapat 5 kategori kehilangan yaitu :

1. Kehilangan barang atau benda

Kehilangan barang atau benda ini lebih mengarah pada hilangnya barang atau benda yang dimiliki seseorang seperti pencurian, berubah kepemilikan atau kerusakan. Respon yang dialami tergantung pada nilai objek, sentimen yang melekat pada benda maupun kegunaannya.

2. Kehilangan lingkungan yang telah dikenal

Kehilangan lingkungan yang telah dikenal terjadi melalui kejadian yang bersifat jatuh tempo atau situasional atau karena cedera maupun sakit. Kehilangan ini dapat berupa kesepian dalam situasi yang baru yang dapat mengancam harga diri, harapan atau rasa

memiliki. Contoh kehilangan ini adalah meninggalkan rumah, rawat inap, pekerjaan baru dll.

3. Kehilangan orang lain atau sesuatu yang signifikan

Kehilangan yang terjadi karena perpisahan dengan orang yang disayangi dan dicintai seperti teman dekat, anak, perceraian serta kehilangan orang tua karena kematian.

4. Kehilangan aspek diri

Kehilangan aspek diri terjadi pada individu yang diakibatkan oleh penyakit cedera atau perubahan perkembangan dan hilangnya sesuatu baik itu secara fungsi, organ, maupun psikologis seperti penyakit, cedera, kehilangan anggota tubuh, pekerjaan dll.

5. Kehilangan hidup

Hilangnya hidup atau meratapi mereka yang ditinggalkan yang terjadi pada orang yang mengalami perasaan dalam menghadapi masalah kematian seperti detik-detik kematian atau seseorang akan meninggal yang dapat menimbulkan rasa takut sakit, kehilangan kontrol dan ketergantungan pada orang lain.

2.4.3 Fase Kehilangan

Menurut Kubler Ross (1969) dalam buku yang berjudul Keperawatan Jiwa (Konsep Asuhan pada Diagnosa Keperawatan Jiwa) yang disusun oleh Sri Wahyuni (2022) terdapat 5 tahapan dalam proses kehilangan yaitu :

1. Fase *Denial* (Pengingkaran)

Fase denial merupakan fase awal orang mengalami kehilangan. Reaksi yang ditimbulkan pada fase ini yaitu seseorang merasa kaget dan sulit menerima kenyataan yang terjadi. Pada fase ini biasanya ditunjukkan dengan pengungkapan secara verbal

2. Fase *Anger* (Marah)

Pada fase ini seseorang mulai menyadari kenyataan yang terjadi, sehingga muncul perasaan marah. Pada fase ini biasanya ditandai dengan muka terlihat merah, nadi cepat, gelisah, berkeringat, hingga agresif

3. Fase *Bargaining* (Tawar-menawar)

Fase ini merupakan fase tawar menawar dengan memohon kemurahan hati pada Tuhan melalui ungkapan verbal seperti “seandainya yang mati bukan ayah saya”

4. Fase *Depresi* (Sedih Yang Mendalam)

Pada fase ini seseorang lebih menunjukkan penarikan diri terhadap orang disekitarnya, tidak mudah bicara, menolak makan, mengeluh, putus asa dan perasaan tidak berharga

5. Fase *Acceptance* (Penerimaan)

Fase penerimaan ini seseorang mulai menerima kenyataan kehilangan yang dialaminya, klien merasa damai dan tenang serta menyiapkan diri menerima kematian.

2.4.4 Dampak Kehilangan

Dampak kehilangan menurut Uliyah & Hidayat (2021) adalah sebagai berikut :

a. Masa anak-anak

Pada masa anak-anak kehilangan dapat mengancam kemampuan untuk berkembang, rasa takut jika ditinggalkan dan perasaan kesepian.

b. Masa remaja atau dewasa muda

Pada masa ini kehilangan dapat menyebabkan hilangnya keutuhan dalam keluarga seperti kehilangan orang tua karena kematian.

c. Masa dewasa tua

Kehilangan khususnya pasangan hidup dapat membuat kesedihan yang mendalam, pukulan yang sangat berat serta hilangnya semangat dalam menjalani hidup

d. Kehilangan berdampak pada hidup orang yang ditinggalkan

Kehilangan karena kematian oleh orang yang disayangi atau dicintai seperti orang tua dapat menimbulkan dampak terhadap psikologis seperti perubahan emosi yang ditunjukkan dengan gejala seperti syok, rasa takut, sedih, dendam, rasa malu, marah dan tidak berdaya. Selain itu kehilangan dapat berdampak pada aspek kognitif seperti pikiran kacau, salah persepsi, menurunnya kemampuan mengambil keputusan, daya konsentrasi dan daya ingat berkurang, mengingat hal hal yang tidak menyenangkan, dan terkadang menyalahkan diri

sendiri (Mundakir, 2009). Menurut Hudria (2021), kehilangan orang tua akan menimbulkan dampak positif dan negatif terhadap perkembangan remaja. Remaja yang mampu memahami kehilangan sebagai suatu hal yang positif akan dapat melaksanakan tugas perkembangannya dengan baik. Sebaliknya remaja yang tidak mampu memahami kehilangan sebagai suatu hal yang positif akan mengalami masalah dalam perkembangannya.

2.4.5 Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua

Kematian adalah sesuatu hal yang pasti terjadi pada manusia, setiap yang hidup pasti akan mengalami kematian. Kematian tidak memandang usia, tidak hanya dialami oleh lansia tetapi orang dewasa anak-anak bahkan bayi juga mengalami kematian. Hal tersebut dapat diakibatkan karena penyakit, kecelakaan, pembunuhan dan lain sebagainya. Kematian tidak hanya berdampak pada orang yang mengalaminya, melainkan juga berdampak pada orang yang ditinggalkannya seperti pasangan dan keluarga terutama anak (Ramadhan & Ardias, 2019).

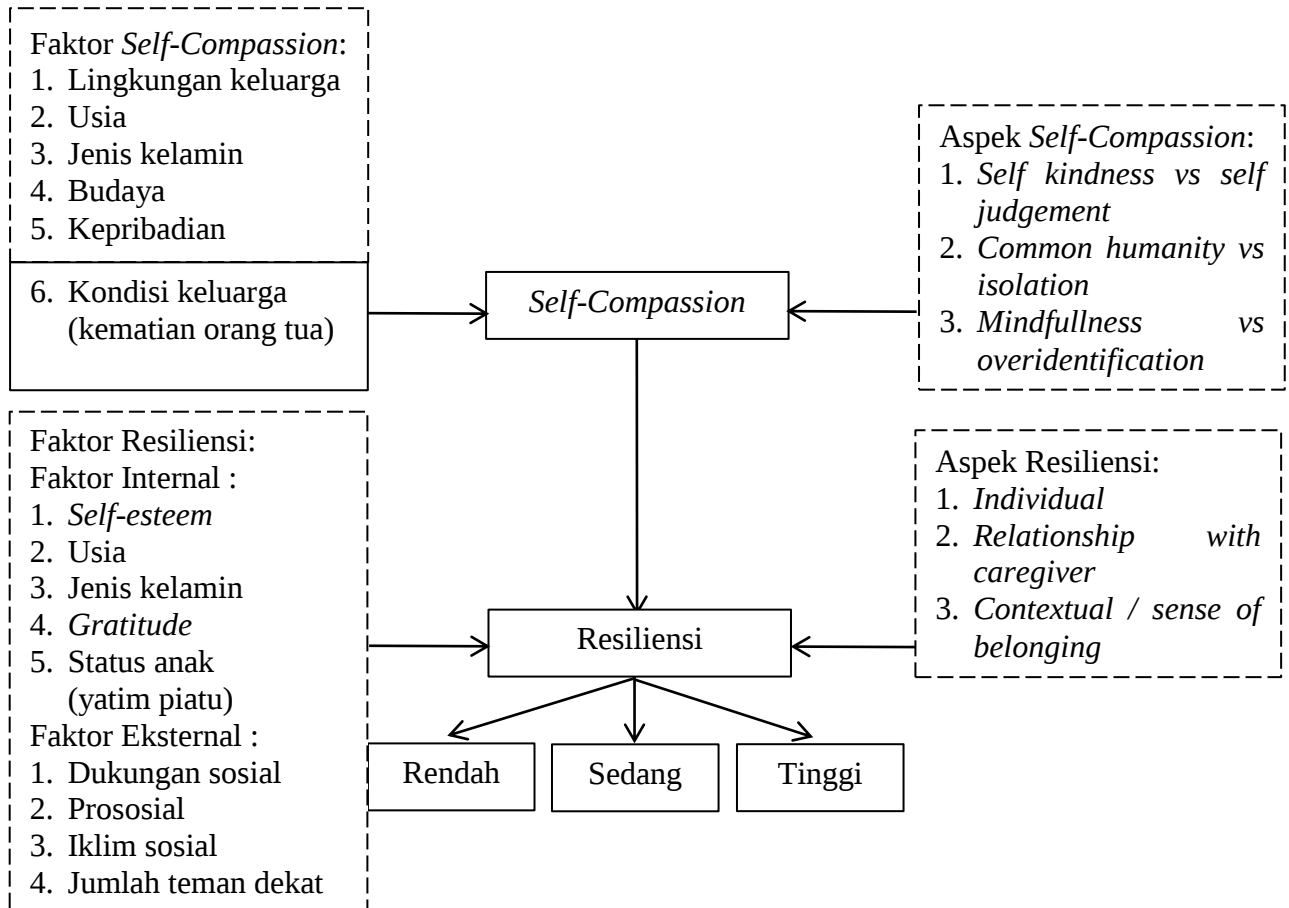
Kehilangan orang tua untuk selama-lamanya merupakan momen paling berat yang harus dilalui anak karena kehilangan orang yang sangat berarti bagi hidupnya. Mereka yang ditinggalkan akibat kematian orang tua akan membutuhkan penyesuaian diri dan menimbulkan kesedihan yang mendalam baik kematian ayah ataupun ibu. Terlebih jika terjadinya kehilangan sosok orang tua dialami oleh

usia remaja, hal ini tentu saja dikarenakan peran orang tua yang sangat penting bagi perkembangan remaja, karena dengan adanya kehadiran kedua orang tua akan memberikan rasa aman dan terlindungi yang merupakan suatu kebutuhan dasar manusia. Hal ini sesuai dengan teori kebutuhan dasar manusia yang dikemukakan oleh Abraham Maslow yang menyatakan bahwa setiap manusia memiliki lima kebutuhan dasar yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman dan perlindungan, kebutuhan rasa cinta memiliki dan dimiliki, kebutuhan harga diri dan kebutuhan aktualisasi diri (Maghfiroh, 2021).

Remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua akan menimbulkan konsekuensi terbesar terhadap perkembangan kesehatannya, karena mereka belum siap ditinggalkan orang tua secara tiba-tiba. Hal tersebut dapat beresiko menjadi stress bahkan depresi bagi remaja. Paska kematian orang tua, remaja mengalami dukacita yang dapat dilihat melalui ekspresi fisik seperti hilangnya nafsu makan, sulit tidur ; ekspresi kognitif berupa kebingungan, ketidakpercayaan, dan melalui ekspresi tingkah laku menarik diri dari lingkungan (Putranta, 2020).

BAB 3 KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi pada Remaja yang Mengalami Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian

Keterangan :

- : Diteliti
 : Tidak Diteliti
 ————— : Berhubungan
 —————> : Berpengaruh

3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara tentang karakteristik populasi terhadap masalah yang telah dirumuskan dalam suatu penelitian yang diuji dengan menggunakan teknik statistika menggunakan data empirik yang diperoleh dari sampel (Djaali, 2021). Hipotesis terbagi menjadi dua yaitu :

- a) Hipotesis kerja atau hipotesis alternatif yang disingkat H_a yang menyatakan adanya hubungan antara variabel X dan variabel Y
- b) Hipotesis nol atau disingkat H_0 yaitu hipotesis yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel X dan Y

Dalam penelitian ini, peneliti merumuskan hipotesis yaitu :

H_a : Ada hubungan antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian

BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan desain korelasional untuk melihat apakah terdapat hubungan antar variabel yang akan diteliti. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* yaitu peneliti melakukan pengukuran terhadap variabel bebas dan variabel terikat yang dilakukan dalam satu waktu dan pengamatan hanya dilakukan satu kali selama penelitian (Sucipto, 2020).

4.2 Populasi dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2019) merupakan keseluruhan elemen yaitu subjek yang diukur, dan merupakan unit yang akan diteliti untuk dijadikan wilayah generalisasi yang memiliki kuantitas serta karakteristik tersendiri yang sudah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik simpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja (siswa) SMP Negeri 2 Balung sebanyak 59 orang yang mengalami kehilangan orang tua baik salah satu maupun keduanya karena kematian.

4.2.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dijadikan sumber bagi semua data yang diperlukan untuk menjawab permasalahan penelitian yang dapat mewakili populasi yang diteliti (Sucipto, 2021). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa remaja yang bersekolah di SMP Negeri 2 Balung yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua yaitu sebanyak 59 orang.

4.2.3 Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2020). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2019). Peneliti mengambil teknik total sampling karena jumlah populasi kurang dari 100. Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 59 orang.

4.3 Variabel Penelitian

Variabel pada sebuah penelitian harus bisa didefinisikan secara jelas, sehingga tidak menimbulkan pengertian yang berarti ganda. Definisi variabel juga memberi batasan sejauh mana penelitian yang akan dilakukan. Variabel penelitian merupakan suatu atribut berupa sifat atau nilai dari orang (subyek) maupun objek kegiatan yang mempunyai variabel tertentu yang telah

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019).

Variabel pada penelitian ini terdiri dari variabel bebas (variabel independen) atau variabel X dan variabel terikat (variabel dependen) atau variabel Y. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut :

1. Variabel bebas / variabel independen (X)

Variabel bebas merupakan variabel yang dapat mempengaruhi variabel lain. Variabel bebas (X) yang digunakan pada penelitian ini adalah *self-compassion*

2. Variabel terikat / variabel dependen (Y)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. variabel terikat (Y) pada penelitian ini adalah resiliensi.

4.4 Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 2 Balung Kabupaten Jember, karena di sekolah tersebut merupakan siswa dengan jumlah anak yatim atau piatu dengan jumlah terbanyak daripada SMP Negeri yang lain yang ada di Kecamatan Balung Kabupaten Jember.

4.5 Waktu Penelitian

Tabel 4.1 Waktu Penelitian

Kegiatan	Ganjil 2022/2023						Genap 2022/2023					
	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agts
Pengajuan Judul dan pembimbing	■											
Observasi pendahuluan		■	■	■	■							
Penyusunan proposal		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Sidang proposal					■	■	■	■	■	■	■	■
Penelitian / pengambilan data							■	■	■	■	■	■
Penyusunan hasil dan pembahasan									■	■	■	■
Sidang akhir skripsi											■	■

4.6 Definisi Operasional

Tabel 4.2 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Instrumen	Hasil Ukur	Skala
Self Compassion	Sikap kasih sayang atau kebaikan terhadap diri sendiri saat mengalami kehilangan akibat kematian orang tua serta menerimanya sebagai bagian dari kehidupan manusia	1. <i>Self kindness</i> 2. <i>Self judgement</i> 3. <i>Common humanity</i> 4. <i>Isolation</i> 5. <i>Mindfulness</i> 6. <i>Overidentification</i>	Skala welas diri (<i>The Self-Compassion Scale / SCS</i>) (Neff, 2003) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Sugianto dkk, 2020 yang terdiri dari 26 pertanyaan dengan: Skor terendah: 1 Skor tertinggi: 5	Interpretasi: 1. Rendah: 26 – 61 2. Sedang: 62 – 95 3. Tinggi: 96 - 130	Ordinal
Resiliensi	Kemampuan individu untuk bangkit dari permasalahan dan berjuang untuk mengoptimalkan kemampuan yang masih dimiliki untuk berperan aktif dalam berbagai aspek kehidupan setelah kematian orang tua	1. Individual 2. Relational 3. Kontekstual	Skala Resiliensi (<i>Child and Youth Resilience Measure-Revised</i> (CYRM-R) ; Jefferies & Ungar, 2018) versi Bahasa Indonesia oleh Borualogo & Jefferies, 2019 sebanyak 17 butir pertanyaan dengan: Skor terendah: 1 Skor tertinggi: 5	Interpretasi : 1. Rendah: 17 – 40 2. Sedang: 41 – 62 3. Tinggi: 63 - 85	Ordinal

4.7 Teknik Pengumpulan Data

4.7.1 Sumber Data

Dalam pengumpulan sumber data, peneliti menggunakan sumber data primer dan sekunder.

1. Data primer

Data primer merupakan data yang diperoleh langsung dari sumber pertama (tidak melalui perantara). Data primer secara khusus dilakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Penulis mengumpulkan data primer dengan metode wawancara dan kuesioner terhadap responden.

2. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua (Nufian, 2018). Data sekunder yang diambil peneliti berupa data responden dari guru, buku pustaka, skripsi, jurnal nasional dan jurnal internasional yang memiliki kerkaitan dengan pembahasan yang diteliti.

4.7.2 Teknik Pengumpulan Data

a. Data Responden

Data responden meliputi nama, jenis kelamin, usia dan status. Data ini diperoleh dari kuesioner yang diisi oleh siswa remaja SMP Negeri 2 Balung.

b. Data *Self-Compassion* dan Resiliensi

Data *self-compassion* dan resiliensi diperoleh dari kuesioner yang diberikan kepada responden.

c. Alur Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan mendatangi lokasi penelitian yaitu di SMP Negeri 2 Balung. Adapun prosedur dalam penelitian ini adalah :

1. Melakukan penyusunan proposal
2. Meminta surat perijinan untuk melakukan studi pendahuluan
3. Mendapatkan ijin dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr.Soebandi Jember
4. Melakukan studi pendahuluan
5. Melakukan sidang proposal
6. Melakukan uji etik
7. Meminta surat perijinan untuk melakukan penelitian
8. Mendapatkan ijin dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr.Soebandi Jember
9. Mengajukan permohonan ijin kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
10. Mengajukan permohonan ijin kepada Dinas Pendidikan Kabupaten Jember
11. Mengajukan permohonan ijin kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Balung

12. Peneliti terlebih dahulu menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, apabila responden bersedia maka responden dianjurkan untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden
13. Bila responden bersedia, maka responden diminta menandatangani surat pernyataan menjadi responden
14. Responden diminta mengisi lembar kuesioner yang sudah disediakan peneliti dan dikumpulkan kembali kepada peneliti setelah selesai mengisinya
15. Pengolahan data dan pengambilan kesimpulan dari hasil data yang diperoleh
16. Sidang skripsi

4.7.3 Alat / Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

- a. Lembar kuesioner *The Self-Compassion Scale* (SCS) (Neff, 2003) versi Bahasa Indonesia (Sugianto *et al*, 2020) yang terdiri dari 26 item pertanyaan yang terdiri dari 13 pertanyaan positif (*favorable*) dan 13 pertanyaan negatif (*unfavorable*). Subskala pertanyaan positif meliputi *self-kindness* (mengasihi diri), *common humanity* (kemanusiaan universal) dan *mindfulness* (kesadaran diri), sedangkan pada subskala negatif meliputi *self judgement* (menghakimi diri), *isolation* (isolasi) dan *overidentification*

(overidentifikasi). Instrumen pada kuesioner ini menggunakan skala likert yang memiliki 5 alternatif jawaban yaitu hampir tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, dan hampir selalu, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Untuk pilihan jawaban selalu memiliki skor 5 pada pernyataan positif dan skor 1 pada pernyataan negatif
2. Untuk pilihan jawaban sering memiliki skor 4 pada pernyataan positif dan skor 1 pada pernyataan negatif
3. Untuk pilihan jawaban kadang memiliki skor 3 pada pernyataan positif dan negatif
4. Untuk pilihan jawaban jarang memiliki skor 2 pada pernyataan positif dan skor 4 pada pernyataan negatif
5. Untuk pilihan jawaban hampir tidak pernah memiliki skor 1 pada pernyataan positif dan skor 5 pada pernyataan negatif

Kategori penilaian yang digunakan yaitu :

- Rendah : 26 - 61
- Sedang : 62 - 95
- Tinggi : 96 – 130

Tabel 4.3 Kisi-kisi Kuesioner *Self-Compassion Scale* (SCS)

No	Aspek	Nomor Soal		Total
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1.	<i>Self Kindness</i>	5, 12, 19, 23, 26	-	5
2.	<i>Self Judgement</i>	-	1, 8, 11, 16, 21	5
3.	<i>Common Humanity</i>	3, 7, 10, 15	-	4

4.	<i>Isolation</i>	-	4, 13, 18, 25	4
5.	<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22	-	4
6.	<i>Overidentification</i>	-	2, 6, 20, 24	4

- b. Lembar kuesioner *Child and Youth Resilience Measured-Revised* (CYRM-R) (Jefferies & Ungar, 2018). Kuesioner terdiri dari 3 subskala yaitu subskala individual, relationah dan kontekstual yang terdiri dari 17 item pertanyaan *favorable* (positif) menggunakan skala likert yang diberi nilai 1=tidak sama sekali, 2=jarang, 3=kadang-kadang, 4=agak sering, 5=sering, dengan kategori penilaian sebagai berikut :

- Rendah : 17 - 40
- Sedang : 41 - 62
- Tinggi : 63 - 85

Tabel 4.4 Kisi-kisi Kuesioner Resiliensi

No	Uraian	Nomor Soal	Total
1.	Individual	1, 3, 7, 9, 12, 14, 16	7
2.	Relasional	4, 5, 6, 8, 11, 15, 17	7
3.	Kontekstual	2, 10, 13	3

4.7.4 Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan alat yang digunakan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu kuesioner. Sebuah instrumen atau kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada instrumen atau

kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut (Ghozali, 2018).

Instrumen *The Self-Compassion Scale* (Neff, 2003) yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia oleh (Sugianto *et al*, 2020) yang disebut dengan Skala Welas Diri. Validitas konstruk Skala Welas Diri diuji dengan melihat korelasi antara Skala Welas Diri ($M = 3.18$, $SD = .527$) dengan skala yang mengukur distress psikologis, yaitu K10 ($M = 26.872$, $SD = 8.036$). Skala Welas Diri memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan K10 ($r(327) = -.502$, $p < .001$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi welas asih dalam diri seseorang, maka semakin rendah distress psikologis yang dimiliki. Dengan demikian, Skala Welas Diri memenuhi kriteria validitas konstruk.

Instrumen *Child and Youth Resilience Measured-Revised* (CYRM-R) (Jefferies & Ungar, 2018) yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia oleh Borualogo & Jefferies (2019). Uji validitas menunjukkan bahwa CYRM-R dalam konteks Indonesia setelah mengikuti prosedur metode backtranslation dalam konteks psikologi lintas budaya sangat reliabel ($\alpha = 0,902$) dan dapat digunakan untuk penelitian dan praktik dalam konteks Indonesia.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan alat yang digunakan untuk mengukur konsistensi kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau

konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu (Ghozali, 2018)

Instrumen *The Self-Compassion Scale* (Neff, 2003) yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia oleh (Sugianto *et al*, 2020) yang disebut dengan Skala Welas Diri. Hasil uji reliabilitas skala welas diri menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar .872, sehingga memiliki kualitas psikometrik dan juga reliabilitas yang baik.

Instrumen *Child and Youth Resilience Measured-Revised* (CYRM-R) (Jefferies & Ungar, 2018) yang telah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia oleh Borualogo & Jefferies (2019). Uji reliabilitas menunjukkan bahwa CYRM-R dalam konteks Indonesia setelah mengikuti prosedur metode backtranslation dalam konteks psikologi lintas budaya sangat reliabel ($\alpha = 0,902$) dan dapat digunakan untuk penelitian dan praktik dalam konteks Indonesia.

4.8 Teknik Analisa Data

4.8.1 Pengolahan Data

Untuk memperoleh penyajian data dan kesimpulan yang baik, maka diperlukan suatu proses yang disebut pengolahan data. Pengolahan data diperlukan untuk mengolah data mentah yang

didapatkan dari penelitian menjadi pengetahuan yang dapat memberikan informasi (Notoadmojo, 2018).

a. Editing

Editing merupakan kegiatan untuk perbaikan dan pengecekan isi formulir atau lembar kuesioner dari data yang telah dikumpulkan. Hasil observasi atau pengamatan dari lapangan harus dilakukan penyuntingan (editing) terlebih dahulu agar sesuai, memiliki kejelasan makna serta dapat relevan dengan data yang lain.

b. Coding

Coding merupakan proses mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data bilangan. Koding atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (data entri).

a. Data Umum

1) Kode Responden

Responden 1 : R1

Responden 2 : R2, dst

2) Kode Jenis Kelamin

Laki-laki : 1

Perempuan : 2

3) Kode status

Yatim : 1

Piatu : 2

Yatim piatu : 3

b. Data Khusus

1) Kode variabel *self-compassion*

Self-compassion rendah : 1

Self-compassion sedang : 2

Self-compassion tinggi : 3

2) Kode variabel resiliensi

Resiliensi rendah : 1

Resiliensi sedang : 2

Resiliensi tinggi : 3

c. *Scoring*

Scoring yaitu memberikan nilai berupa angka pada jawaban pertanyaan tiap kuesioner :

a. Untuk variabel independen (*self-compassion*) jawaban soal akan diberikan skor yaitu :

- Pada subskala positif

Hampir tidak pernah = 1

Jarang = 2

Kadang-kadang = 3

Sering = 4

Hampir selalu = 5

- Pada subskala negatif

Hampir tidak pernah = 5

Jarang = 4

Kadang-kadang = 3

Sering = 2

Hampir selalu = 1

- b. Untuk variabel dependen (resiliensi) jawaban soal akan diberikan skor yaitu :

Tidak sama sekali = 1

Jarang = 2

Kadang-kadang = 3

Agak sering = 4

Sering = 5

- d. Memasukkan Data (Data Entri) atau Prosessing

Jawaban-jawaban dari masing-masing responden atau yang disebut data dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau “software” computer. Pada penelitian ini entri data dilakukan dengan bantuan Microsoft Excel dan Program SPSS.18.

- e. *Cleaning*

Cleaning merupakan proses pengecekan kembali pada data yang telah dimasukkan dengan tujuan untuk melihat ada tidaknya suatu kesalahan pada saat pengkodean kedalam pengolahan data di komputer (Notoadmojo, 2018). Peneliti memasukkan data dalam bentuk kode melalui Microsoft Excel dan Program SPSS 18.0.

4.8.2 Analisis Data

Analisis data dilakukan secara bertahap, yang meliputi analisis univariat dan analisis bivariat, sebagai berikut :

a. Analisis univariat

Dalam pengambilan analisa data, variabel X (*Self-Compassion*), sedangkan variabel Y (Resiliensi). Dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis deskriptif menggunakan uji dalam bentuk distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel.

b. Analisis bivariat

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisis bivariat, yaitu untuk melihat hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Kedua variabel data penelitian menggunakan data ordinal yang merupakan statistika non parametrik. Uji yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan Uji Rank Spearman. Uji Rank Spearman digunakan untuk menguji hipotesis korelasi untuk melihat ada tidaknya hubungan antara dua variabel serta menggunakan skala pengukuran variabel minimal ordinal (Sugiharti *et al*, 2021). Hasil uji dari statistik akan diperoleh nilai p, dimana dalam penelitian ini digunakan tingkat bermakna jika mempunyai nilai $p \leq 0,005$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima dan dikatakan tidak bermakna jika mempunyai nilai $p > 0,005$ yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak.

4.9 Etika Penelitian

Sebelum penelitian dilakukan, peneliti telah mendapatkan persetujuan layak etik dengan nomor 135/KEPK/UDS/IV/2023 yang berlaku selama kurun waktu tanggal 18 April 2023 sampai dengan tanggal 18 April 2024. Kemudian peneliti mendapatkan surat pengantar dari Universitas dr.Soebandi dan menyerahkan kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (BAKESBANGPOL) Kabupaten Jember untuk mendapatkan surat pengantar yang ditujukan untuk Dinas Pendidikan untuk mendapatkan ijin penelitian yang ditujukan ke SMP Negeri 2 Balung Kabupaten Jember. Setelah mendapatkan persetujuan kemudian peneliti memulai melakukan pengumpulan data dengan menekankan pada masalah etik yang meliputi :

4.9.1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Calon responden diminta menandatangani lembar persetujuan menjadi responden, semua calon responden bersedia menandatangani lembar persetujuan menjadi responden

4.9.2 Anonymity (Tanpa Nama)

Peneliti tidak mencantumkan responden pada lembar pengumpulan data untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, yang diisi pada lembar tersebut hanya berisi inisial nama responden.

4.9.3 Confidentiality (kerahasiaan)

Peneliti menjaga kerahasiaan semua informasi yang didapat dari subjek penelitian dengan tidak menceritakan kepada pihak yang tidak

berkepentingan dan data yang didapat dari responden hanya untuk kepentingan skripsi bukan untuk kepentingan pribadi yang lain.

4.9.4 *Non Maleficience* (Tidak Merugikan)

Selama proses penelitian berlangsung, penelitian ini tidak memberikan dampak yang membahayakan bagi responden baik bahaya langsung maupun tidak langsung karena tidak ada perlakuan / intervensi yang diberikan dan instrumen hanya berupa kuesioner berupa pertanyaan.

4.9.5 *Justice* (Keadilan)

Peneliti memperlakukan seluruh responden dengan sama, tanpa diskriminasi atau membedakan selama proses penelitian berlangsung. Peneliti memberikan hak-hak responden yang sama berupa hak untuk mendapatkan penjelasan dan informasi, serta hak untuk bertanya.

4.9.6 *Beneficience* (Menguntungkan)

Peneliti melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur penelitian untuk mendapatkan hasil yang semaksimal mungkin baik bagi responden maupun tempat penelitian.

BAB 5 HASIL

Bab ini akan menguraikan hasil penelitian yang berjudul “Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian”. Hasil penelitian ini berupa gambaran umum lokasi penelitian, deskripsi karakteristik responden, deskripsi variabel penelitian serta hasil uji Rank Spearman.

5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Balung. SMP Negeri 2 Balung berlokasi di Jalan SMPN 2 Nomor.9 Balung Kopi, Balung Kidul, Kec. Balung, Kabupaten Jember, Jawa Timur. Terdapat beberapa fasilitas yang menunjang bagi terlaksananya kegiatan belajar mengajar di sekolah seperti 17 ruang kelas, ruang laboratorium, ruang komputer, perpustakaan, ruang kepala sekolah dan tata usaha (TU) serta terdapat koperasi bagi siswa. SMP Negeri 2 Balung juga memiliki musholla yang aktif digunakan untuk kegiatan istighosah dan sholat dhuha setiap paginya. Fasilitas penunjang didalam kelas sudah dilengkapi dengan *white board*, papan presensi, serta struktur kelas. Sekolah SMP Negeri 2 Balung terdiri dari 17 ruangan kelas untuk kegiatan belajar mengajar, juga terdapat ruang perpustakaan, ruang kepala sekolah dan tata usaha (TU), ruang laboratorium, serta juga terdapat koperasi untuk siswa. Jumlah siswa di SMP Negeri 2 Balung Tahun Ajaran 2022/2023 sebanyak 881 siswa yang terdiri dari 485 siswa laki-laki dan 396 siswa perempuan.

5.2 Data Umum

5.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia pada siswa SMP Negeri 2 Balung

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	12 Tahun	8	13,6%
2	13 Tahun	15	25,4%
3	14 Tahun	13	22,0%
4	15 Tahun	23	39,0%
Total		59	100%

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.1 dapat diketahui bahwa hasil analisa data pada responden yang diteliti hampir setengahnya pada usia 15 tahun sebanyak 23 orang (39,0%)

5.2.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada siswa SMP Negeri 2 Balung

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	27	45,8%
2	Perempuan	32	54,2%
Total		59	100%

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.2 dapat diketahui bahwa hasil analisa data pada responden yang diteliti sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 32 orang (54,2%).

5.2.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Orang Tua Meninggal

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan orang tua meninggal pada siswa SMP Negeri 2 Balung

No	Orang Tua Meninggal	Frekuensi	Persentase
1	Ayah	46	78%
2	Ibu	10	16,9%
3	Keduanya	3	5,1%
Total		59	100%

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diketahui bahwa hasil analisa data pada responden yang diteliti orang tua yang meninggal hampir seluruhnya yaitu ditinggal ayah sebanyak 46 orang (78%).

5.3 Data Khusus

5.3.1 Kategorisasi Subjek Variabel *Self-Compassion*

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi *self-compassion* pada siswa SMP Negeri 2 Balung yang kehilangan orang tua akibat kematian

Kategorisasi	Norma Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Rendah	26-61	13	22%
Sedang	62-95	37	62,7%
Tinggi	96-130	9	15,3%
Total		59	100%

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.4 didapatkan hasil bahwa sebagian besar remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian di SMP Negeri 2 Balung memiliki *self-compassion* pada kategori sedang yaitu sebanyak 37 orang (62,7%).

5.3.1.1 Kategorisasi Subjek Variabel *Self-Compassion* Berdasarkan Usia,

Jenis Kelamin dan Orang Tua Meninggal

Tabel 5.5 Distribusi subjek variabel *self-compassion* berdasarkan usia, jenis kelamin dan orang tua meninggal.

Karakteristik	N	F	Self-Compassion			Mean
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Usia						
12 Tahun	8	13,6	2	6	-	77,88
13 Tahun	15	25,4	2	11	2	80,27
14 Tahun	13	22,0	4	7	2	76,46
15 Tahun	23	39,0	5	13	5	82,52
Total	59	100	13	37	9	-
Jenis Kelamin						
Laki-laki	27	45,8	1	21	5	84,37
Perempuan	32	54,2	11	17	4	76,28
Total	59	100	12	38	9	-
Orang Tua Meninggal						
Ayah	46	78	10	29	7	83,40
Ibu	10	16,9	1	7	2	80,15
Keduanya	3	5,1	1	2	-	70,67
Total	59	100	12	38	9	-

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.5 didapatkan hasil bahwa berdasarkan usia 12-15 tahun, *self-compassion* yang dimiliki pada kategori sedang dengan nilai yang bervariasi pada setiap usia. Pada kategori jenis kelamin laki-laki memiliki *self-compassion* yang lebih tinggi daripada perempuan dengan nilai *mean* 84,37. Sedangkan pada kategori orang tua meninggal, remaja yang ditinggal ayah memiliki resiliensi yang lebih tinggi daripada remaja yang ditinggal ibu maupun ditinggal oleh keduanya dengan nilai *mean* 83,40.

5.3.2 Kategorisasi Subjek Variabel Resiliensi

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi resiliensi pada siswa SMP Negeri 2 Balung yang kehilangan orang tua akibat kematian

Kategorisasi	Norma Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Rendah	17-40	14	23,7%
Sedang	41-62	29	49,2%
Tinggi	63-85	16	27,1%
Total		59	100%

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian di SMP Negeri 2 Balung memiliki resiliensi pada kategori sedang berjumlah 29 orang (49,2%).

5.3.2.1 Kategorisasi Subjek Variabel Resiliensi Berdasarkan Usia, Jenis

Kelamin dan Orang Tua Meninggal

Tabel 5.7 Distribusi subjek variabel resiliensi berdasarkan usia, jenis kelamin dan orang tua meninggal

Karakteristik	N	F	Resiliensi			Mean
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Usia						
12 Tahun	8	13,6	1	3	4	65,38
13 Tahun	15	25,4	6	4	5	64,47
14 Tahun	13	22,0	4	5	4	63,46
15 Tahun	23	39,0	3	17	3	63,00
Total	59	100	14	29	16	-
Jenis Kelamin						
Laki-laki	27	45,8	5	17	5	65,07
Perempuan	32	54,2	9	12	11	62,72
Total	59	100	14	29	16	-
Orang Tua Meninggal						
Ayah	46	78	9	23	14	65,07
Ibu	10	16,9	3	5	2	61,30
Keduanya	3	5,1	2	1	-	52,67
Total	59	100	14	29	16	-

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.7 didapatkan hasil bahwa berdasarkan usia 12-15 tahun, resiliensi yang dimiliki pada kategori sedang dengan nilai yang bervariasi pada setiap usia. Pada kategori jenis kelamin laki-laki memiliki resiliensi yang lebih tinggi daripada perempuan dengan nilai *mean* 65,07. Sedangkan pada kategori orang tua meninggal, remaja yang ditinggal ayah memiliki resiliensi yang lebih tinggi daripada remaja yang ditinggal ibu maupun ditinggal oleh keduanya dengan nilai *mean* 65,07.

5.4 Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi

Hubungan *self-compassion* dengan resiliensi pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan metode Rank Spearman. Hasil analisis tersebut terdapat pada tabel 5.8.

Tabel 5.8 Hubungan *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian di SMP Negeri 2 Balung

		<i>Self-Compassion</i>	Resiliensi
<i>Self-Compassion</i>	<i>Correlation coefficient</i>	1,000	0,613
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0,000
	N	59	59
Resiliensi	<i>Correlation coefficient</i>	0,613	1,000
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000	
	N	59	59

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan hasil uji analisis pada tabel 5.12 menggunakan uji Rank Spearman didapatkan nilai *p value*=0,000 ($p < 0,05$) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang

kehilangan orang tua di SMP Negeri 2 Balung dengan arah hubungan yang positif.

Berdasarkan dengan besaran harga koefisien korelasi, koefisien korelasi berkisar mulai dari 0 (tidak ada korelasi sama sekali) sampai dengan 1 (korelasi sempurna). Semakin tinggi harga koefisien korelasi maka semakin kuat korelasinya, begitu pula sebaliknya. Hasil analisis pada tabel 5.6 didapatkan hasil koefisien korelasi 0,613, maka bisa dikatakan bahwa variabel *self-compassion* memiliki korelasi yang tinggi dengan resiliensi karena berada pada kisaran 0,61-0,80.

BAB 6 PEMBAHASAN

6.1 Identifikasi *Self-Compassion* pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 59 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian sebagian besar memiliki *self-compassion* sedang, sebanyak 37 orang (62,7%). Menurut Neff (2003) *self-compassion* merupakan kemampuan seorang individu untuk dapat bersikap terbuka dan mengasihi diri sendiri layaknya merasa kasihan pada orang lain saat mengalami kesulitan dalam hidupnya, tidak menghakimi diri sendiri dan mengkritik secara berlebihan atas keadaan yang saat ini dialaminya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-compassion* menurut Neff ; Prastiwi (2020) diantaranya yaitu lingkungan keluarga, usia, jenis kelamin, budaya, kepribadian dan kondisi keluarga. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil bahwa dari usia 12-15 tahun sebagian besar responden berusia 15 tahun. Berdasarkan hasil dari nilai deskriptif didapatkan mean pada masing-masing usia menunjukkan hasil yang bervariasi, hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat usia tidak berpengaruh terhadap *self-compassion* yang dimiliki oleh seseorang. Menurut Neff & Vonk (2009) *self-compassion* terasosiasi secara signifikan dengan tingkat usia. Dimana dijelaskan semakin tinggi tingkat usia maka akan semakin tinggi pula *self-compassion* yang dimiliki oleh seseorang. Individu akan mencapai

tingkat *integrity* karena pada tahap tersebut individu akan bisa menerima dirinya secara lebih positif.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yarnel *et al* ; Lestari (2021) yang menyatakan bahwa seiring dengan bertambahnya usia, individu akan cenderung menyikapi adanya ketidaksempurnaan dalam diri dengan lebih tenang. Hal tersebut disebabkan karena pada usia yang lebih awal, individu kurang menerima diri mereka sendiri. Namun saat bertambah usia mereka mulai berusaha untuk menemukan tempat mereka di dunia dan cenderung menerima ketidaksempurnaan dengan lebih seimbang dan bijak. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2021) mengenai perbedaan *self-compassion* ditinjau berdasarkan jenis kelamin dan usia pada siswa MAN 4 Aceh Besar, menunjukkan bahwa usia belum menjadi faktor yang kuat untuk meningkatkan *self-compassion* pada siswa. Penelitian tersebut menyebutkan bahwa terdapat faktor lain yang dapat meningkatkan *self-compassion* yaitu lingkungan dan budaya.

Dilihat berdasarkan jenis kelamin, pada penelitian ini laki-laki memiliki rata-rata nilai *self-compassion* yang lebih tinggi dari perempuan. Hal tersebut menandakan bahwa laki-laki memiliki *self-compassion* yang lebih tinggi daripada perempuan. Hal ini disebabkan karena perempuan memiliki empati yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki dan perempuan memiliki emosi yang lebih intens daripada laki-laki yang memiliki kecenderungan untuk menutupi emosi yang dirasakannya (Santrock ; Pradana (2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Neff (2003) yang mengemukakan bahwa

perempuan cenderung memiliki *self-compassion* yang lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki karena perempuan cenderung memikirkan banyak hal sehingga perempuan menderita depresi dan kecemasan lebih kompleks daripada laki-laki. Sesuai dengan penelitian Castilho dkk (2016), mengemukakan bahwa laki-laki mampu menahan perasaan penderitaan mereka dengan rasa hangat, koneksi serta kesadaran penuh perhatian. *Self-compassion* yang baik dikarenakan saat laki-laki memiliki keluarga dengan fungsi yang baik, maka hal tersebut dapat mengembangkan kepedulian dalam kepribadian.

Dilihat berdasarkan orang tua meninggal, didapatkan hasil bahwa *self-compassion* remaja yang ditinggalkan ayah lebih tinggi daripada *self-compassion* yang ditinggalkan ibu maupun keduanya. Menurut Neff dalam Prastiwi (2020) menjelaskan bahwa proses dalam keluarga seperti dukungan keluarga dan sikap orang tua akan berkontribusi dalam menumbuhkan *self-compassion*. Kondisi keluarga seperti perceraian, kemiskinan, keluarga tidak harmonis serta kematian dapat menyebabkan hilangnya fungsi keluarga, sehingga anak harus terlepas dari kasih sayang orang tua. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mauna & Prameswari (2019) menyebutkan bahwa ibu berperan penting dalam perkembangan *self-compassion* pada anak, diasumsikan karena ibu cenderung terlibat dalam hal afeksi seperti memberikan rasa kepedulian, perhatian, rasa pertemanan dan kehangatan, dimana hal tersebut dapat mempengaruhi perkembangan *self-compassion* pada seseorang. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

Han & Jun dalam (2019) terkait keterlibatan ibu dan ayah pada perkembangan anak. Penelitian tersebut menyatakan bahwa ibu cenderung terlibat dalam hal afektif dibandingkan dengan ayah.

Berdasarkan hasil pemaparan diatas, peneliti berpendapat bahwa hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki *self-compassion* sedang. Hal ini menandakan bahwa remaja yang mengalami kehilangan akibat kematian orang tua cenderung mampu untuk memperlakukan diri mereka dengan pengertian, kelembutan dan kasih sayang saat menghadapi peristiwa negatif yang muncul akibat kehilangan. Mereka memahami bahwa rasa sakit, kehilangan dan kesedihan adalah bagian alami dari proses berduka. Remaja tidak menyalahkan diri mereka sendiri secara berlebihan atau merasa bahwa mereka harus “kuat” sepanjang waktu. Mereka mengembangkan pengertian bahwa kehilangan orang tua adalah hal yang diluar kendali mereka dan mereka tidak bertanggung jawab atas kejadian tersebut. Namun remaja dengan *self-compassion* sedang masih perlu diadakan peningkatan karena masih ada kecenderungan untuk melakukan kritik diri, merasa terasing, dan melebih-lebihkan masalah dan perasaan saat mengalami masalah. Penting bagi remaja yang kehilangan orang tua untuk mencari dukungan sosial yang tepat dan memperoleh bantuan dari keluarga, teman, atau profesional yang berkompeten dalam membantu proses berduka. Dukungan tersebut dapat membantu mereka dalam mengembangkan *self-compassion* yang sehat dan memfasilitasi proses penyembuhan.

6.2 Identifikasi Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 59 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian hampir setengahnya memiliki resiliensi sedang, sebanyak 29 orang (49,2%). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, mengatasi serta pulih dari kondisi seperti stress, tekanan serta kejadian-kejadian traumatis dalam kehidupan. Resiliensi bukanlah sifat bawaan yang dimiliki oleh individu, melainkan sebuah kemampuan yang bisa dipelajari dan ditingkatkan dan berubah seiring berjalannya waktu dan pengalaman hidup seseorang (Ungar, 2012).

Resiliensi dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari *self-esteem*, *gratitude*, usia, jenis kelamin serta status anak. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial, prososial, iklim sosial dan jumlah teman dekat. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa usia tidak berhubungan dengan resiliensi seseorang. Hal ini dapat diketahui dari nilai *mean* yang didapat yang menunjukkan bahwa nilai *mean* setiap usia berbeda-beda. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Garmezy ; Masrura (2022) menyebutkan bahwa usia bukanlah faktor yang langsung mempengaruhi resiliensi seseorang. Resiliensi dapat terbentuk pada individu dari segala usia, termasuk anak-anak, remaja, dewasa muda dan orang dewasa. Faktor-faktor

resiliensi lebih berkaitan dengan karakteristik pribadi, lingkungan sosial, dan dukungan yang diterima oleh individu dalam menghadapi situasi yang sulit.

Berdasarkan jenis kelamin, didapatkan hasil bahwa laki-laki memiliki resiliensi yang sedikit lebih tinggi daripada perempuan yaitu dengan nilai *mean* 65,07. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Boardman ; Sujadi dkk (2021) mengungkapkan bahwa laki-laki memiliki resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Laki-laki cenderung memperoleh manfaat yang lebih dari penguasaan terhadap lingkungan sehingga berdampak pada tingkat ketahanan atau resiliensi yang baik. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizkiana (2020) yang memperoleh hasil bahwa resiliensi perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan resiliensi laki-laki.

Adanya perbedaan beberapa hasil penelitian disebabkan karena resiliensi dipengaruhi oleh banyak faktor lain yang bervariasi seperti tingkat pendidikan, umur, budaya, sosial, pengalaman traumatis, tekanan hidup, masa lalu dan masa sekarang (Andriyani & Listiyandini ; Oktasari & Wahyudin 2021). Beberapa penelitian yang lain juga menjelaskan bahwa resiliensi antara laki-laki dan perempuan juga dipengaruhi oleh faktor biologis, sosio-demografi dan sosial emosional (Maesaroh *et al*, 2019).

Setiap remaja memiliki makna tersendiri terhadap kehilangan orang tua, namun pada umumnya mereka memaknai kehilangan orang tua sebagai hilangnya figur yang akan memberikan kasih sayang, hilangnya keutuhan keluarga, kehilangan arah, kehilangan model, kehilangan rasa aman dan

kehilangan teman berbagi. Tentunya respon yang dimiliki setiap individu atas kehilangan berbeda-beda. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa resiliensi remaja yang ditinggalkan ayah lebih tinggi daripada resiliensi remaja yang ditinggal ibu maupun keduanya. Menurut Kalesaran (2016) remaja pada umumnya memiliki hubungan yang lekat dengan ibunya. Hal ini dikarenakan ibu menjadi sosok yang penting untuk remaja di masa perkembangannya. Peran ibu lebih mendominasi terhadap anak dibandingkan dengan peran ayah dalam menjalankan tugas sebagai orang tua. Hal ini sejalan dengan penelitian Etikawati (2014) persepsi anak terhadap seorang ayah adalah seorang figur yang bertugas mencari nafkah, memberi perlindungan dan berperan dalam menemani kegiatan anak, sedangkan ibu merupakan seorang figur yang berperan dalam memberikan perawatan kepada anak dan keluarga, memberikan bimbingan, memberikan dukungan emosional, hingga mengontrol rutinitas anak. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nisa (2022) yang menyatakan bahwa ibu lebih berperan dalam memberikan perawatan dan pemenuhan kasih sayang, serta peran pengasuhan ibu dapat mencakup segala bidang. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa ibu memiliki peranan yang sangat penting bagi seorang anak, karena ibu dapat memberikan pengasuhan mencakup segala bidang termasuk menjadi ayah. Peran ibu dalam membangun resiliensi pada remaja yang tidak memiliki ayah akan bervariasi tergantung pada situasi keluarga dan karakteristik individu. Selain hal tersebut, dukungan dari anggota keluarga lain, teman dan lingkungan sosial juga dapat berperan dalam memperkuat

resiliensi pada diri seorang remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian.

6.3 Analisis Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian dengan nilai $p\text{ value } 0,000 < 0,05$ yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak. Artinya semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki seseorang. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *self-compassion*, maka semakin rendah pula resiliensi yang dimiliki.

Kusuma (2018) menjelaskan bahwa *self-compassion* merupakan sebuah penerimaan diri pada individu ketika mengalami situasi sulit dan peristiwa negatif dengan menerima kondisi tersebut serta membantu diri sendiri untuk melewati penderitaan dan melaluinya secara kognitif maupun emosional, dimana ketika dalam kondisi menderita individu dapat merasakan dorongan untuk membantu diri sendiri melewati penderitaan yang dialami. Menurut Grothberg ; Hermawati (2018) resiliensi merupakan kapasitas individu untuk menghadapi, mengatasi, memperkuat diri dan tetap melakukan perubahan sehubungan dengan ujian yang dialami. Konsep resilien menitikberatkan pada pembentukan kekuatan individu sehingga kesulitan dapat dihadapi dan diatasi.

Berdasarkan teori tersebut, *self-compassion* dapat berperan sebagai faktor yang memungkinkan individu untuk mengembangkan resiliensi. Ketika individu menerapkan *self-compassion*, mereka memiliki sikap penerimaan terhadap diri sendiri serta menerima kondisi sulit yang mereka hadapi, hal tersebut dapat memberikan landasan emosional yang kuat untuk menghadapi penderitaan. Dalam proses ini, individu dapat mengaktifkan mekanisme resiliensi yang ada dalam diri mereka, mereka menjadi lebih mampu menghadapi kesulitan, mengatasi rintangan dan menerima perubahan yang diperlukan untuk berkembang melalui situasi yang sulit.

Neff & McGehee dalam Harning (2018) mengemukakan bahwa *self-compassion* dapat mempengaruhi remaja dalam mengatasi pandangan diri yang negatif. Remaja yang memiliki *self-compassion* akan menerima ketidaksesuaian dengan perasaan yang tenang sehingga membuka kesadaran diri, bukan justru menghindar dan terputus dari kondisi tersebut. *Self-compassion* dapat membantu remaja untuk menghindari pemikiran negatif yang muncul saat mencari solusi atas ketidaksesuaian yang terjadi dan tidak melebih-lebihkannya yang justru akan membuat remaja terlarut-larut dalam masalah yang terjadi.

Penelitian yang dilakukan oleh Neff dalam Febrinabillah & Listiyandini (2016) menjelaskan bahwa dengan adanya *self-compassion*, individu akan membantu mengurangi rasa sakit, memahami kemanusiaan yang dimiliki serta meningkatkan perasaan keterhubungan dengan orang lain. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kawitri (2019) yang

mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja panti asuhan.

Adanya hubungan antara *self-compassion* dengan resiliensi menunjukkan bahwa *self-compassion* merupakan salah satu hal yang mampu mempengaruhi resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian. Menurut Holaday & McPhearson ; Hermansyah & Hadjam (2020) salah satu faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi yaitu kemampuan kognitif seperti intelegensi, *coping style*, berhenti menyalahkan diri sendiri, kontrol diri dan spiritualitas. Hal ini berkaitan dengan kemampuan remaja untuk tidak menyalahkan diri sendiri dan berusaha untuk lebih mengasihi diri sendiri saat menghadapi masalah yang sulit atau yang disebut dengan *self-compassion*.

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa *self compassion* dapat meningkatkan kemampuan resiliensi individu. Remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian akan memahami kondisi tersebut dengan lebih mengontrol emosi, perilaku serta kognitif. Hal tersebut dapat membuat remaja dapat berpikir positif dengan kejadian tersebut dan tidak menyalahkan keadaan dan menyalahkan diri sehingga dapat membantu remaja agar lebih mampu menghadapi tekanan, stres dan situasi yang tidak diinginkan.

6.4 Keterbatasan Penelitian

1. Terbatasnya jumlah subjek pada penelitian, sehingga penelitian ini tidak dapat menggeneralisir secara utuh dan jumlah prosentase yang tidak merata antara laki-laki dan perempuan.
2. Pengambilan data yang dilakukan berada pada ruang lingkup yang cukup kecil yaitu hanya di 1 sekolah SMP Negeri 2 Balung.
3. Penelitian ini hanya mengambil satu variabel independen yaitu *self-compassion*, masih terdapat banyak faktor lain yang mempengaruhi resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian

BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian di SMP Negeri 2 Balung pada bulan Mei 2023, dapat diambil kesimpulan :

- a. Remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian di SMP Negeri 2 Balung memiliki *self-compassion* pada kategori sedang
- b. Remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian di SMP Negeri 2 Balung memiliki resiliensi pada kategori sedang.
- c. Terdapat hubungan yang positif antara *self-compassion* dengan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian di SMP Negeri 2 Balung. Hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimilikinya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *self-compassion*, maka semakin rendah pula resiliensi yang dimilikinya.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Remaja

Diharapkan kepada remaja agar dapat meningkatkan resiliensi yang dimiliki melalui *self-compassion* dengan mencari dukungan sosial yang tepat dan memperoleh bantuan dari keluarga, teman, atau profesional yang berkompeten dalam membantu proses berduka. Dukungan tersebut

dapat membantu mereka dalam mengembangkan *self-compassion* sehingga dapat bertahan dan mampu melalui keadaan yang tidak menyenangkan yang dapat meningkatkan resiliensi.

7.2.2 Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi tenaga pengajar agar dapat memberikan dukungan, motivasi, lingkungan yang mendukung dan aman. Hal ini dapat dilakukan dengan mengadakan pertemuan khusus, kelompok dukungan atau konseling dengan sumber daya yang terlatih sehingga dapat meningkatkan *self-compassion* dan resiliensi pada remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian.

7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti resiliensi berdasarkan faktor-faktor lain yang dapat berkontribusi terhadap variabel resiliensi dengan populasi yang lebih luas dan subyek lain selain remaja yang kehilangan orang tua akibat kematian.

DAFTAR PUSTAKA

- Aesyah, S. (2019). *Masa Pubertas Saat Remaja*, Mutiara Aksara : Semarang, hlm. 3-5.
- Ajhuri, K. F. (2019). Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. In *Penebar Media Pustaka*.
- Allen, R. S., Dorman, H. R, Henkim, H., Carden, K. D., & Potts, D. (2018). Definition of Resilience. In *Resilience in Aging* (pp. 1-15)). Springer, Cham.
- Amstrong. 2013. Kecerdasan Multipel di Dalam Kelas. Jakarta : Indeks.
- Antara Banten. (2019). *Viral Ingin Bunuh Diri Seorang Siswi SMP Terjun Ke Sungai*. <https://banten.antaranews.com/berita/57074/viral-ingin-bunuh-diri-seorang-siswi-smp-terjun-ke-sungai>. 12 Desember 2022.
- Apriliza, G. (2022). Pengaruh Kematian Orangtua Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Di Jorong Simarasok Kecamatan Baso. *Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*.1(2):1-7
- Azmi, F. (2021). 5082 Anak di Jawa Tmur Kehilangan Orang Tua Karena Meninggal. <https://www.google.com/amp/s/news.detik.com/berita-jawa-timur/d-5668497/5082-anak-di-jatim-kehilangan-orang-tua-karena-meninggal/amp>.13 Desember 2022
- BBC News Indonesia. (2020). *Penuturan Remaja yang Mencoba Bunuh Diri Saat SMP : Stigma Kurang Iman Salah Besar. Mereka Tidak Tahu Betapa Orang Itu Sudah Berjuang*. <https://www.google.com/amp/s/www.bbc.com/indonesia/majalah51470180.amp>. 12 Desember 2022.
- Belay, T., & Missaye, M. (2014). Risks, protection factors and resilience among orphan and vulnerable Children (OVC) in Ethiopia: Implications for intervention. *International Journal of Psychology and Counselling*, 6(3), 27–31. <https://doi.org/10.5897/ijpc2013.0241>
- Cahayatiningsih, D. and I. Apriliyani, A. N. R. (2022). Journal of Language and Health. *Depresi Remaja Dengan Orang Tua Tunggal Dita*, 3(1), 23–28.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Deswanda, A. R. (2019). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Remaja Yayasan Sosial di Jakarta Selatan*. 44–55. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/52128/1/ALEVIA RAHMA DESWANDA-FPSI.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/52128/1/ALEVIA%20RAHMA%20DESWANDA-FPSI.pdf)
- Dieny, Fillah, Fitra, S. Gz., M.Si. (2014). *Permasalahan Gizi pada Remaja Putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dumont, M., & Provost, M. A. (1999). Resilience in adolescents : Protective role

- of social support, coping strategies, self-esteem, and social activities on experience of stress and depression. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(3), 343-363
- Dwitya, K. N., & Priyambodo, B. A. (2020). Hubungan Self-Compassion Dan Resiliensi Pada Ibu Dengan Anak Autisme. *Seminar Nasional Psikologi UM*, 221–229. <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/34>
- Elya, & Widayatno, A. (2022). Hubungan Tujuan Hidup Dan Resiliensi Pada Remaja Yang Kehilangan Orang Tua Karena Meninggal Mendadak. *Jurnal Flourishing*, 2(4), 298–314. <https://doi.org/10.17977/10.17977/>
- Fitriani, R. (2019). *Self compassion pasien daycare yang bekerja di rumah sakit jiwa*. 1–136. http://lib.unnes.ac.id/34990/1/1511414133_Optimized.pdf
- Gupta, N., & Kumar, S. (2015). Significant predictors for resilience among a sample of undergraduate students: Acceptance, forgiveness and gratitude. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 6(2), 188-191.
- Harjuna, R.T.B and Rinaldi (2022). Kontribusi Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Mahasiswa dengan Rentang Usia Remaja Pasca Kematian Orang Tua. *Journal of Psychology and Islamic Science*, 6(8.5.2017), 2003–2005.
- Hatari, S., & Setyawan, I. (2020). Hubungan Antara Self Compassion Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 7(1), 54–59. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20146>
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis, Sebuah Pengantar*. Prenandamedia Group : Jakarta
- Hermawati, Nisa. “Resiliensi Orang Tua Sunda yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus,” *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, Vol. 1 no. 1 (April, 2018), hal. 67-74.
- Hidayati, F. (2018). Penguatan Karakter Kasih Sayang “ Self Compassion ” Melalui Pelatihan Psikodrama. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Unissula*, 93–102.
- Hudria. (2021). Dampak Psikologis Kehilangan Orang Tua Pada Remaja (Studi Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Kota Jambi). *Skripsi UIN Sulthan Thaha Saifuddin*, 1–86.
- Indriyani, R. (2018). Hubungan Kualitas Hidup dan Kehilangan Pasangan Pada Lansia di Desa Beji Kecamatan Kedungbanteng Kabupaten Banyumas. *Skripsi*. Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah. Purwokerto
- Ilmi, A. F. (2022). Manajemen Resiliensi Remaja Pada Keluarga Single Parent dari Perceraian. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 267–274. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.192>
- Karinda, F. B. (2020). Belas kasih diri (self compassion) pada mahasiswa.

- Cognicia*, 8(2), 234–252. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.11288>
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2021). *Perlindungan Anak yang Kehilangan Orang Tua*. <https://kemensos.go.id/perlindungan-anak-yang-kehilangan-orangtua>. 13 Desember 2022.
- Kusuma, R.A.M.A. (2018). Pengaruh Self-Compassion Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri Di Jakarta. <http://repository.unj.ac.id/3234/>
- Maghfiroh, K. A. (2021). *Strategi Koping Religius Para Santri Berusia Remaja Dalam Menghadapi Kematian Orang Tua (Studi Kasus pada Pondok Pesantren Al-Isti' anah Tahun 2021)*. Skripsi. Program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri. Salatiga
- Masi, L. M. (2021). Analisis Kondisi Psikologis Anak dari Keluarga Tidak Utuh pada Siswa SMA PGRI Kupang. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran*, 7(1), 214. <https://doi.org/10.33394/jk.v7i1.2968>
- Massa, N., Rahman, M., & Napu, Y. (2020). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perilaku Sosial Anak. *Jambura Journal Community Empowerment*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.37411/jjce.v1i1.92>
- Munawaroh, E & Mashudi, E. A. (2018). *Resiliensi : Kemampuan Bertahan dalam Tekanan dan Bangkit dari Keterpurukan*. CV Pilar Nusantara. Jawa Tengah.
- Mundakir. (2009). Dampak Psikososial Akibat Bencana Lumpur Lapindo di Desa Pajarakan Kecamatan Jabon Sidoarjo. *Tesis*. Program Pasca Sarjana-Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
- Neff, K. D. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Notoadmojo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2021. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika.
- Oktaviani, M., & Cahyawulan, W. (2022). Hubungan antara Self Compassion dengan Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(2), 141–149. <https://doi.org/10.21009/insight.102.06>
- Pardede, J. A., Oktavia, N. A., Kristyaningsih, T., Megasari, A. L., Kusumawaty, I. K., Laksana, K., Solehudin. (2022). *Keperawatan Jiwa*. Get Press. Padang.
- Potter & Perry. (2005). *Fundamental of Nursing*. Vol 1 dan 2. Jakarta : EGC
- Prama. (2013). *Penyalahgunaan Narkotika dan Obat-Obatan*. DPC: Granat Surakarta

- Prastiwi, S. B. (2020). *Hubungan antara self compassion dengan subjective well-being pada calon tkw di semarang. Skripsi*. Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Prastya, D. A. P., Arifin, M., & Trisnawati, K. A. (2020). Tingkat Self Compassion Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi Pada Masa Social Distancing Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 9(1), 90–103.
- Pratiwi, I. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Resiliensi pada Remaja yang Mengalami Kehilangan Akibat Kematian Orang Tua. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Yogyakarta.
- Putra, P. K. (2016). Hubungan self-compassion dan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Repository Universitas Negeri Jakarta*. [http://repository.unj.ac.id/1470/9/Jurnal-Panji Kartika Putra.pdf](http://repository.unj.ac.id/1470/9/Jurnal-Panji%20Kartika%20Putra.pdf)
- Putranta, M. A. N. T. (2020). Dinamika Resiliensi Remaja Jawa Pasca Kematian Orang Tua. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.
- Puspasari, K. D. (2020). Program pengembangan optimisme pada remaja untuk meningkatkan resiliensi remaja dengan orangtua yang telah meninggal. In *Magister Psikologi Profesi* (Issue universitas Muhammadiyah Malang).
- Rahayu, P., Adelina, F., Kamal, S., Widayanto, W. N., & Hadi, C. (2019). Belas kasih diri (self-compassion) dan pengorbanan (altruism) pada suku Tengger. *Fenomena*, 28(1), 30–38. <https://doi.org/10.30996/fn.v28i1.2443>
- Rai, P. K., & Tiwari, G. K. (2019). Self-Compassion and Positive Mental Health. In S. Ojha, M. Asthna, & U. Ojha (Eds.), *Spirituality & health: Emerging issues* (pp. 175-201). New Delhi, India: Shree Publishers & Distributors.
- Ramadhan, R. F., & Ardias, W. S. (2019). *Konstrual diri (Self Construal) Remaja yang Mengalami Kematian Orang Tua*. April, 79–90.
- Rias, Y. A., Rinancy, H., Ratnasari, F., Agusthia, M., Ariantini, N.S., Alfianto, A.G., Nasution, N., Sirait, H.S., Sanon., Raharjo. U.D., Hadi, I. (2021). *Psikososial dan Budaya Dalam Keperawatan*. Media Sains Indonesia. Melong Asih Regency B40-Cijerah Kota Bandung-Jawa Barat.
- Rienneke, T. C., & Setianingrum, M. E. (2018). Hubungan antara Forgiveness dengan Kebahagiaan Pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 18–31. <https://doi.org/10.30996/persona.v7i1.1339>
- Rifai, & Sulastri, M, S., (1983). *Psikologi Perkembangan Remaja : Dari Segi Kehidupan Sosial*. PT Bina Aksara : Jakarta
- Riyanda, W. D. A. P., & Soesilo, A. (2018). Resiliensi Anak Tunggal yang Memiliki Orangtua Tunggal dengan Status Sosial Ekonomi Rendah. *Psycho*

Idea, 16(1), 59–73.

- Saputro, K.Z (2018). *Memahami ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*. Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama, 17 (1), 25.32.
- Sewasew, D., Braun-Lewenson, O., & Kassa, E. (2017). The contribution of guardian care and peer support for pshycological resilience among orphaned adolescents in Ethiopia. *Contemporary Social Science*, 12(3-4), 175-188.
- Seputro, A. A. (2022). *Teknik Grief Counseling Dalam Mengatasi Keduakaan Pada Remaja Yang Kehilangan Orang Tua*. 73–78.
- Sobana, R. M. (2018). Comparison of resilience between male and female orphan children. *International Journal of Research in Social Sciences*, 8(5), 438-448.
- Sonya, S.G (2021). *Self-Compassion dan Resiliensi Remaja dari Orang Tua Bercerai*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sucipto, C.D. 2021. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta. Gosyen Publishing.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Peneltian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sumarni, dkk, *Pelayanan Sosial Remaja Putus Sekolah*, (Malang: Intelegensi Media, 2020), hlm. 1.
- Triana, Y. (2019). Hubungan self-compassion dengan subjective well-being pada mahasiswa perantau. *Skripsi*, 16–118.
- Uliyah, M & Hidayat, A. A. (2021). *Keperawatan Dasar 2 untuk Pendidikan Vokasi*. Health Books Publishing.
- Ungar, Michael (2012). In *The Social Ecology of Resilience*. Springer New York Dordrecht Heidelberg London Library
- Unicef Data. (2021). *Monitoring The Situatin of Children and Women*. https://data.unicef.org/?s=orphan&is_v=1. 10 Desember 2022
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and Pshycometric evaluation of a Recilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178. https://sapibg.org/download/1054-wagnild_1993_resilience_scale_2.pdf
- Wahyuni, S. (2022). *Keperawatan Jiwa (Konsep Asuhan pada Diagnosa Keperawatan Jiwa)*. LovRinz Publishing. Jawa Barat.
- Willis, S. (2017). *Remaja & Masalahnya*, Cet. Ke-6, (Bandung: Alfabeta, 2017), h.1-2.
- Yuliani, S., Widiati, E., & Sari, S. P. (2018). Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Perilaku Bullying. *Jurnal Keperawatan BSI*, 6(1), 77–86. <https://ejauornal.bsi.ac.id/ejournal/index.php/jk/article/view/3756>
- Zahra, E. Y. (2022). *Hubungan Antara Self-Compassion Dengan Resiliensi Pada*

Remaja Orangtua Bercerai. Skripsi. Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan. Lampung.

Zhou, X., Wu, X., & Zhen, R. (2017). Understanding the relationship between social support and posttraumatic stress disorder/posttraumatic growth among adolescents after Ya'an earthquake: The role of emotion regulation. *Psychological trauma: theory, research, practice, and policy*, 9(2), 214.

LAMPIRAN

Lampiran 1

SURAT KESEDIAAN PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada :

Yth. Bapak/Ibu/Saudara/i

di- Sekolah

Kecamatan

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi :

Nama :

NIM :

Akan melakukan penelitian tentang “.....”
.....”

maka saya mengharapkan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan responden pada penelitian ini.

Partisipasi Bapak/Ibu/Saudara/i bersifat bebas tanpa adanya sanksi apapun. Semua informasi dan data pribadi Bapak/Ibu/i atas penelitian ini tetap dirahasiakan oleh peneliti.

Jika Bapak/Ibu/Saudara/i bersedia menjadi responden dalam penelitian kami mohon untuk menandatangani persetujuan menjadi peserta penelitian. Demikian permohonan saya, atas kerjasama dan perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Jember,2023

Peneliti,

(Nama Peneliti)

NIM.

*Lampiran 2***PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi yang tertanda di bawah ini :

Nama :

NIM :

Judul :

.....

Saya telah mendapatkan informasi tentang penelitian tersebut dan mengerti tujuan dari penelitian tersebut, demikian pula kemungkinan manfaat dan resiko dari keikutsertaan saya. Saya telah mendapatkan kesempatan untuk bertanya dan seluruh pertanyaan saya telah dijawab dengan cara yang saya mengerti.

Saya mengerti bahwa keikutsertaan saya ini adalah suka rela dan saya bebas untuk berhenti setiap saat, tanpa memberikan alasan apapun. Dengan menandatangani formulir ini, saya juga menjamin bahwa informasi yang saya berikan adalah benar.

Jember,2023

Responden,
(Nama Responden)

*Lampiran 3***TRANSKRIP WAWANCARA STUDI PENDAHULUAN
(RESPONDEN)**

1. Nama ? Usia?
2. Status ?
3. Apakah pendidikan merupakan suatu hal yang penting?
4. Apakah memiliki teman dekat? Apakah ada tempat untuk bercerita saat memiliki masalah?
5. Apakah diperlakukan dengan adil oleh lingkungan?
6. Apakah memiliki banyak kesempatan untuk mempelajari banyak hal?
7. Apakah merasa didukung oleh orang terdekat?
8. Apakah menganggap dirinya orang yang kuat?
9. Apakah bangga dengan pencapaian yang diraih?
10. Apakah dapat mengatasi masalah secara positif?
11. Apakah keluarga sangat memperhatikan?
12. Apakah menerima segala kekurangan?
13. Apakah bersikap baik terhadap diri sendiri saat mengalami penderitaan?
14. Apakah cenderung merasa sendiri?
15. Disaat yang sulit, apakah cenderung bersikap keras pada diri sendiri?

*Lampiran 4***ANGKET**

Form Biodata Responden

Nama (Inisial) :

Usia :

Jenis Kelamin :

Status :

Petunjuk

1. Bacalah dengan baik setiap pernyataan yang disertai dengan jawaban yang tersedia.
2. Pilihlah pilihan jawaban yang menurut Anda sesuai dengan pikiran dan pengalaman Anda, kemudian berilah tanda (✓) pada tempat yang telah disediakan disebelah kanan. Keterangan jawaban tersebut adalah :

1 = Hampir Tidak Pernah (HTP)

2 = Jarang (J)

3 = Kadang-Kadang (K)

4 = Sering (S)

5 = Hampir Selalu (HS)

Skala Self-Compassion

No	Pernyataan	HTP (1)	J (2)	K (3)	S (4)	HS (5)
1.	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya					
2.	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah					
3.	Ketika hal-hal buruk terjadi pada					

	saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian hidup yang dilewati semua orang					
4.	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia					
5.	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional					
6.	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu					
7.	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya					
8.	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya					
9.	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil					
10.	Ketika saya merasa merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang					
11.	Saya tidak toleran dan tidak sabar					

	terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					
12.	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan					
13.	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya					
14.	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang					
15.	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya					
16.	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya					
17.	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar					
18.	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup					
19.	Saya baik terhadap diri saya saat					

	mengalami penderitaan					
20.	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan					
21.	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan					
22.	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan					
23.	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya					
24.	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan hal tersebut					
25.	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut					
26.	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					

Sumber : Sugianto, D., Suwartono, S.H. (2020).

Skala Resiliensi

Petunjuk

1. Bacalah dengan baik setiap pernyataan yang disertai dengan jawaban yang tersedia.
2. Pilihlah pilihan jawaban yang menurut Anda sesuai dengan pikiran dan pengalaman Anda, kemudian berilah tanda (✓) pada tempat yang telah disediakan disebelah kanan. Keterangan jawaban tersebut adalah :

1 = Tidak Sama Sekali

2 = Jarang

3 = Kadang-Kadang

4 = Agak Sering

5 = Sering

No	Pernyataan	TSS (1)	J (2)	K (3)	AS (4)	S (5)
1.	Saya akur dengan orang-orang di sekitar saya					
2.	Mendapatkan pendidikan adalah penting bagi saya					
3.	Saya tahu bagaimana harus berperilaku dalam berbagai situasi yang berbeda (seperti di sekolah, di rumah, dan tempat ibadah seperti masjid, gereja)					
4.	Orang tua / pengasuh saya sangat memperhatikan saya					
5.	Orang tua / pengasuh saya mengetahui banyak hal mengenai saya (sebagai contoh, siapa teman-					

	teman saya, apa yang saya sukai)					
6.	Ketika saya lapar, tersedia cukup makanan untuk saya makan					
7.	Orang-orang senang menghabiskan waktu bersama saya					
8.	Saya berbicara kepada keluarga / pengasuh saya mengenai perasaan saya (sebagai contoh, ketika saya sedang sedih atau sakit hati)					
9.	Saya merasa didukung oleh teman-teman saya					
10.	Saya merasa menjadi bagian dari sekolah saya					
11.	Keluarga / pengasuh saya peduli terhadap saya ketika saya berada dalam masa-masa sulit (sebagai contoh, ketika saya sakit atau telah melakukan suatu kesalahan)					
12.	Teman-teman saya peduli terhadap saya ketika saya berada dalam masa-masa sulit (sebagai contoh, ketika saya sakit atau telah melakukan suatu kesalahan)					
13.	Saya diperlakukan dengan adil di lingkungan saya					
14.	Saya memiliki banyak kesempatan untuk menunjukkan kepada orang lain bahwa saya tumbuh menjadi lebih besar dan dapat melakukan banyak hal sendirian					

15.	Saya merasa aman ketika saya bersama keluarga / pengasuh saya					
16.	Saya memiliki banyak kesempatan untuk mempelajari banyak hal yang akan berguna ketika saya dewasa nanti (seperti memasak, bekerja, dan menolong orang lain)					
17.	Saya menyukai cara keluarga / pengasuh saya merayakan berbagai hal (seperti liburan atau belajar mengenai budaya saya)					

Sumber : Borualogo, I.S., & Jefferies, P. (2019).

Lampiran 5



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,
E_mail : fikes@uds.ac.id Website: <http://www.uds.ac.id>

Nomor : 4149/FIKES-UDS/U/XII/2022
Sifat : Penting
Perihal : Permohonan Studi Pendahuluan

Kepada Yth.
Bapak/ Ibu Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Balung
Di

TEMPAT

Assalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Teriring doa semoga kita sekalian selalu mendapatkan lindungan dari Allah SWT dan sukses dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan adanya kegiatan akademik berupa penyusunan Skripsi sebagai syarat akhir menyelesaikan Pendidikan Tinggi Universitas dr. Soebandi Jember Fakultas Ilmu Kesehatan., dengan ini mohon bantuan untuk melakukan ijin penelitian serta mendapatkan informasi data yang dibutuhkan, adapun nama mahasiswa :

Nama : RIFKI RIFATUL HIKMAH
Nim : 19010128
Program Studi : S1 Keperawatan
Waktu : Bulan Desember 2022
Lokasi : SMP NEGERI 2 BALUNG
Judul : HUBUNGAN SELF COMPASSION DENGAN RESILIENSI PADA
REMAJA YANG KEHILANGAN ORANG TUA AKIBAT
KEMATIAN

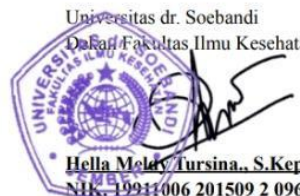
Untuk dapat melakukan Studi Pendahuluan pada lahan atau tempat penelitian guna penyusunan dari penyelesaian Tugas Akhir.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, disampaikan terima kasih.

Wassalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Jember, 22 Desember 2022

Universitas dr. Soebandi
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,


Hella Melly Tursina., S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 19911006 201509 2 096

Lampiran 6 (Lembar Uji Etik Penelitian)



KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL "ETHICAL APPROVAL"

No.135/KEPK/UDS/IV/2023

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Rifki Rifatul Hikmah
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas dr. Soebandi
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Self-Compassion dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian"

"The Relationship between Self-Defense and Resilience in Adolescents Who Lost Parents Due to Death"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 18 April 2023 sampai dengan tanggal 18 April 2024.

This declaration of ethics applies during the period April 18, 2023 until April 18, 2024.



April 18, 2023
Professor and Chairperson,



Rizki Fitrianingtyas, SST, MM, M.Keb

Lampiran 7 (Surat Perijinan Badan Kesatuan Bangsa dan Politik)



PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jalan Letjen S Parman No. 89 Telp. 337853 Jember

Kepada
Yth. Sdr. Kepala Dinas Pendidikan
Kabupaten Jember

di -
Jember

SURAT REKOMENDASI
Nomor : 074/1339/415/2023

Tentang
PENELITIAN

Dasar	: 1. Permendagri RI Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Permendagri RI Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian 2. Peraturan Bupati Jember No. 46 Tahun 2014 tentang Pedoman Penerbitan Surat Rekomendasi Penelitian Kabupaten Jember
Memperhatikan	: Surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr.Soebandi Jember, 02 Mei 2023, Nomor: 2048/FIKES-UDS/U/IV/2023, Perihal: Permohonan Ijin Penelitian

MEREKOMENDASIKAN

Nama	: RIFKI RIFATUL HIKMAH
NIM	: 19010128
Daftar Tim	: -
Instansi	: Universitas dr.Soebandi / Ilmu Kesehatan / S1 Ilmu Keperawatan
Alamat	: Jl. DR. Soebandi No.99, Cangkring, Patrang, Kec. Patrang, Kabupaten Jember / Ilmu Kesehatan / Ilmu Keperawatan
Keperluan	: Melaksanakan kegiatan penelitian <i>dengan judul/terkait</i> Hubungan Self-Compassion dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian
Lokasi	: SMP Negeri 2 Balung
Waktu Kegiatan	: 08 Mei 2023 s/d 08 Juni 2023

Apabila tidak bertentangan dengan kewenangan dan ketentuan yang berlaku, diharapkan Saudara memberi bantuan tempat dan atau data seperlunya untuk kegiatan dimaksud.

1. Kegiatan dimaksud benar-benar untuk kepentingan Pendidikan.
2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.
3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian kegiatan.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Ditetapkan di : Jember
Tanggal : 02 Mei 2023
KEPALA BAKESBANG DAN POLITIK
KABUPATEN JEMBER
Ditandatangani secara elektronik



j-krep.jemberkab.go.id

Dr. H. EDY BUDI SUSILO, M.Si
Pembina Utama Muda
NIP. 19681214 198809 1 001

<https://j-krep.jemberkab.go.id>

1/1

Lampiran 8 (Surat Perijinan Dinas Pendidikan)



**PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER
DINAS PENDIDIKAN**

Jl Dr. Subandi No. 29 Kotak Pos 181 Telp. (0331) 487028 Fax. 421152 Kode Pos 68118

JEMBER

REKOMENDASI

Nomor : 074/1507/1310/2023

**TENTANG
IJIN PENELITIAN**

Dasar : Surat Rekomendasi dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kabupaten Jember nomor : 074/1339/415/2023, tanggal , 02 Mei 2023.

MENGIJINKAN :

Nama : RIFKI RIFATUL HIKMAH
NIM/NIP : 19010128
Alamat : Jln. Dr Soebandi No. 99 jember
Instansi : Universitas dr. Soebandi Ilmu Kesehatan dan SI Ilmu Keperawatan
Keperluan : Melaksanakan Ijin Penelitian dengan Judul “, Hubungan Self –
Compassion dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang
Tua Akibat kematian di SMP Negeri Kecamatan Balung , Kabupaten
Jember,”

Yang akan dilaksanakan pada :

Waktu : 08 Mei s.d. 08 Juni 2023

Tempat : di SMP Negeri 02 Kecamatan Balung , Kabupaten Jember

DENGAN CATATAN :

1. Penelitian ini benar – benar untuk kepentingan Pendidikan
2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.
3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian Kegiatan.
4. Tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar di Sekolah.

Demikian surat ijin ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Jember

Tanggal : 04 Mei 2023

a.n. KEPALA DINAS PENDIDIKAN



Tembusan ; Yth
1. Kepala Dinas Pendidikan sebagai Laporan

ISMAIL
Penata Tk.I
Nip. 19660925 1992 1 007

Lampiran 9 (Hasil Tabulasi Variabel *Self-Compassion*)

No	Responden	JK	STATUS	Self-Compassion																										Jumlah
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
1	R1	1	1	3	2	3	4	4	2	4	5	5	4	3	2	2	1	1	4	4	2	3	1	5	3	1	4	5	2	79
2	R2	1	1	5	4	2	5	3	4	4	1	4	4	4	5	1	4	1	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	93
3	R3	1	1	5	4	2	5	3	4	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	5	3	81
4	R4	1	2	3	5	5	5	3	3	5	3	4	4	4	4	4	5	3	3	4	5	1	2	4	5	4	5	4	4	101
5	R5	1	1	3	5	5	5	3	4	2	2	2	5	5	2	4	3	2	4	3	4	5	4	5	2	3	4	1	2	89
6	R6	1	1	4	3	3	4	2	3	2	2	4	4	4	5	1	4	4	2	4	2	2	3	4	4	2	3	3	2	80
7	R7	1	1	5	1	5	1	3	1	5	1	2	5	1	2	1	4	4	2	3	1	2	4	2	4	1	5	2	2	69
8	R8	1	1	5	3	4	4	5	4	5	5	5	4	2	4	1	2	4	4	3	2	1	5	5	1	2	5	2	4	91
9	R9	1	1	5	1	1	5	1	3	4	1	5	4	1	4	3	3	5	5	5	3	4	5	4	5	4	5	1	4	91
10	R10	1	1	5	3	1	4	4	1	5	3	5	2	5	5	1	3	3	2	3	2	3	5	2	3	3	2	2	3	80
11	R11	1	2	4	3	4	2	1	2	4	3	4	4	5	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	5	5	4	89
12	R12	1	1	3	5	1	1	4	5	3	2	5	4	3	4	1	4	4	4	5	1	2	1	2	4	3	2	1	5	79
13	R13	1	1	3	5	1	1	4	5	3	2	5	4	3	4	1	4	4	4	5	1	2	1	2	4	3	2	1	5	79
14	R14	1	3	3	4	4	1	1	4	1	3	1	3	2	2	1	4	2	2	2	3	5	5	4	4	3	5	2	2	73
15	R15	1	1	5	1	1	5	2	5	1	1	4	5	2	5	1	5	3	5	5	3	4	5	1	3	4	5	3	1	85
16	R16	1	1	5	3	1	5	5	4	4	5	2	3	5	3	3	2	1	4	2	2	3	5	5	2	4	5	5	5	93
17	R17	1	1	5	5	1	5	3	5	1	1	2	3	4	4	4	3	4	5	4	4	5	5	3	3	4	5	3	5	96
18	R18	1	1	5	5	1	4	4	4	4	5	4	1	5	3	4	1	2	4	5	4	4	5	5	5	4	3	5	1	97
19	R19	1	1	2	2	4	2	4	2	4	5	4	3	5	2	2	4	1	5	1	5	2	5	5	3	2	5	5	2	86
20	R20	1	1	4	5	3	2	1	3	5	5	2	4	5	3	4	5	2	5	2	3	1	5	1	4	1	4	1	3	83
21	R21	1	2	4	2	3	1	3	2	5	5	2	4	3	4	4	5	5	4	3	4	4	3	2	2	3	5	4	5	91

22	R22	1	3	5	3	2	2	5	4	3	5	4	2	1	3	5	4	5	3	2	5	4	1	4	3	1	4	3	1	84
23	R23	1	2	4	3	1	3	1	4	3	4	3	1	5	4	4	3	1	4	3	5	2	3	4	1	2	5	5	3	81
24	R24	1	2	4	5	4	3	2	3	2	3	3	1	2	4	5	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	2	3	3	83
25	R25	1	1	4	1	3	2	4	4	2	5	5	2	3	4	2	5	1	1	2	2	2	1	5	2	4	3	5	1	75
26	R26	1	1	5	5	1	4	1	4	4	5	2	2	5	2	4	1	1	4	4	2	2	3	5	1	2	5	5	1	80
27	R27	1	1	5	5	1	5	1	4	2	2	5	2	5	3	5	1	1	5	2	5	2	5	5	2	2	5	1	3	84
28	R28	2	2	3	4	2	3	4	1	4	4	3	4	3	5	1	2	3	2	2	1	5	2	3	1	3	2	1	4	72
29	R29	2	1	2	3	3	1	2	4	2	1	5	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	63
30	R30	2	1	2	3	4	1	2	1	4	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	68
31	R31	2	1	1	4	2	5	4	1	4	2	5	1	4	4	2	5	4	2	3	2	4	2	2	2	4	4	5	4	82
32	R32	2	1	1	4	2	5	4	1	4	2	5	1	4	4	2	5	4	2	3	2	4	2	2	2	4	4	5	4	82
33	R33	2	1	3	2	3	4	4	1	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	2	3	3	2	2	3	2	4	2	3	78
34	R34	2	1	4	3	2	2	4	2	4	5	4	4	1	4	2	5	4	3	2	2	2	2	2	4	5	4	3	4	83
35	R35	2	1	1	1	3	1	3	2	3	1	3	2	3	3	1	3	3	2	2	2	4	2	1	2	2	2	2	2	56
36	R36	2	2	1	4	2	5	4	1	4	2	5	1	4	4	2	5	4	2	3	2	4	2	2	2	4	4	5	4	82
37	R37	2	1	5	4	5	4	5	5	3	5	4	3	5	3	3	5	2	3	2	3	2	2	4	2	4	5	3	4	95
38	R38	2	1	1	4	2	5	4	1	4	2	5	1	4	4	2	5	4	2	3	2	4	2	2	2	4	4	5	4	82
39	R39	2	1	3	2	3	2	4	5	4	2	5	4	3	1	1	3	1	1	5	1	1	1	1	1	5	5	5	5	74
40	R40	2	1	3	4	3	1	5	1	3	1	5	5	4	4	1	2	4	3	5	1	5	2	5	3	2	2	1	2	77
41	R41	2	1	4	5	3	2	5	3	2	2	4	3	2	5	2	5	2	2	1	4	5	1	5	4	4	1	1	5	82
42	R42	2	1	3	5	1	4	5	3	5	5	3	4	2	5	1	3	3	3	4	1	1	1	4	1	1	1	4	4	77
43	R43	2	1	3	4	4	3	5	2	3	2	2	3	2	5	1	4	3	1	3	1	4	2	4	2	1	1	1	3	69
44	R44	2	1	4	5	4	2	2	5	5	2	2	4	5	4	5	1	5	5	4	5	1	2	5	2	2	1	5	3	90
45	R45	2	1	4	4	3	2	5	2	1	2	4	3	5	4	2	1	4	2	3	2	4	5	5	5	5	5	1	5	88
46	R46	2	1	2	3	3	1	2	2	2	2	5	3	2	2	1	4	3	1	3	2	2	1	1	4	3	5	2	3	64

47	R47	2	2	3	5	2	5	4	2	2	5	3	3	5	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	3	5	5	5	2	93
48	R48	2	1	3	5	2	5	4	4	4	5	3	3	5	3	4	3	4	2	4	4	4	3	4	2	3	5	4	2	94
49	R49	2	2	3	4	4	3	3	1	4	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	2	3	2	3	3	4	4	2	4	77
50	R50	2	1	5	4	5	2	5	4	3	5	4	5	4	4	2	2	2	4	4	4	5	2	2	5	4	5	1	5	97
51	R51	2	1	5	4	5	2	5	2	5	3	3	5	4	4	1	4	4	1	4	2	5	2	2	5	4	1	1	3	86
52	R52	2	1	5	4	5	2	5	4	3	4	3	2	5	4	1	3	2	4	4	3	4	2	3	2	4	4	2	4	88
53	R53	2	1	5	4	5	2	5	4	3	4	3	2	5	4	1	3	2	3	4	3	4	2	3	2	4	4	2	4	87
54	R54	2	3	2	2	2	5	3	2	1	1	4	1	3	4	1	1	2	1	2	1	3	2	2	2	3	1	1	3	55
55	R55	2	1	3	1	2	4	2	2	2	1	5	3	2	5	1	1	3	1	2	2	2	1	1	4	1	1	1	3	56
56	R56	2	1	2	2	3	2	4	1	2	1	3	3	2	2	1	3	2	2	3	1	4	1	1	5	3	2	1	1	57
57	R57	2	1	3	4	2	2	3	1	1	1	3	1	2	2	1	3	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1	2	3	52
58	R58	2	2	3	4	2	2	3	1	1	3	3	4	2	1	1	1	2	3	2	5	4	3	2	4	2	3	2	2	65
59	R59	2	1	4	3	5	2	3	2	2	2	4	3	2	2	1	3	4	2	4	2	4	2	4	3	4	1	1	1	70

Lampiran 10 (Hasil Tabulasi Variabel Resiliensi)

No	Responden	JK	Status	Resiliensi																	Jumlah
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
1	R1	1	1	3	2	5	4	5	2	3	1	1	3	5	3	3	2	3	5	5	55
2	R2	1	1	5	5	4	5	4	5	4	3	4	5	5	4	5	5	5	5	5	78
3	R3	1	1	4	5	1	2	3	2	4	2	3	1	3	1	3	1	4	1	2	42
4	R4	1	2	5	5	4	5	3	5	2	4	3	5	5	4	2	2	5	2	3	64
5	R5	1	1	5	3	5	2	3	3	5	4	4	1	2	3	5	5	2	2	5	59
6	R6	1	1	3	2	2	5	4	4	5	2	3	2	5	4	2	5	2	4	3	57
7	R7	1	1	3	5	5	5	5	4	5	1	3	3	5	5	3	5	5	5	5	72
8	R8	1	1	4	5	1	5	5	5	4	1	4	3	5	4	4	1	5	5	4	65
9	R9	1	1	5	5	5	5	5	5	5	2	3	4	5	4	5	5	5	5	5	78
10	R10	1	1	5	5	5	5	2	4	3	1	2	3	5	4	5	4	5	4	3	65
11	R11	1	2	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	79
12	R12	1	1	5	5	5	5	3	5	2	3	3	5	5	5	5	5	5	5	4	75
13	R13	1	1	5	4	1	3	4	5	3	5	4	3	5	5	4	3	5	2	2	63
14	R14	1	3	5	5	3	4	1	2	4	1	5	3	2	4	2	2	4	1	4	52
15	R15	1	1	5	5	5	5	5	5	5	1	4	3	5	4	2	5	5	5	5	74
16	R16	1	1	4	5	3	5	3	5	4	2	4	2	3	4	2	4	5	5	3	63
17	R17	1	1	4	5	5	5	3	5	4	1	3	3	5	4	4	5	5	5	5	71
18	R18	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	84
19	R19	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	3	5	5	5	79
20	R20	1	1	4	2	1	5	3	5	2	5	5	1	3	5	1	4	4	1	5	56
21	R21	1	2	3	3	1	3	2	5	2	2	3	2	5	1	4	1	4	2	2	45

22	R22	1	3	5	3	2	4	1	5	5	4	2	1	3	5	4	5	4	2	3	58
23	R23	1	2	5	5	4	5	2	5	3	1	2	1	3	1	2	2	4	3	4	52
24	R24	1	2	4	5	5	5	5	5	2	1	4	3	5	5	4	5	3	5	3	69
25	R25	1	1	5	4	2	5	3	2	1	4	3	2	5	1	3	5	2	1	5	53
26	R26	1	1	5	5	5	5	5	5	2	1	5	5	5	5	4	5	5	5	4	76
27	R27	1	1	5	4	5	5	5	5	5	5	2	1	5	1	5	5	5	5	5	73
28	R28	2	2	3	5	5	3	4	5	3	1	2	1	5	3	4	5	5	5	2	61
29	R29	2	1	3	4	5	2	2	3	4	1	3	4	3	3	3	4	3	5	2	54
30	R30	2	1	3	4	5	4	2	4	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	2	54
31	R31	2	1	3	5	5	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	77
32	R32	2	1	4	5	5	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	78
33	R33	2	1	4	4	3	5	4	5	2	2	4	4	4	2	2	3	4	4	4	60
34	R34	2	1	4	5	5	5	5	5	4	1	1	4	5	4	5	5	5	5	5	73
35	R35	2	1	3	4	3	5	4	4	3	3	2	3	5	2	2	3	4	3	3	56
36	R36	2	2	3	5	5	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	77
37	R37	2	1	5	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	3	5	5	5	5	79
38	R38	2	1	3	5	5	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	77
39	R39	2	1	5	5	5	3	3	4	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	1	43
40	R40	2	1	5	5	5	5	4	2	1	1	2	5	2	2	1	5	2	3	1	51
41	R41	2	1	4	5	5	5	5	5	3	1	5	5	5	5	5	5	3	5	5	76
42	R42	2	1	4	2	5	1	1	4	2	1	4	4	4	2	1	4	1	4	4	48
43	R43	2	1	5	4	5	3	4	2	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	2	60
44	R44	2	1	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	2	5	80
45	R45	2	1	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	81
46	R46	2	1	5	5	4	2	1	5	2	1	5	2	2	5	2	3	2	4	2	52

47	R47	2	2	4	5	3	2	3	5	2	5	2	2	5	3	3	4	5	3	2	58
48	R48	2	1	4	5	3	2	3	5	2	2	2	2	5	3	3	4	5	3	2	55
49	R49	2	2	4	3	5	4	2	5	5	1	2	3	5	4	3	4	5	5	2	62
50	R50	2	1	5	5	5	5	5	5	4	2	5	3	5	5	5	5	5	5	3	77
51	R51	2	1	5	5	5	5	5	5	4	2	5	3	5	5	5	5	5	5	3	77
52	R52	2	1	5	5	5	5	5	4	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	4	80
53	R53	2	1	5	5	5	5	5	4	5	3	5	5	5	5	4	5	5	5	4	80
54	R54	2	3	3	5	4	1	1	3	2	1	5	3	1	5	3	4	1	5	1	48
55	R55	2	1	3	3	5	3	4	4	2	1	2	3	5	3	2	3	5	4	2	54
56	R56	2	1	3	3	3	2	1	3	2	2	2	3	1	3	2	3	2	3	2	40
57	R57	2	1	5	3	3	4	1	2	2	3	2	3	1	3	4	4	2	4	2	48
58	R58	2	2	5	5	4	2	3	1	2	3	1	2	3	4	2	1	3	2	3	46
59	R59	2	1	4	3	5	3	4	2	1	1	1	3	2	1	4	5	2	3	1	45

Lampiran 11 (Hasil Output Karakteristik Responden)

USIA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12 Tahun	8	13,6	13,6	13,6
	13 Tahun	15	25,4	25,4	39,0
	14 Tahun	13	22,0	22,0	61,0
	15 Tahun	23	39,0	39,0	100,0
	Total	59	100,0	100,0	

STATUS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Yatim	46	78,0	78,0	78,0
	Piatu	10	16,9	16,9	94,9
	Yatim Piatu	3	5,1	5,1	100,0
	Total	59	100,0	100,0	

JENIS KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	27	45,8	45,8	45,8
	Perempuan	32	54,2	54,2	100,0
	Total	59	100,0	100,0	

Lampiran 12 (Hasil Output Kategorisasi Subjek Variabel *Self-Compassion* Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Orang Tua Meninggal)

USIA

		x1.12th	x2.13th	x3.14th	x4.15th
N	Valid	8	15	13	23
	Missing	15	8	10	0
Mean		77,88	80,27	76,46	82,52

JENIS KELAMIN

		laki	perempuan
N	Valid	27	32
	Missing	5	0
Mean		84,37	76,28

ORANG TUA MENINGGAL

Statistics

		AYAH	IBU	KEDUANYA
N	Valid	46	10	3
	Missing	0	36	43
Mean		83,40	80,15	70,67

Lampiran 13 (Hasil Output Kategorisasi Subjek Variabel Resiliensi Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Orang Tua Meninggal)

USIA

		Statistics			
		Y12th	Y13th	Y14th	Y15th
N	Valid	8	15	13	23
	Missing	38	31	33	23
Mean		65,38	64,4667	63,4615	63,0000

JENIS KELAMIN

		Statistics	
		LK	PR
N	Valid	27	32
	Missing	19	14
Mean		65,07	62,72

ORANG TUA MENINGGAL

		Statistics		
		Y.AYAH	Y.IBU	Y.KEDUANYA
N	Valid	46	10	3
	Missing	0	36	43
Mean		65,07	61,30	52,67

Lampiran 14 (Hasil Output Hubungan *Self-Compassion* dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian)

Correlations			JUMLAH	TOTAL
Spearman's rho	JUMLAH	Correlation Coefficient	1,000	,613**
		Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	59	59
	TOTAL	Correlation Coefficient	,613**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	59	59

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 15 (Dokumentasi Penelitian)

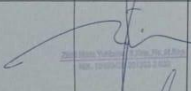
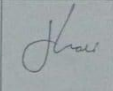
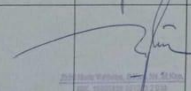
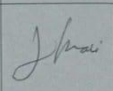


Lampiran 16 (Lembar Konsultasi Skripsi)

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
Jl. Dr. Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax (0331) 483536,
E-mail : info@uad.ac.id Website : <http://www.uad.ac.id>

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI Ilmu Kesehatan
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : RIFKI RIFATUL HIKMAH
NIM : 19010128
Judul : Hubungan Self-Compassion dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kemabaran

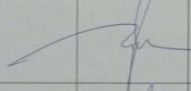
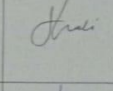
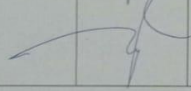
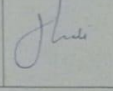
No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
1.	29 November 2022	Konsul Judul		1.	21 November 2022	Konsul Judul	
2.	5 Desember 2022	Konsul Judul		2.	29 November 2022	Konsul Judul	

CS Dipindai dengan CamScanner

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
Jl. Dr. Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax (0331) 483536,
E-mail : info@uad.ac.id Website : <http://www.uad.ac.id>

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI Ilmu Kesehatan
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : RIFKI RIFATUL HIKMAH
NIM : 19010128
Judul : Hubungan Self-Compassion Dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kemabaran

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
3.	12 Desember 2022	ACC Judul		3.	12 Desember 2022	ACC Judul	
4.	20 Desember 2022	Konsul BAB 1		4.	21 Desember 2022	Konsul BAB 1	

CS Dipindai dengan CamScanner

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536,
E-mail: info@uds.ac.id Website: http://www.uds.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : RIFKI RIFATUL HIKMAH
NIM : 19010128
Judul : Hubungan self-compassion dengan Realisasi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian

No	Tanggal	Materi yang Dikonsultasikan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsultasikan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
5.	2 Februari 2023	Konsul BAB I, Pembahasan dan jelaskan secara detail pokok yang memengaruhi self-compassion dan realisasi Konsul BAB II		5.	Selasa, 27 Desember 2022	Konsul BAB II dan III Lanjut BAB IV	
6.	6 Februari 2023	Konsul BAB III dan IV		6.	2 Februari 2023	Konsul BAB III dan IV	

CS Dipindai dengan CamScanner

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536,
E-mail: info@uds.ac.id Website: http://www.uds.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : RIFKI RIFATUL HIKMAH
NIM : 19010128
Judul : Hubungan self-compassion dengan Realisasi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kematian

No	Tanggal	Materi yang Dikonsultasikan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsultasikan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
7.	9 Februari 2023	Revisi BAB II dan IV		7.	8 Februari 2023	Revisi BAB III dan IV	
8.	10 Februari 2023	Acc. sepag		8.	10 Februari 2023	Acc. sampun	

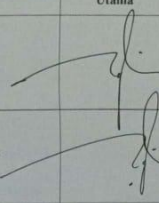
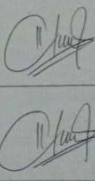
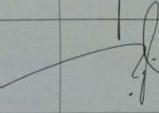
CS Dipindai dengan CamScanner



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
 Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536,
 E_mail : info@soeb.ac.id, Website : <http://www.soeb.ac.id>

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI.....
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : RIFKI RIFATUL HIKMAH
 NIM : 19010128
 Judul : Hubungan Self-Compassion dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kemiskinan

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
9.	31 Mei 2023	Konsul Bab 5		9.	31 Mei 2023	Konsul Bab 5	
10.	2 Juni 2023	Revisi Bab 5		10	2 Juni 2023	Revisi Bab 5	

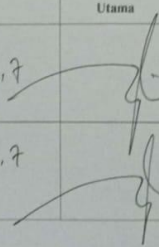
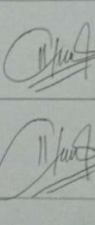
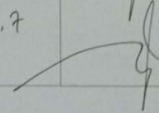
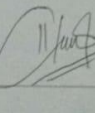
CS Dipindai dengan CamScanner



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
 Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax: (0331) 483536,
 E_mail : info@soeb.ac.id, Website : <http://www.soeb.ac.id>

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI.....
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : RIFKI RIFATUL HIKMAH
 NIM : 19010128
 Judul : Hubungan Self-Compassion dengan Resiliensi pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua Akibat Kemiskinan

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
11.	5 Juni 2023	Konsul Bab 6,7		11.	5 Juni 2023	Konsul Bab 6,7	
12.	13 Juni 2023	Revisi Bab 6,7 Ace Semhar		12.	13 Juni 2023	Revisi Bab 6,7 Ace Semhar	

CS Dipindai dengan CamScanner