

lagi tinggal bersama mereka. Subjek B mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu yang tidak lepas dari kuasa Allah SWT. Subjek dalam memandang segala sesuatu dengan mengingat Allah dan ajaran agama

Gambaran *self compassion* subjek C, Subjek C yang mengalami perpisahan orang tuanya tidak lantas melakukan hal-hal negatif guna mengatasi afek negatif yang ia rasakan seperti bergaul dengan teman-temannya, membaca komik, menggambar dan membuat komik. subjek berusaha sabar dan tetap hormat pada ayah tirinya dengan tetap bersikap baik sesuai keinginan ayahnya dan tidak melawan. Subjek C memandang bahwa tidak ada yang kebetulan di dunia ini dan semua telah diatur oleh Allah.

2) **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Compassion***

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *self compassion* pada ketiga subjek yakni lingkungan dan usia. Lingkungan berperan dalam mengembangkan *self compassion* terlihat pada subjek A yang mengaku merasakan hal yang lebih baik ketika berada di lingkungan yang berbeda dari lingkungan keluarganya yang membuatnya tertekan selain itu peran keluarga seperti saudara yang mau mengerti dirinya menjadi pendukung berkembangnya *self compassion* pada dirinya. Begitu pula dengan subjek B yang merasa menjadi pribadi yang lebih baik dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya termasuk perceraian keluarganya ketika ia berada di lingkungan baru yang

