HUBUNGAN ANTARA *ATTACHMENT* DENGAN *SELF COMPASSION* PADA REMAJA AWAL

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi (S. Psi)

Disusun Oleh

Fita Dwi Choiroh J91214107

PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA

2018

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Hubungan Antara *Attachment* Dengan *Sel Compassion* Pada Remaja Awal" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di acu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 12 Oktober 2018

METERAI TEMPEL
8647DAFF411091534
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Fita Dwi Choiroh

HALAMAN PERSETUJUAN

Ujian Skripsi Tahap II

Hubungan Antara *Attachment* Dengan *Self compassion* Pada Remaja Awal

Oleh

Fita Dwi Choiroh
J91214107

Telah Disetujui untuk Diajukan pada Ujian Skripsi Tahap II

Surabaya, 11 Oktober 2018

Dr. Suryani, S. Ag., S. Psi., M.Si
NIP. 197708122005012004

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *ATTACHMENT* DENGAN *SELF COMPASSION* PADA REMAJA AWAL

Yang disusun oleh:

FITA DWI CHOIROH
J91214107

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 9 November 2018

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Prof. Dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M. Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji

Penguji I Pembimbing

Dr. Suryani. S. Ag, S. Psi, M.Si
NIP. 197708122005012004

Penguji II

Dra. St. Nizah Rahayu, M.Si
NIP. 195510071986032001

Penguji III

Tatik Mukhoyyaroh, S. Psi, M.Si
NIP. 197605112009122002

Penguji IV

Nailatin Fauziyah, S. Psi, M.Si
NIP. 197406122007102006

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : FITA DWI CHOIROH
NIM : J91214107
Fakultas/Jurusan : PSIKOLOGI & KESEHATAN / PSIKOLOGI
E-mail address : upik277@yahoo.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA ATTACHMENT DENGAN SELF COMPASSION PADA REMAJA AWAL

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 15 November 2018

Penulis

(FITA DWI CHOIROH)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine whether there is a correlation the role of parent with the self compassion in early adolescence. This research is a quantitative research with correlation model. This data collection technique in this research were the role of parent scale and self compassion scale. Subject of this research were 133 out of the total 260 student population. The sampling technique used probability sampling. The data analysis technique used in this research was product moment analysis with the obtained correlation coefficient of 0.886 with the level trust is a 0.01 (1%), with significance of 0.000, because the significance of 0.000 <0.05, mean Ha is accepted. The result of this study indicate that there is a relationship between the role of parent with the self compassion in early adolescence

Keyword: the role of parent, self compassion, and early adolescence

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

INTISARI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *the role of parent* dengan *self compassion* pada remaja awal. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif berjenis korelasi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *the role of parent* dan skala *slef compassion.* subjek dalam penelitian ini berjumlah 260 siswa dari jumlah populasi sebanyak 220 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik probability sampling. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis product moment dengan diperoleh harga koefisien korelasi sebesar 0,886 dengan taraf kepercayaan 0.01 (1%), dengan signifakan 0.000, karena nilai signifiakan 0.000 < 0.05, maka Ha diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *the role of parent* dengan *self compassion* pada remaja awal.

Kata kunci : *the role of parent, self compassion*, remaja awal

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

Halaman Judul i
Halaman Pernyataan ii
Halaman Persetujuan iii
Halaman Pengesahan iv
Lembar Publikasi v
Kata Pengantar vi
Daftar Isi vii
Daftar Tabel viii
Daftar Gambar ix
Daftar Lampiran x
Intisari xi
Abstrac xii
BAB 1 PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang Penelitian 1
B. Rumusan Masalah 8
C. Tujuan Penelitian 8
D. Manfaat Penelitian 8
E. Keaslian Penelitian 9

BAB 1I KAJIAN PUSTAKA 14
A. *Self Compassion* 14
1. Definisi *Self Compassion* 14
2. Aspek - Aspek *Self Compassion* 15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Compassion* 18
B. Remaja 25
C. *Attachment* 28
1. Definisi *The Role Of Parent* 28
2. Aspek – aspek *The Role Of Parent* 31

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

D. Hubungan Antara *Attachment* dengan *Self Compassion*……..
E. Landasan Teoritis 38
F. Hipotesis 43

BAB 1II METODE PENELITIAN
A. Variabel dan Definisi Operasional 45
B. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling 45
C. Teknik Pengumpulan Data 49
D. Validitas dan Realibilitas 52
E. Analisis Data 59

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A.Deskripsi Subjek 62
B.Deskripsi dan Realibilitas. 63
C. Penguji Hipotesis. 67
D. Pembahasan. 68

BAB V KESIMPULAN dan SARAN
A.Kesmipulan. 75
B. Saran. 76
Daftar Pustaka 78

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Siswa SMPN 49 Surabaya 46
Tabel 2. Rincian Jumlah Sbujek Penelitian..... 48
Tabel 3. Bluprint Skala *Attachment* 50
Tabel 4. Skoring Skala *Attachment* 51
Tabel 5. Bluprint Skala *Self Compassion* 51
Tabel 6. Skoring Skala *Self Compassion* 52
Tabel 7 Pemberian Skor *expert judgment*..... 53
Tabel 8 Bluprint *Attachment.* 56
Tabel 9 Bluprint *self compassion.* 57
Tabel 10 Hasil uji Estimasi Realibilitas..... 58
Tabel 11 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin..... 60
Tabel 12 Gambaran Subjek Berdasarkan Usia 61
Tabel 13 Gambaran Subjek Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua..... 61
Tabel 14 Gambaran Subjek Berdasarkan Katagori Variabel..... 62
Tabel 15 Statistik deskriptif..... 63
Tabel 16 Hasil uji estimasi realibilitas. 64
Tabel 17 Hasil Normalitas 65
Tabel 18 Hasil Uji Linieritas..... 66
Tabel 19 Hasil Uji Hipotesis..... 67

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR LAMPIRAN

A. Hasil spss try out variabel *attachment* 83
B. Hasil spss try out variabel *self compassion* *84*
C. Hasil spss reabilitas kedua variabel 85
D. Hasil spss statistic deskriptif *attachment* dan *self compassion* *86*
E. Hasil spss uji normalitas 86
F. Hasil spss uji linieritas 87
G. Hasil spss uji hipotesis pada *product moment* 87
H. *Expert judgment* pada skala *attachment* *89*
I. Data tabulasi *try out* variabel *attachment* 91
J. Data tabulasi *try out* variabel *self compassion* 93
K. Data tabulasi penelitian variabel *attachment* 95
L. Data tabulasi penelitian variabel *self compassion* 100
M. Skala *try out attachment* 105
N. Skala penelitian *attachment* 106
O. Skala *try out slef compassion* 107
P. Skala penelitian *self compassion* 109

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu dalam kehidupannya akan memiliki masalah. Dalam setiap permasalahan yang dihadapinya akan berbeda – beda, dalam menanggapi permasalahan yang dihadapinnya, ada yang menerima dan menyelesaikan masalahanya, tetapi ada juga yang meratapi masalah yang dihadapinya sehingga membuat individu terlarut dalam masalah, seakan – akan masalah tersebut dikarenakan kesalahan dari dirinya.

Pada masa remaja awal adalah masa yang penuh dengan masalah – masalah yang menimpa dirinya, karena masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak – anak menuju masa dewasa. Pada masa remaja akan mengalami masa pubertas,dan akan mengalami tekanan psikologis maupun tekanan prestasi akademik.

Pada remaja yang ada di Amerika Serikat terdapat 60 % remaja yang tidak dapat menangani tekanan psikologi dan tekanan prestasi akademik, selain itu pada saat pubertas. Para remaja cenderung mennyalahkan dirinya dan terkadang menghakimi dirinya sehingga menyebabkan remaja mengalami stres. Selain itu Remaja yang berusia 11-17 tahun, bertempat tinggal di Amerika Serikat bagian Tenggara, banyak yang mengalami stres dengan jumlah 9,26 % dan kecemasan 43, 07% pada diri remaja, dikarenakan adanya tekanan dalam bidang akademik dan tekanan dari dalam diri remaja karena masa pubertas. (Bluth. 2017)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam menangani permasalahan yang dialami remaja di Amerika bagian tenggara, terdapat 2,94% remaja yang mempunyai self compassion, sehingga dapat dikatakan bahwa remaja diAmerika, lebih pada menghina diri sendiri dan mengkritik diri sendiri dalam menghadapai tekan yan dihadapi remaja tersebut.(American Psychological Association, 2014 ; Behavioral Health Barometer : United States 2013 dalam Bluth . 2017).

Salah satu wilayah yang ada di Indonesia, Penelitian (Desmita, 2010) terhadap siswa pada salah satu sekolah unggulan di Jakarta menemukan adanya fenomena stres yang dialami siswa di sekolah. Sekitar 40,74% siswa merasa terbebani dengan keharusan mempertahankan peringkat sekolah, 62,96% siswa merasa cemas menghadapi ujian semester, 82,72% siswa merasa takut mendapat nilai ulangan yang jelek, 80,25% merasa bingung menyelesaikan PR yang terlalu banyak, dan 50,62% siswa merasa letih mengikuti perpanjangan waktu belajar di sekolah. Senada dengan ungkapan Nugroho (dalam Desmita, 2010) anak-anak program non-reguler cenderung mengalami stres akademik karena mendapat beban studi yang tidak sesuai dengan kebutuhan.

Berkaitan dengan berbagai tekanan yang dialami remaja, dari beberapa sekolah yang ada disurabaya, sudah menerapkan system *full day school*, siswa akan belajar dari pagi sampai sore. Dari 10 siswa yang berbeda – beda sekolah, terdapat 7 siswa ada kecenderungan untuk menyalahkan diri sendiri ketika merasa apa yang dijalani sekarang tidak sesuai dengan harapannya. Terlebih pada tekanan prestasi yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melibatkan orang tua seperti tuntutan prestasi akakdemik karena dari pagi sampai sore, dilanjut dengan bimbel sampai malam sehingga membuat siswa mengalami stres. Selain itu juga karena adanya tuntutan dari orang tua dengan nilai yang baik terhadap pelajaran yang di ajarkan di sekolah. Tetapi terdapat 2 siswa, tanpa membuat tekanan prestasi menjadi sebuah beban atau membuat stres siswa tersebut, tetapi lebih pada memotivasi diri sendiri (Hasil wawancara AR, RZ,)

Self compassion, merupakan pemberian pemahaman dan kebaikan kepada diri sendiri ketika mengalami kegagalan dan tidak menghakimi diri sendiri dengan keras maupun mengkritik diri sendiri dengan berlebihan atas ketidak sempurnaan, kelemahan, dan kegagalan yang dialami diri sendiri (Germer, 2009). Jadi *self compassion* adalah sebuah bentuk penerimaan diri terhadap kejadian yang membuat diri individu mengalami ketidak sempurnaan dalam hidupnya. Salah satu bentuk penerimaan diri dari individu adalah ketika individu tidak mengkeritik diri sendiri saat mengalami kondisi yang membuat individu menjadi terpuruk.

Faktor yang mempengaruhi tumbuhnya *self compassion* yang tinggi dalam diri individu adalah *the role of parent* atau peran orang tua. (Neef, 2011). Bagi remaja peran orang tua sangatlah penting. Sebab orang tua memiliki kegiatan yang kuat dengan remaja. Selain itu orang tua pula memiliki tiga hak kepada anaknya yang mengalami proses masa remaja, yaitu pengawasan, *attachment* dan *otonomi*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hak antara orang tua dengan anak yang pertama adalah pengawasan orang tua, atau disebut juga sebagai manager perkembangan anak- anak, secara efektif mengawasi perkembangan remaja (Smetana, 2010 dalam Santrock 2012). Dalam mengawasi pilihan remaja terhadap setting sosial, aktivitas, dan rekan – rekannya, serta akademis mereka. Selain itu apabila kurangnya pengawasan orang tua cenderug terkait dengan kenakalan remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Smetana (2010) berpendapat bahwa pengawasan orang tua bergeser dari penekanan eksklusif terhadap peran orang tua dalam mengawasi keberadaan dan aktivitas remaja kepada peran aktif remaja dalam mengelola akses orang tua mereka terhadap informasi, seperti pengawasan orang tua berfokus pada keterbukaan remaja secara suka rela terhadap orang tua. Selain itu juga Penelitian yang dilakukan oleh Indriani (2013) bahwa pengawasan orang tua yang *intens* akan memunculkan sikap yang baik dan juga berpengaruh terhadap hubungan antara orang tua dan anak,

Hak antara orang tua dengan anak yang kedua adalah kelekatan remaja tidak begitu saja menghilangkan pengaruh orang tua ketika membuat keputusan sendiri. Ketika remaja semakin otonom, mereka akan semakin sehat secara psikologis apabila tetap mempertahankan kelekatannya dengan orang tua.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Falentina (2013) dengan judul Hubungan Kelekatan Orang Tua – Remaja dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kemandirian Pada Remaja di SMKN 1 Denpasar menyatakan bahwa orang tua dapat menjadi figur yang aman bagi remaja. Remaja memandang orang tua sebagai orang yang memberikan keamanan psikologis bagi diri remaja yang ditunjukkan dengan adanya komunikasi yang baik dan kepercayaan antara orang tua dan remaja.

Hak antara orang tua dan anak yang terakhir adalah otonomi remaja, yang merupakan hal yang kompleks dan sulit dipahami, otonomi pada umumnya berkonotasi dengan keterarahan diri dan kemandirian (Collins & stainberg, 2006 dalam Santrock, 2007). Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh widawati, (2008) menjelaskan bahwa remaja yang memiliki otonomi yang baik akan mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dan juga memiliki kemampuan untuk menguasai dan mengatur dirinya. Kesimpulan yang didapat dalam kemampuan memperoleh otonomi dan kendali terhadap perilaku sesorang dimasa remaja didapat dari ketepata reaksi yang diberikan oleh orang dewasa terhadap keinginan remaja atas kendali.

Menurut Maulani (2010) mengatakan peran orang tua adalah seperangkat tingkah laku dua orang ayah-ibu dalam bekerja sama dan bertanggung jawab berdasarkan keturunannya sebagai tokoh panutan anak semenjak terbentuknya pembuahan atau zigot secara konsisten terhadap stimulus tertentu baik berupa bentuk tubuh maupun sikap moral dan spiritual serta emosional anak. Kebutuhan anak kepada orang tua serta kedekatan antara keduanya membuat orang tua memiliki kemungkinan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang sangat tinggi untuk mempengaruhi keadaan remaja yang sedang rentan pada perubahan-perubahan dalam proses pertumbuhannya menuju hal yang positif.

Sangat urgen dalam menelaah *self compassion*, karena jati diri seseorang harus mempunyai pribadi yang baik, dalam memiliki pribadi yang baik maka harus bisa menyanyangi diri sendiri tanpa mengkritik diri sendiri terlebih pada proses perkembangan remaja. Pribadi yang selalu ingin mencoba sesuatu yang baru amat berbahaya pada diri remaja jika dia tidak dapat kontrol baik dari dirinya maupun orang disekitarnya yakni orang tua. Perhatian dan kasih sayang merupakan kebutuhan mendasar bagi remaja. Maka dapat dikatakan bahwa seorang remaja harus mempunyai sikap yang baik agar dalam diri remaja mempunyai kepribadian yang baik dan dapat meneriman diri mereka sendiri atas masalah – masalah yang dihadapi oleh remaja tersebut. Karena seorang remaja mempunyai *self compassion* yang rendah, karena seorang remaja akan sering mengalami stres karena banyaknya masalah pada diri remaja tersebut.(Neef 2003).

Peran orang tua mempunyai tanggung jawab terhadap remaja, baik secara materi maupun sikap dan perilaku. Peran orang tua yang penting bagi remaja dalam menumbuhkan *self compassion* adalah *attachment*. Pada masa remaja awal sangat dibutuhkan hubungan *attatchment* dengan orang tua dibandingkan otonomi dan pengawasan. Santrock (2003) mengatakanbahwa para ahli penelitian perkembangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

telah lebih menunjukkan minat apada otonomi daripada *attachment* selama masa remaja. Akan tetapi, akhir akhir ini berkebalikan, yakni masa remaja lebih mengedepankan minat pada *attatchmen* daripada otonomi. Selain itu otonomi lebih bnyak digunakan di remaja yang mulai memasuki masa remaja akhir, sedangkan attachment lebih dibutuhkan pada remaja awal (Santrock. 2003). Jadi dapat dikatakan bahwa *self compassion* dapat dibentuk melaluin peran orang tua yakni pengawasan, otonomi, dan *attachmen*

Jhon bowbly (Feist, 2013) salah satu tokoh psikologi yang membahas hubungan antara anak dengan orang tua. Jhon bowbly menjelaskan bahwa kedekatan antara anak dengan orang tua sangatlah penting, agar antara orang tua dengan anak mempunyai hubungan yang baik. Bowbly mengatakan bahwa seorang anak akan mempunyai kedekatan yang baik dengan orang tua dari masa bayi, maka pada masa remaja akan membentuk relasi yang baik,tetapi terkadang hubungan antara orang tua dengan anak menjadi rentan terjadi perselisihan dengan anak karena berbedaan pendapat. Dikarenakan masa remaja mengalami hal – hal baru seperti mengalami pubertas, dan juga mengalami tekanan psikologis maupun tekanan prestasi akademik. Dalam hal ini kedekatan antara anak dan orang tua sangat dibutuhkan.

Peran orang tua sangat berperan kepada remaja dalm pembentukan *self compassion* yang dibuktikan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Moreira dan Jessica (2015) mengatakan peran orang tua dalam pola asuh

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang baik dan mempunyai kedekatan yang baik antara anak dengan orang tua akan menumbuhkan sikap kasih sayang terhadap diri sendiri anak remaja tersebut atau akan memiliki *self compassion* yang baik.

Masa remaja, adalah masa transisi kedewasa, dimasa ini remaja mengalami perubahan dari dalam dirinya baik psikis maupun fisik. Agar remaja itu dapat menerima atau menolak dari perubahan yang ada dalam dirinya tidak terlepas dari peran orang tua. Peran orang tua yang sangat dibutuhkan pada masa remaja awal adalah *attachment,* karena masa remaja sangat membutuhkan kelekatab dengan orang tua, karena peran orang tua sangat penting dalam masa perkembangan remaja. Dari pemaparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara *attachment* dengan *Self Compassion* pada remaja awal ?

C. Tujuan

Untuk mengetahui hubungan antara *attachment* dengan *Self Compassion* pada remaja awal.

D. Manfaat

Manfaat yang di peroleh dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis

   Secara teoritis penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya khasanah keilmuan terutama pengetahuan psikologi perkembangan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tentang hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja

2. Manfaat praktis

   a. Memberikan pengetahuan kepada orang tua tentang bagaimana *attachment* dalam *self compassion* pada remaja dari hasil penelitian ini, selain itu juga dimanfaatkan sebagai masukan dan sumbangan pemikiran mengenai pentingnya *attachment* terhadap *slef compassion* pada remaja

E. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian dari penelitian terdahulu, diantaranya yakni penelitian yang dilakukan oleh Andina, (2016) dengan judul "Hubungan Antara *Self Compassion* dengan *Aliensi* pada Remaja (Sebuah Studi Korelai Pada Siswa SMK Negri 1 Majalengka)". Hasil penelitiannya adalah dari hasil analisis data menggunakan teknik analisis regresi sederhana deng an hasil koefisien korelasi rxy = -0.644 dengan p = 0.000 (p < 0,001), maka dapat dinyatakan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *self-compassion* dengan *alienasi* pada remaja siswa SMK Negeri 1 Majalengka. Sumbangan efektif variabel self-compassion terhadap alienasi sebesar 44.1%.

Penelitian yang dilakukan oleh Febrinabillah (2016) dengan judul "Hubungan Antara *Slef Compassion* Dengan *Resilensi* pada Mantan Pecandu Narkoba Dewasa Awal". Yang hasilnya menunjukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan bernilai positif antara *self*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

compassion dengan *resiliensi* sebesar r=0.478 dan nilai signifikansi p=0.000 (p<0.05). Hubungan ini bersifat positif dengan artian semakin tinggi skor *self compassion*, maka semakin tinggi pula *resiliensi* pada mantan pecandu narkoba.

Selain itu juga penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani dan Nurdibyanandaru (2014), dengan judul "Pengaruh *Self Compassion* terhadap kompetensi Emosi Remaja Akhir." Dengan hasil analisis data peneltian diperoleh nilai F sebesar 46,215 dan signifikansi sebesar 0,000 yang menunjukkan bahwa hasil dari penelitian ini secara statistik adalah signifikan. Nilai R2= 0,304 yang kemudian dikalikan dengan 100% menjadi 30,4% yang menunjukkan prosentase besar pengaruh *self-compassion* terhadap kompetensi emosi. Kesimpulannya yaitu persamaan regresi yang diperoleh dapat menjelaskan pengaruh *self-compassion* terhadap kompetensi emosi. Koefisien regresi yang didapat sebesar (+) 0,771 menunjukkan pengaruh positif dari self-compassion terhadap kompetensi emosi remaja akhir. Hal ini menunjukkan bahwa setiap kenaikan self-compassion akan meningkatkan kompetensi emosi seseorang.

Penelitian Yulrina (2013) dengan judul "pengaruh peran orang tua terhadap pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi", yakni hasil penelitian diperoleh sebagian besar pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi kurang baik sebanyak 161 orang (64,4 %), variabel yang berhubungan dengan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

adalah peran orang tua (OR : 1,982; 95 % CI : 1,127–3,487), variabel yang tidak berhubungan dengan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi adalah pengaruh teman sebaya, peran guru, peran petugas kesehatan dan akses media massa. Sebaiknya diupayakan agar orang tua meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, menjalin kedekatan dengan anak dan menentukan kapan waktu yang tepat untuk memberikan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sehingga informasi yang diperoleh merupakan yang pertama sebelum anak mendapatkannya dari yang lain.

Frieda (2015) dengan judul "hubungan antara *self compassion* dengan *work family conflic* pada staf markas palang merah indonesia provinsi Jawa Tengah". Hasil dari penelitian ini analisis data menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara *self compassion* dan *work family conflict*, diterima (r = -0,438, p<0,001). Semakin tinggi *self compassion*, maka semakin rendah *work family conflict.*

Susanti (2013) dengan judul "Peran pekerjaan, peran keluarga dan konflik pekerjaan pada perawat wanita", dengan hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa tidak ada hubungan positif antara peran pekerjaan dengan pekerjaan-keluarga, hal ini dapat dilihat dari nilai nilai sig. 0,321 (> 0,05). Untuk hipotesis kedua dalam penelitian ini terbukti diterima, dengan nilai sig. 0,01 (< 0,05) artinya bahwa peran keluarga memiliki hubungan positif dengan konflik pekerjaan-keluarga Untuk peran

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pekerjaan dan peran keluarga juga terbukti mampu secara bersama-sama berhubungan dengan konflik pekerjaan-keluarga, sebesar 0,201, hal ini menunjukkan bahwa peran pekerjaan dan peran keluarga mampu secara bersama-sama mempengaruhi atau memberikan kontribusi terhadap konflik pekerjaan-keluarga sebesar 20% sedangkan faktor-faktor lain sebesar (100% - 20% = 80%) dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diamati dalam penelitian.

Juliana (2012) dengan judul "Meditasi metta-bhavana (*loving-kindness meditation*) untuk mengembangkan *self-compassion".* Hasil analisis kualitatif menunjukkan bahwa proses *mindfulness*, yaitu selalu berusaha bersikap sadar dan penuh konsentrasi pada latihan meditasi menjadi faktor penentu meditator dalam mendapatkan manfaat dari meditasi metta-bhavana.

Penelitian denga judul "*self compassion* dan *loneliness"* yang dilakukan oleh Diana (2015). Hasilnya penelitian diperoleh hasil bahwa hipotesa penelitian ditolak yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara *self compassion* dan *loneliness* ($r = 0.776$; $p = 0.001$; $0.776 > 0.001$).

Zumrotul (2012) denga judul "Hubungan peran orangtua terhadap kecerdasan spiritual remaja di smp mardi rahayu ungaran kabupaten Semarang". Hasil penelitian di smp mardi rahayu ungaran menggambarkan bahwa kecerdasan spiritual yang rendah lebih banyak pada peran orangtua yang cukup yaitu 57,4% dan kecerdasan spiritual yang tinggi lebih banyak pada peran orang tua yang baik yaitu 86,6%. Hal

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara peran orangtua terhadap kecerdasan spiritual yang dianalisis dengan Pearson Chi Square dengan nilai p-value 0.000.

Pada penelitian – penelitian terdahulu ditemukan persamaan dalam subyek penelitian yaitu remaja. Selain itu juga terdapat persamaan dalam metode penelitian dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Perbedaan pada penelitian terdahulu sejauh ini peneliti belum menemukan antara variabel *Attachment* dan variabel *Self compassion* , selain itu terdapat perbedaan dari variabel seperti resiliensi, emosi, dan aliensi dalam penelitian ini.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Self Compassion*

1. Pengertian *self compassion*

Self compassion berasal dari *compassion* yang diturunkan dari bahasa latin *patiri* atau bahasa yunani *patein* yang berarti menderita, menjalani, atau mengalami (Farida,2013). *Self compassion* merupakan konsep baru yang diadaptasi dari filosofi budha yang memiliki definisi secara umum adalah kasih sayang diri (Neef, 2003). Gilbert (2007) mengungkapkan bahwa compassion meliputi keinginan untuk membebaskan penderitaan, kesadaran terhadap penyebab dari penderitaan dan perilaku yang menunjukkan kasih sayang.

Perilaku yang menunjukkan kasih sayang yang kita rasakan apabila melihat orang lain mendeita, yang membuat kita akan cenderung berusaha memahami dan ikut merasakan apa yang dirasakan, keinginan untuk membantu bukan mengasihani, aka nada sebuah kebaikan hati, kepedulian, dan memahami. *Self compassion* adalah sikap memiliki belas kasih dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun terhadap kekurangan dalam dirinya (Neff. 2011)

Self compassion merupakan pemberian pemahaman dan kebaikan kepada diri sendiri ketika mengalami kegagalan dan tidak menghakimi diri sendiri dengan keras maupun mengkritik diri sendiri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan berlebihan atas ketidak sempurnaan, kelemahan, dan kegagalan yang dialami diri sendiri (Neef, 2003).

Slef compassion merupaka bentuk dari penerimaan *(acceptance)*, tetapi *acceptance* mengacu pada apa yang terjadi kepda seseorang dengan menerima perasaan atau pikiran. Sedangkan *slef Compassion* adalah penerimaan diri ketika mengalami peristiwa negative (Germer, 2009).

Berbagai dari beberapa pengertian diatas peneliti menyimpulkan bahwa self compassion adalah penerimaan positif yang ada pada diri sendiri seseorang dalam menerima suatu masalah.

2. Aspek – aspek *self compasssion*

Self compassion mempunyai beberapa komponen yang dikembangkan oleh Neef (2003) yaitu*, self kindness versus self Judgment, common humanity versus isolation, and mindfulness versus over identivication*. Komponen-komponen ini mempunyai perilaku positif dan negative pada *slef compassion.* Selain itu komponen komponen yang ada dalam *slef compassion* akan mempengaruhi satu sama lain yang akan menjadi *slef compassion* diantaranya;

a. *Self-kindess*

Self kindness adalah kemampuan individu untuk memahami dan menerima diri sendiri apa adanya serta memberikan kelembutan, tidak menyakiti atau

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menghakimi diri sendiri. *Self-kindess* membuat individu menjadi nyaman terhadap diri sendiri ketika menghadapi rasa sakit dan kekurangan pada diri sendiri, memahami diri sendiri dan tidak menyakiti atau mengabaikan diri dengan mengkritik dan menghakimi diri sendiri ketika menghadapi masalah. (Hidayati. 2015)

b. *Self-judgement*

Merupakan aspek kebalikan dari *self-kindess,* yaitu menghakimi dan mengkritik diri sendiri. Hidayati (2015) menjelaskan bahwa *self-judgement* adalah ketika individu menolak perasaan, pemikiran, dorongan, tindakan, dan nilai diri sehingga menyebabkan individu merespon secara berlebihan dengan apa yang terjadi.

c. *Common humanity*

Common humanity adalah kesadaran bahwa individu memandang kesulitan, kegagalan, dan tantangan merupakan bagian dari hidup manusia dan merupakan sesuatu yang dialami oleh semua orang, bukan hanya dialami diri sendiri. Komponen mendasar kedua dari *self-compassion* adalah pengakuan terhadap pengalaman manusia bersama.

Kekurangan yang dilihat secara subjektif akan sama dengan melalui masa-masa sulit, perjuangan, dan kegagalan dalam hidup yang berada dalam pengalaman manusia pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keseluruhan, sehingga menimbulkan kesadaran bahwa bukan hanya diri kita sendiri yang mengalami kesakitan dan kegagalan di dalam hidup. Penting dalam hal ini untuk memahami bahwa setiap manusia mengalami kesulitan dan masalah dalam hidupnya. (Neff. 2011)

d. *Isolation*

Merupakan kebalikan dari aspek *common humanity*, dimana ketika individu dalam keadaan yang sulit cenderung merasa dirinya yang paling menderita di dunia, sehingga muncul perasaan bahwa individu mengalami segala bentuk kesulitan sendirian dan bertanggung jawab sendiri atas segala bentuk kesulitan yang dialami sehingga akan mengisolasi diri dari orang lain. (Neff. 2003)

e. *Mindfulness*

Mindfulnes adalah melihat secara jelas, menerima, dan menghadapi kenyataan tanpa menghakimi terhadap apa yang terjadi di dalam suatu situasi. *Mindfulness* mengacu pada tindakan untuk melihat pengalaman yang dialami dengan perspektif yang objektif. *Mindfulness* diperlukan agar individu tidak terlalu terindenfikasi dengan pikiran atau perasaan negatif. Dengan *mindfulness* ini individu dapat sepenuhnya mengetahui dan mengerti apa yang sebenarnya dirasakan (Hidayati. 2015)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

f. *Over identification*

Over identification kebalikan dari *mindfulness* yakni reaksi berlebihan terhadap individu ketika menghadapi suatu permasalahan. *Over identification* diartikan sebagai terlalu fokus pada keterbatasan diri sehingga pada akhirnya menimbulkan kecemasan dan depresi. (Neef. 2011)

3. Faktor – faktor Yang Mempengaruhi *Self Compassion*

Menurut Neef (2003) ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self compassion* diantaranya adalah

a. Gender

perbedaan gender antara perempuan dan laki- laki pada *slef compassion,* perempuan lebih sering melakukan perenungan yang berulang, selain itu juga perempuan seringkali mempunyai cara berpikir yang tak terkendali atau yang disebut *rumination*. *Rumination* mengenai hal-hal yang terjadi dimasa lalu dapat mengarahkan munculnya depresi, sedangkan *rumination* mengenai potensi peristiwa negatif di masa depan akan menimbulkan Kecemasan (Neff, 2011). Maka dari itu hal ini sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu yang mengatakan bahwa perempuan lebih sering mengalami kecemasan dan depresi dibandingkan laki-laki.

Terdapat banyak penelitian yang menyatakan bahwa wanita cenderung lebih peduli, empati, dan memberi kepada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang lain daripada pria. Perempuan di isolasikan untuk menjadi pengasuh anak – anak, membantu suami, dan merawat rumah, tetapi wanita tidak diajarkan untuk merawat dirinya.

b. Usia

Terdapat asumsi bahwa sangat memungkinkan masa remaja adalah periode kehidupan di mana level *self-compassion* berada pada level yang terendah dibandingkan dengan periode kehidupan yang lain (Neff, 2003).

Hal ini didasari bahwa peningkatan kemampuan kognitif remaja seperti halnya meningkatkan kemampuan introspeksi, metakognisi, refleksi diri, dan kemampuan berpikir dari perspektif sosial juga membawa beberapa kewajiban baru dan tugas perkembangan yang berbeda. Kemampuan baru pada remaja ini membuat remaja terus mengevaluasi diri sendiri dan membandingkan dirinya dengan orang lain karena mereka berusaha untuk membangun identitas dalam membangun identitas dan hirarki sosial. selain itu, tekanan intens yang dihadapi oleh remaja adalah stres dibidang akademis, yakni adanya kebutuhan untuk menjadi populer dan dengan teman sebayanya, masalah citra tubuh (diperkuat karena pubertas), masalah kencan, seks, yang seringnya membawa dampak evaluasi yang justru merugikan remaja (Santrock, 2012)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Kepribadian

Kepribadian yang terdapat pada *Self Compassion,* dikenal dengan *The Big Five Personality* merupakan dimensi dari kepribadian (*personality*) yang dipakai untuk menggambarkan kepribadian individu. *Big Five* adalah taksonomi kepribadian yang disusun berdasarkan pendekatan *lexical,* yaitu mengelompokkan kata-kata atau bahasa yang digunakan di dalam kehidupan sehari-hari, untuk menggambarkan ciri-ciri individu yang membedakannya dengan individu lainnya. (Goldberg. 1981)

1). *Extraversion*

Extraversion ditandai oleh adanya semangat dan keantusiasan. Individu e*kstraversion* bersemangat dalam membangun hubungan dengan orang lain. Mereka tidak pernah sungkan berkenalan dan secara aktif mencari teman baru. Keantusiasan mereka ini tercermin di dalam pancaran emosi positif. Mereka tegas dan asertif dalam bersikap. Bila tak setuju, mereka akan menyatakan tidak sehingga mereka mampu menjadi pimpinan sebuah organisasi.

2). Agreeableness

Agreeableness mempunyai ciri-ciri ketulusan dalam berbagi, kehalusan perasaan, fokus

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada hal-hal positif pada orang lain. Di dalam kehidupan sehari-hari mereka tampil sebagai individu yang baik hati, dapat kerjasama, dan dapat dipercaya.

3). Conscientiousness

Conscientiousness mempunyai kata lain adalah sungguh-sungguhdalam melakukan tugas, bertanggung jawab, dapat diandalkan, dan menyukai keteraturan dan kedisiplinan. Di dalam kehidupan sehari-hari mereka tampil sebagai seorang yang hadir tepat waktu, berprestasi, teliti, dan suka melakukan pekerjaan hingga tuntas.

4). Neuroticism

Neuroticism sebagai lawan dari *Emotional stability*. *Neuroticism* sering disebut juga dengan 'sifat pencemas' sedangkan *emotional stability* disebut dengan kestabilan emosi. Sifat *neuroticism* ini identik dengan kehadiran emosi negatif seperti rasa khawatir, tegang, dan takut. Seseorang yang dominan sifat pencemasnya mudah gugup dalam menghadapi masalah-masalah yang menurut orang kebanyakan hanya sepele. Mereka mudah menjadi marah bila berhadapan dengan situasi yang tidak sesuai dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang diinginkannya. Secara umum, mereka kurang mempunyai toleransi terhadap kekecewaan dan konflik

5). *Openness* atau *openness to experience*

Dimensi ini erat kaitannya dengan keterbukaan wawasan dan orisinalitas ide. Mereka yang terbuka siap menerima berbagai stimulus yang ada dengan sudut pandang yang terbuka karena wawasan mereka hanya luas namun juga mendalam. Mereka senang dengan berbagai informasi baru, suka belajar sesuatu yang baru, dan pandai menciptakan aktivitas yang di luar kebiasaan.

d. Budaya

Jika membicarakan mengenai budaya, maka budaya yang menjadi perbandingan adalah antara budaya Timur dan Barat dengan konsep individualistic dan kolektivistiknya. Individu dari budaya kolektivis, khususnya Asia yang telah memiliki pemaparan ajaran Buddha mengenai self-compassion melalui paparan budaya. Individu dari budaya kolektivis umumnya memiliki *interdependent sense of self* yang lebih dibandingkan individualis, maka dari itu diharapkan orang-orang Asia memiliki level self-compassion yang lebih tinggi dari orang Barat (Kitayama & Markus, dalam Neef. 2003).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

e. *The role of parent.*

Keluarga merupakan lingkungan yang pertama bagi anak mendapatkan pendidikan, maka dari itu kondisi keluarga yang harmonis secara teori berpengaruh pada perkembangan anak di kemudian hari. (Neff. 2011) menyatakan bahwa proses dalam keluarga (seperti dukungan keluarga dan sikap orang tua) akan berkontribusi dalam menumbuhkan *self compassion*. Seseorang akan mengalami penderitaan, cara seseorang memperlakukan dirinya kemungkinan besar meniru dari apa yang diperlihatkan orang tuanya (*modelling of parent*). Jika orang tua menunjukkan sikap peduli dan perhatian, maka sang anak akan belajar untuk memperlakukan dirinya dengan *self compassion* yang baik.

Anak akan memperlakuakn dirinya dengan *self compassion* yang baik karena adanya pengalaman dini di dalam keluarga diduga sebagai faktor kunci perkembangan *self compassion* pada individu. Neff dan McGehee (dalam Lestari, 2008) menemukan bahwa kritik dari orang tua dan hubungan orang tua yang penuh dengan masalah terbukti berkolerasi negatif dengan terbentuknya *self compassion* pada masa muda. Sebaliknya bagi individu yang merasa diakui dan diterima orang tua mereka menyatakan akan terbentuknya *self compassion* dan akan meningkatkan *self compassion* lebih tinggi daripada yang tidak.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Meningkatkan *self compassion* yang tinggi selain *modeling* juga terdapat *Attachment* dengan orang tua yang dapat mempengaruhi *self compassion* pada seseorang. Bowlby menyatakan bahwa *early attachment* akan mempengaruhi *internal working model* yang akan mempegaruhi juga hubungan dengan orang lain. Jika seseorang mendapatkan *secure attachment* dari orang tua mereka, mereka akan merasa bahwa mereka layak untuk mendapatkan kasih sayang. Mereka akan tumbuh menjadi orang dewasa yang sehat dan bahagia.(Feist. 2013)

Orang dewasa yang sehat dan bahagia akan merasa aman untuk percaya bahwa mereka dapat bergantung kepada orang lain untuk mendapatkan kehangatan dan dukungan. Jika seseorang mendapatkan *insecure attachment* dari orang tua mereka, mereka akan merasa tidak layak mendapatkan kasih sayang, tidak bisa percaya dengan orang lain. Jika individu merasa tidak layak mendapatkan kasih sayang, maka ia juga merasa tidak layak mendapatkan kasih sayang dari dirinya sendiri. (Santrock. 2007)

Cara mendapatkan kasih sayang dari dirinya sendiri harus bisa merasa layak mendapatkan rasa kasih sayang. Untuk menumbuhkan rasa kasih sayang terhadap diri sendiri tidak hanya dengan *modeling* dan *attachment,* tetapi juga terdapat *Maternal criticism* juga mempengaruhi *self compassion* yang dimiliki seseorang. Selain itu empati dikembangkan melalui proses

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

internalisasi saat masih anak-anak. Artinya, jika seseorang mendapatkan kehangatan dan hubungan yang saling mendukung dengan orang tua mereka, serta menerima *compassion* dari orang tua mereka, mereka cenderung akan memiliki *self compassion* yang lebih tinggi.(Santrock. 2007)

B. Remaja

Pengertian remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik (Hurlock, 1980). Pada masa ini sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua. Calon (dalam Monks, 1994) bahwa masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak.

Menurut Santrock (2007) masa remaja adalah peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/ fungsi yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional.untuk memasuki masa dewasa.

Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Dalam masa ini anak mengalami masa pertumbuhan dan masa perkembangan fisiknya maupun perkembangan psikisnya. Mereka bukanlah anak-anak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

baik bentuk badan ataupun cara berfikir atau bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang (Hurlock. 1980).

Perkembangan psikologi remaja dapat dikatakan suatu fase perkembangan yang dialami seseorang ketika memasuki usia 12-22 tahun. Pada fase perkembangan psikologi remaja, anak harus mampu meninggalkan sifat kekanak-kanakannya. Selain itu remaja mempunyai tugas perkembangan remaja, salah satu tugas perkembangan pada masa remaja adalah mempunyai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, masa remaja akan mengalami perubahan sikap dan perilaku yakni emosi yang meninggi, remaja akan mudah cepat marah karena masalah yang kecil sehingga remaja mudah menangis dan murung, dari emosi yang belum dapat dikendalikan membuat remaja minder atau kurang percaya diri (Hurlock.1980).

Tugas perkembangan remaja tersebut tidak terlepas dari peranan orang tua, seperti kurang percaya diri, dikarenakan remaja sering menerima kritikan dari orang tua sehingga remaja cenderung takut mengalami kegagalan dan takut ketika melakukan sesuatu yang baru.

Remaja mempunyai masa yang rentan untuk mengkritik diri sendiri (Neef. 2003). Karena remaja mengalami perubahan dalam diri remaja baik fisik maupun psikis. Selain itu remaja terkadang mendapatkan kritikan dari orang tua atau orang dewasa lainnya (Hurlock. 1980).

Selain pada tahapan perkembangan kemandirian emosional pada remaja ada juga tahapan perkembangan kognitif, remaja termasuk pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tahap operasional formal. (Santrock. 2003). Tahap ini mulai dialami anak dalam usia 11 tahun dan terus berlanjut sampai dewasa. Karakteristik tahap ini adalah diperolehnya kemampuan untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia.

Pada tahap ini, remaja telah memiliki kemampuan untuk berpikir sistematis, yaitu bisa memikirkan semua kemungkinan untuk memecahkan suatu persoalan. Pada tahap ini remaja sudah mempunyai ekuilibrum yang tinggi, sehingga dapat bepikir fleksibel dan efektif, serta mampu berhadapan dengan persoalan yang kompleks. Remaja dapat berfikir fleksibel karena dapat melihat semua unsur dan kemungkinan yang ada dan remaja dapat berfikir efektif karena dapat melihat pemikiran mana yang cocok untuk persoalan yang dihadapi. (Santrock.2007)

Dalam tahapan ini, seseorang dapat memahami hal-hal seperti cinta, bukti logis, dan nilai. Dilihat dari faktor biologis, tahapan ini muncul saat pubertas (saat terjadi berbagai perubahan besar lainnya), menandai masuknya ke dunia dewasa secara fisiologis, kognitif, penalaran moral, perkembangan psikoseksual, dan perkembangan sosial. (Santrock, 2007).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

C. *Attachment*

Attachment adalah kelekatan antara orang tua dengan anak (Santrock. 2007). *Attachment* adalah salah satu aspek peran orang tua menurut Santrock (2007). *Attachment* sangat dibutuhkan oleh remaja karena masa remaja sangat rentan dalam masa perkembangan sehingga peran orang tua yang berupa a*ttachment* sangat membantu untuk perkembangan remaja.

1. Pengertian *The role of parent*

The role of Parent (peran orang tua) terbagi menjadi peranan dan orang tua. Secara umum peranan adalah perilaku yang dilakukan oleh seseorang terkait oleh kedudukannya dalam struktur sosial atau kelompok sosial di masyarakat, artinya setiap orang memiliki peranan masing-masing sesuai dengan kedudukan yang ia miliki (Soekanto. 2007). Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia "Peran berarti perangkat tingkah atau karakter yang diharapkan atau dimiliki oleh orang yang berkedudukan dalam masyarakat, sedangkan peranan adalah tindakan yang dilakukan oleh seseorang dalam suatu peristiwa". Orang tua berperan dalam Pendidikan anak untuk menjadikan Generasi muda berkedudukan. (KBBI. 2016).

Menurut Munir (2010) dikemukakan bahwa "Orang tua adalah pria dan wanita yang tanggung jawab sebagai ayah dan ibu dari anak-anak yang dilahirkannya". Sedangkan menurut Pertiwi (2010) menyatakan bahwa "orang tua merupakan seorang yang bertanggung jawab pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keturunannya semenjak terbentuknya hasil pembuahan atau zigot baik berupa tubuh maupun sifat-sifat moral dan spiritual".

Peran orang tua dalam mendidik anak, hal ini sudah dijelaskan dalm al-quran surah al luqman ayat 13.

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ ۖ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ

Artinya : (ingatlah) ketika luqman berkata kepada anaknya, diwaktu ia memberi pelajaran kepadanya: " hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan allah, Sesungguhnya mempersekutukan allah adalah benar benar kedzalimanyag besar (QS. Luqman :13)

Pada surah al- luqman ayat 13 menjelasakan tentang pesan luqman kepada anaknya, Pelajaran yang bisa diambil dari rangkaian ayat di atas mencakup dua hal. Pertama, pelajaran bagi orang tua dalam mendidik anak-anaknya yakni aqidah dan akhlaq. Kedua, pelajaran kepada seorang anak dalam berbakti kepada orang tua, serta pemahaman tidak mempersekutukan Allah, karena perbuatan syirik merupakan sesuatu yang buruk dan merupakan tindak kezaliman yang nyata, termasuk dosa besar yang kelak pelakunya akan di azab oleh Allah pada hari kiamat. (Tafsir Ibnu Kastir (Terj) Jld. VI).

Adzab Allah apada hari kiamat diperuntukkan kepada orang – orang yang dzalim, maka dari itu orang tua wajib mengajarkan anak – anaknya aqidah yang benar. Ada satu hal yang penting didapatkan anak dalam proses pembelajarannya menjalankan berbagai kewajiban serta

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menghiasi dirinya dengan sifat-sifat yang mulia, yakni keteladanan dari para orang tua. untuk saat ini jarang dan sulit didapatkan anak. Bahkan, tidak jarang anak melihat sesuatu yang bertentangan dengan pemahaman yang sedang ditanamkan oleh orang tuanya, serta yang dilakukan oleh orang-orang di sekelilingnya.(Ulwan. 1990)

The role of parent (peran orang tua) adalah mempersiapkan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan dan proses pembelajaran anak agar bisa berjalan efektif dan maksimal. Selain itu peran orang tua juga sebagai pendidik bagi anaknya, agar dalam proses pembelajarannya dalam menjalankan norma dan berbagai kewajiban serta menghiasi dirinya dengan sifat-sifat yang mulia, yakni keteladanan orang tua (Hasyim. 1983)

The role of parent adalah perilaku pola asuh yang *responsive* yang mendukung, serta memberikan attachment kepada anak agar membentuk fondasi yang kuat untuk berkembang secara optimal. (Bornstein. 1989).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa orang tua mempunyai tanggung jawab yang berat dalam memberikan bimbingan kepada anak-anaknya, tokoh ayah dan ibu sebagai pendidik yang pertama harus melakukan tugas yang pertama adalah membentuk kepribadian anak dengan penuh tanggung jawab dan memberikan *attachment* antara orang tua dengan anak.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Aspek – aspek *the role of parent*

Menurut santrock peran orang tua dalam perkembangan sangat berepengaruh terhdap remja itu sendiri , ada 3 aspek peran orang tua dalam perkembangan yaitu:

a. Pengawasan Orang Tua.

Orang tua berperan penting sebagai peran bagi kesempatan – kesempatan yang dimiliki anak – anak, seperti mengawasi perilaku mereka, dan juga sebagi insiator sosial serta pengarah. Ibu cenderung lebih peran dalam pengasuhan daripada ayah. Aspek kunci dari peran orang tua adalah secara efektif mengawasi perkembangan remaja (Santrock,2012). Pengawasan pada masa remaja meliputi setting sosial, aktivitas, dan rekan – rekannya, serta akademis remaja (Santrock, 2012).

Pengawasan orang tua sangat perlu dilakukan oleh orang tua, karena pada masa remaja adalah masa pubertas, dimana masa pubertas adalah sebuah periode terjadi kematangan fisik dan psikis. Para peneliti telah menemukan bahwa keterbukaan remaja dengan orang tua mengenai keberadaan, aktivitas, dan teman mereka terkait dengan perilaku yang positif dan penyesuan positif remaja.

b. Otonomi

Banyak orang tua mengalami masa yang sulit ketika mendorong otonomi pada anak remajanya, meskipun hal itu merupakan ciri utama dari remaja. Remaja tidak sekedar terdorong

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk berpeisah atau bebas dari orang tuannya. Pada permulaan remaja, rata –rata individu tidak memiliki pengetahuan dalam pengambilan keputusan yang tepat dan matang dalam semua bidang kehidupan. Ketika remaja didorong unutk meraih otonomi, peran orang tua akan mengurangi batasan – batasan dalm bidang – bidang tertentu dimana remaja dapat mengambil keputusan dengan tepat dan masuk akal.

Remaja akan mengambil keputusan dengan tepat dan masuk akal dengan peran orang tua yang tetap membimbing remaja tersebut, dikarenakan penegetahuan remaja terbatas dalam menyelesaikan masalah, secara bertahap remaja akan mampu mengambil keputusan secara yang matang secara mandiri.

Mendefinisikan otonomi remaja merupakan hal yang kompleks dan sulit dipahami, otonomi pada umumnya berkonotasi dengan keterarahan diri dan kemandirian (Collins & Stainberg, 2006 dalam Santrock, 2007). Meningkatnya kemandirian remaja dapat diinterprestasikan sebagai suatu bentuk pemberontakan oleh sebagian orang tua, meskipun dalam banyak kasus, dorongan untuk otonomi ini tidak banyak menyangkut perasaan remaja terhadap orang tuanya. Terdapat 3 aspek dalam otononomi (Stainberg, 1993) yakni, otonomi emosi, otonomi tingkah laku, otonomi nilai.

Menurut Stainberg (1993), Otonomi emosi tercermin dalam kemampuan seorang remaja untuk tidak tergantung secara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

emosional terhadap orang lain, dalam hal ini orang tua. Otonomi tingkah laku, tercermin dalam kemampuan seorang remaja dalam megambil keputusan secara mandiri dan konsekuens terhadap keputusan tersebut. Sedangkan otonomi nilai tercermin dalam kemampuan seorang remaja untuk memaknai seperangkat prinsip tentang benar dan salah serta penting dan tidak penting.

Kesimpulan yang didapat dalam kemampuan memperoleh otonomi dan kendali terhadap perilaku sesorang dimasa remaja didapat dari ketepata reaksi yang diberikan oleh orang dewasa terhadap keinginan remaja atas kendali.

c. *Attachment*

Attachment pada remaja tidak begitu saja menghilangkan pengaruh orang tua ketika membuat keputusan sendiri. Ketika remaja semakin otonom, mereka akan semakin sehat secara psikologis apabila tetap mempertahankan attachmentnya dengan orang tua. Attachment dibagi menjadi dua, yakni attachment yang aman dan attachment yang tidak aman.

Para ahli teori attachment seperti psikiater Ingris John Bowlby (1982) dan psikolog perkembangan Amerika Mary Answord (1979) menyatakan bahwa pelekatan yang aman dimasa bayi penting bagi perkembangan kompetensi sosial. Dalam *attachment* yang aman dianggap sebagai landasan yang penting bagi perkembangan masa kanak-kanak, remaja dan dewasa. Sedangkan dalam *attachment*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang tidak aman dianggap berkaitan dengan masalah dalam relasi dan prilaku dimasa perkembangan selanjutnya (Collin dan stainberg, 2005 dalam santrock 2007).

Attachment antara orang tua yakni ayah dan ibu dengan anak terdapat model lama dan baru dalam relasi orang tua remaja. Model lama mengenai relasi orang tua – remaja menyatakan bahwa seiring dengan kematangan remaja, remaja dapat melepaskan diri dari orang tua dan memasuki dunia otonomi yang terpisah dari orang tua. Selain itu model lama juga menyatakan bahwa konflik antara orang tua – remaja akan berlangsung secara intens dan menimbulkan stres di masa remaja.

Sedangkan model baru menekankan kedudukan orang tua sebagai tokoh attachment yang penting, sumber daya dan system pendukung. Seiring dengan kecenderungan remaja untuk mengeksplorasi dunia sosial yang lebih luas dan kompleks. Pada model baru menekankan bahwa disebagian besar keluarga konflik yang terjadi antara orang tua – remaja merupakan hal yang biasa dan dapat memiliki fungsi perkembangan yang positif.(Santcok 2007).

Kelekataan terdapat dua jenis yakni secure attachment dan *insecure attachmnet*. *Secure attachment* adalah perasaan yang aman yakni hubungan antara pengasuh dan bayi, dengan figur kedekatan sehingga dapat mengindikasikan bahwa bayi dapat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengandalkan pengasuh sebagai sumber yang tersedia untuk kenyamanan dan keamanan ketika dibutuhkan. Bayi dengan secure attacment percaya akan adanya ketersediaan pengasuh yang tebuka dan responsif, maka hasil bayi akan berani untuk berinteraksi dengan dunia. Secure Attachment akan terbentuk apabila anak mendapatkan perlakuan yang hangat, konsisten dan responsif dari pengasuh.

Sedangkan *insecure attachment* adalah attachment yang tidak aman terhadap pengasuh. Bayi yang mengalami insecure Attachment akan mengalami ketidaknyamanan dari pengasuh, karena pengasuh tidak konsisten ketika memberikan perhatian kepada bayi sehingga bayi akan merasakan adanya ancaman. Sehingga dampak dari insecure attachment akan menghasilkan bayi menjadi cemas, mempunyai rasa takut akan tidak adanya respon ketika dibutuhkan. Mereka juga menjadi marah pada pengasuhnya karena kurangnya respon kepada mereka.

Dari penelitiannya joseph allen (Santrock, 2012) mengatakan bahwa seorang remaja yang mempunyai attachment yang aman pada usia 14 tahun akan mengalami relasi yang eklusif, merasa nyaman dengan keintima dalam relasi dan independensi yang meningkat saat berumur 21 tahun.

Menurut Armsden dan Greenberg (dalam Bowbly 1982) ada tiga aspek dari *attachment* yaitu yang pertama adalah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

komunikasi (*communication)* yakni adanya komunikasi yang baik maka akan menciptakan ikatan emosional yang kuat antara orang tua dan anak. aspek yang kedua yaitu kepercayaan (*trust)* yang didefinisikan sebagai perasaan aman dan keyakinan bahwa orang lain akan membantu atau memenuhi kebutuhan individu. Kepercayaan dapat muncul saat hubungan terjalin dengan kuat. Aspek yang ketiga adalah keterasingan (*alienation*), pada keterasingan ini erat kaitannya dengan penghindaran dan penolakan. Ketika seseorang merasa atau menyadari bahwa figur tidak hadir, maka akan berakibat pada buruknya *attachment* yang dimilki oleh individu.

D. Hubungan Antara *Attachment* Dengan *Self Compassion*

Masa remaja adalah suatu periode peralihan diri dari masa kanak-kanak kepada masa dewasa. Masa remaja juga sebagai usia bermasalah. Sehingga remaja mengalami kesualitan dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Menurut Santrock (2012) peningkatan kemampuan kognitif remaja seperti meningkatkatkan kemampuan introspeksi, metakognisi, refleksi diri, dan kemampuan berpikir dari perspektif sosial juga membawa beberapa kewajiban baru dan tugas perkembangan yang berbeda.

Tugas perkembangan yang berbeda dan kemampuan baru pada remaja ini membuat remaja terus mengevaluasi diri sendiri dan membandingkan dirinya dengan orang lain karena mereka berusaha untuk membangun identitas mereka dan tempat dalam hirarki sosial selain itu,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tekanan intens yang dihadapi oleh sebagian besar remaja adalah stres dibidang akademis, adanya kebutuhan untuk menjadi populer dan dengan teman sebayanya, masalah citra tubuh (diperkuat karena pubertas), masalah kencan, seks, yang seringnya membawa dampak evaluasi yang justru merugikan mereka.(Hurlock. 1980) Dari perubahan perubahan perubahan yang dialami remaja, tidak banyak dari dalam diri remaja yang dapat menerima maupun menolak perubahan tersebut. Sehingga membuat remaja mengalami stres, dan bahkan remaja juga terkadang menyakiti diri sendiri, seperti makan makan pedas agar melampiaskan tekanan tekanan yang dihdapinya.

Tekanan – tekanan yang dihadapi oleh remaja peran orang tua sangatlah penting dalam mendampingi perkembangan dan perubahan yang terjadi pada anak remaja tersebut. Peran orang tua yang sangat penting bagi remaja yang akan menumbuhkan *self compassion* pada diri remaja. Yakni peran orang tua ini akan berpengaruh terhadap *slef compassion* pada diri remaja, karna *self compassion* merupakan sikap untuk mencintai diri sendiri sedangkan peran orang tua sangat berperan dalam pembentukan *self compasiion*. Neef (2011) bahwa salah satu faktor dari *self compassion* adalah *the role of parent* (peran orang tua).

Dalam penelitian Moreira dan Jessica (2015) mengatakan peran orang tua sangat mendukung dalam tumbuh kembang anak baik secara psikis maupun fisik, peranan orang tua dalam pola asuh yang baik akan mempunyai attachment yang baik antara anak dengan orang tua, hal ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

akan menumbuhkan kepribadian yang baik bagi remaja. Attachment antara orang tua dengan anak, membuat anak akan lebih terbuka dengan orang tua, anak akan menceritakan apa saja yang terjadi pada dirinya, sehingga orang tua dapat mengawasi serta memberikan pendapat terhadap anaknya. Sehingga dapat dikatakan peran orang tua dapat menumbuhkan *self compassion* yang baik terhadap remaja.

E. Landasan teori

Self-compassion merupakan konsep yang diadaptasi dari filosofi budha tentang cara mengasihi diri sendiri layaknya rasa kasihan ketika melihat orang lain mengalami kesulitan (Neff, 2003). *Self compassion* merupakan sikap memiliki perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun kekurangan dalam dirinya serta memiliki pengertian bahwa penderitaan, kegagalan, dan kekurangan dalam dirinya merupakan bagian dari kehidupan setiap orang. Neff (2003) menerangkan bahwa seseorang yang memiliki *self compassion* lebih dapat merasakan kenyamanan dalam kehidupan sosial dan dapat menerima dirinya secara apa adanya, selain itu juga dapat meningkatkan kebijaksanaan dan kecerdasan emosi.

Hidayati (2015). Berpendapat bahwa seseorang yang memiliki *self compassion* tinggi mempunyai ciri yaitu mampu menerima diri sendiri baik kelebihan maupun kelemahannya. Selain itu mampu menerima kesalahan atau kegagalan sebagai suatu hal umum yang juga dialami oleh

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang lain, tanpa menyalahkan diri sendiri, sehingga dapat dikatakan seseorang akan memnpunyai *self compassion* yang baik.

Self compassion merupakan kesediaan diri untuk tersentuh dan terbuka kesadarannya saat mengalami penderitaan dan tidak menghindari penderitaan tersebut. Proses pemahaman tanpa kritik terhadap penderitaan, kegagalan, atau ketidakmampuan diri dengan cara memahami bahwa ketiga hal tersebut merupakan bagian dari pengalaman sebagai manusia pada umumnya (Hidayati, 2015). *Self Compassion* dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah *The role of parent.* Dalam *the role of parent* mempunyai tugas dan tanggung jawab kepada anak dalam mendidik moral dan spriritual. selain mempunyai tugas dan tanggung jawab urang tua harus mempunyai tiga peranan orang tua diantarannya adalah pengawasan, attachment dan otonomi, tetapi peran orang tua terlebih oada attachment antara anak dan orang tua (Santrock. 2007).

Masa perekembangan remaja mempunyai tugas perkembangan remaja yang mana melibatkan peran orang tua, seperti pengawasan otonomi dan attachment. Pada masa remaja awal sangat dibutuhkan hubungan attatchment dengan orang tua dibandingkan otonomi dan pengawasan. Santrock (2003) mengatakanbahwa para ahli penelitian perkembangan telah lebih menunjukkan minat apada otonomi daripada attachment selama masa remaja. Akan tetapi, akhir akhir ini berkebalikan, yakni masa remaja lebih mengedepankan minat pada attchmen daripada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

otonomi. Selain itu otonomi lebih bnyak digunakan di remaja yang mulai memasuki masa remaja akhir, sedangkan attachment lebih dibutuhkan pada remaja awal (Santrock. 2003)

Attachment pada remaja awal dengan orang tua sangat penting agar keterbukaan antara anak kepada orang tua terjalin dengan baik. Jalinan hubungan yang dekat antara orang tua dan remaja akan mengakibatkan rasa nyaman dalam lingkungan keluarga sehingga akan berpengaruh kepada perkembangan dan kepribadian remaja. menyatakan bahwa *attachment* yang aman dimasa bayi penting bagi perkembangan kompetensi sosial. Dalam *attachment* yang aman dianggap sebagai landasan yang penting bagi perkembangan masa kanak-kanak, remaja dan dewasa. Sedangkan dalam *attachment* yang tidak aman dianggap berkaitan dengan masalah dalam relasi dan prilaku dimasa perkembangan selanjutnya (Bowbly. 1989).

Masa perkembangan remaja sangat membutuhkan peran orang tua salah satunya memiliki attachment yang memungkinkan memiliki *self compassion* yang tinggi, karena attachment berpengaruh kepada kontrol dari orang tua kepada remaja. Attachment yang terjalin antara orang tua dan remaja sangat penting bagi tumbuh kembang dari remaja. Dengan attachment tersebut maka orang tua dapat mengontrol secara berkala pada kegiatan keseharian remaja. Kontrol inilah yang menjadi jembatan untuk menanamkan penguatan-penguatan positif dari orang tua kepada remaja.Pengautan positif yang ditanamkan kepada remaja adalah sebuah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

suplement bagi remaja untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam diri remaja, sehingga rasa dukungan dan respond yang baik dari penguatan positif dapat meningkatan *self compassion* pada remaja. (Feist. 2013). Skinner mengatakan bahwa penguatan yang diberikan kepada remaja akan memperkuat atau meningkatkan suatu perilaku akan terjadi. Dalam penguatan skinner membagi 2 yakni penguatan positive dan penguatan negative, dimana keduanya akan menimbulkan konsekuensi dalam perilaku yang akan terjadi. (Alwisol. 2005).

Perilaku yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari *attachment* dengan orang tua, dimana peran orang tua memberikan penguatan – penguatan terhadap remaja, penguatan - penguatan yang diberikan oleh orang tua akan berpengaruh terhadap perilaku remaja, baik dari penguatan positive maupun penguatan negative. (Rober.1998). berikut gambar dari penejelasan diatas:

Gambar 1. Hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal

Penjelasan yang telah dipaparkan dapat ditarik kesimpulan bahwasannya terdapat hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal. Untuk mempunyai *self compassion* maka orang tua perlu memperhakan peran orang tua seperti *attachment*, otonomi dan pengawasan dengan orang tua. karena pada dasarnya peran

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang tua sangat berpengaruh terhadap remaja, ketika peran orang tua dilakukan dengan postiv pada remaja maka remaja akan mempunyai *self compassion* yang baik tetapi sebaliknya, ketika peran orang tua dilakukan dengan negativ pada remaja maka tidak mempunyai *self compassion*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

F. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positive antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah cara yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan, serta memiliki langkah-langkah yang sistematis. Sugiyono (2014) menyatakan bahwa metode penelitian dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan dibuktikan dengan suatu pengetahuan tertentu sehingga dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisispasi masalah. Metode penelitian mencakup prosedur dan teknik penelitian.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif korelasi yaitu dengan cara mencari informasi tentang gejala yang ada, didefinisikan dengan jelas tujuan yang akan dicapai, merencanakan cara pendekatannya, mengumpulkan data sebagai bahan untuk membuat laporan. Dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui atau mengukur Hubungan antara *attachmnet* dengan *self compassion* pada remaja awal.

A. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Variabel penelitian adalah sesuatu yang akan menjadi objek atau sering juga sebagai faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti (Sugiyono 2014). Variabel penelitian yang akan dikaji dalam penelitian ini dibagi menjadi dua variabel utama, yaitu variabel bebas (X) yang terdiri satu variabel, yaitu *attachmen t.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sedangkan variabel terikat (Y) terdiri dari satu variabel, yaitu *self compassion.*

2. Definisi operasional

a. Definisi Operasional *Self Compassion*

Self compassion adalah perasaan yang memiliki belas kasih dan kebaikan pada diri sendiri dalam menghadapi kesulitan dan kekurangan yang ditandai dengan adanya enam komponen (*self kindess, self judgement, common humanity, isolation, mindfulness dan over identified*). Skala yang digunakan merupakan modifikasi dari alat ukur Andinia (2015) dari *Self compassion Scale* dari Neff (2003)

b. Definisi Operasional *Attachment*

Attachment adalah kedekatan anak kepada orang tua dalam memberikan perilaku pola asuh yang mendukung serta terdapat beberapa aspek-aspek yang diantaranya yaitu: *trust, communication, dan alienation.* Skala yang digunakan merupaka modifikasi dari skala IPPA *Revised-Version* dari Sakdiyah (2014).

B. Populasi Sampel Dan Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2014), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas tujuh

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang ada di SMPN 49 surabaya. Berikut tabel populasi siswa kelas VII SMPN 49 Surabaya

Tabel. 1
Populasi Siswa SMPN 49 Surabaya

No	Kelas	Jumlah
1.	VII A	32 Siswa
2.	VII B	32 Siswa
3.	VII C	32 Siswa
4.	VII D	32 Siswa
5.	VII E	33 Siswa
6.	VII F	33 Siswa
7.	VII G	33 Siswa
8.	VII H	33 Siswa
JUMLAH		**260 Siswa**

Alasan memilih subjek dari siswa kelas VII SMPN 49 Surabaya yang pertama karena sekolah ini menerapkan sistem *full day school*, selain itu siswa kelas VII mengalami transisi dari SD ke SMP, dan juga akan mengalami banyak perubahan dari teman, materi, serta adaptasi dengan lingkungan baru serta terdapat beberapa siswa yang mengalami tekanan dari orang tua seperti tuntutan dalam prestasi akademik sehinga siswa seringkali mengalami stres dan akan menyalahkan dirinya sendiri serta kurangnya penerimaan diri pada diri siswa. (hasil wawancara AR kamis (25 Januari 2018)). Secara teoritik siswa kelas VII termasuk pada masa perkembangan awal remaja diawali pada umur 12 sampai 14 tahun dimana remaja seringkali mengalami kritikan oleh orang yang terdekatnya hal ini akan berimbas pada kurangnya percaya diri dan kurangnya penerimaan diri pada remaja (Hurlock. 1992).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Sampel

Sampel penelitian digunakan untuk mendapatkan gambaran dari populasi. Menurut Bailey (dalam Sugiyono. 2014) Sampel merupakan bagian dari populasi yang ingin diteliti. Oleh karena itu sampel harus dilihat sebagai suatu gambaran populasi dan bukan populasi itu sendiri. Melihat pernyataan diatas, penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik acak sederhana (*simple random sampling*). Teknik acak sederhana adalah teknik yang memberikan kesempatan yang sama pada setiap anggota populasi untuk dipilih sebagai sampel.

Populasi yang dipilih sebagai sampel mempunyai kesempatan yang sama ini, hasil dari suatu penelitian dapat digunakan untuk memprediksi populasi. Selain itu, teknik acak sederhana dipakai karena populasi penelitian bersifat homogen dan tidak banyak jumlahnya kurang dari 1000. Sugiyono. (2014) menyatakan bahwa teknik acak sederhana dapat dipakai jika populasi dari suatu penelitian bersifat homogen dan tidak banyak jumlahnya. Berdasarkan tabel Isaac dan Michael (dalam Sugiyono. 2014) dengan jumlah populasi 260 dan tingkat kesalahan 10% maka jumlah sampel yang akan digunakan adalah sebanyak 133 siswa. Adapun rincian tabel sampel subjek penelitian sebagai berikut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel. 2
Rincian Jumlah Subjek penelitian

No	Kelas	Jumlah
1.	VII A	16 Siswa
2.	VII B	16 Siswa
3.	VII C	16 Siswa
4.	VII D	17 Siswa
5.	VII E	17 Siswa
6.	VII F	17 Siswa
7.	VII G	17 Siswa
8.	VII H	17 Siswa
JUMLAH		**133 Siswa**

3. Teknik pengambilan sampel

Teknik sampling adalah merupakan teknik pengambilan sampel. Untuk sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang dikelompokkan menjadi dua yaitu *Probability sampling dan Nonprobability sampling* (Sugiyono,2014).pada penelitian ini peneliti menggunkan *teknik sampling probability Sampling.*

Teknik Probability sampling merupakan teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih untuk menjadi anggota sampel. Teknik ini terdapat empat teknik salah satunya adalah *simple random sampling*. *Simple random sampling* adalah teknik yang dapat dikatakan simple (sederhana) karena pengambilan sampel dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada pada populasi itu. Cara demikian dilakukan bila anggota populasi dianggap homogen.

Menurut Hadi (2004), dalam simple random sampling terdapat 3 cara atau prosedur yang digunakan, yaitu cara undian, cara ordinal, dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

randomisasi. Dalam penelitian ini, cara yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah dengan cara ordinal yaitu dengan cara mengambil siswa yang berada pada nomor genap berdasarkan daftar hadir siswa pada setiap kelas VII.

C. Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Sebelum melakukan penelitian, seorang peneliti biasanya telah memiliki dugaan berdasarkan teori yang digunakan, untuk dugaan yang disebut hipotesis. Untuk membuktikan hipotesis secara empiris, seorang peneliti membutuhkan pengumpulan data untuk diteliti secara lebih mendalam.

Penelitian ini menggunakan skala psikologi sebagai instrument pengumpulan data. Menurut Azwar (2012) skala merupakan alat ukur psikologi yang biasanya digunakan untuk mengukur aspek yang antara lain memiliki ciri stimulusnya ambigu serta tidak terdapat jawaban benar atau salah. Bentuk skala yang digunakan adalah skala langsung, dimana yang menjawab atau mengisi skala adalah subjek yang diteliti. Bentuk pernyataan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pernyataan dan jawabannya telah dibatasi atau ditentukan, sehingga responden tidak dapat memberikan respon seluas-luasnya, disebut juga angket tertutup (Arikunto, 2006).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1). Skala *Attachment*

Skala *attachment* peneliti menggunakan modifikasi skala IPPA Revised-Version yang sudah digunakan penelitian oleh Sakdiyah (2014) yang disusun berdasarkan teori - teori yang dikembangkan oleh Armsden dan Greenberg (2009) serta berdasarkan paradigma teori kelekatan pada Bowlby yang menjelaskan tentang aspek-aspek yang diantaranya yaitu: *trust, communication, dan alienation.* Berikut bluprint skala *attachment*

Tabel. 3
Bluprint skala *attachment.*

No	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem		Total
			F	UF	
1.	Kepercayaan (*Trust*)	Percaya pada orang tua	11		**1**
		Percaya bahwa orang tua memahami dan menghargai dirinya	1 10		**2**
2.	Komunikasi (*Communication*)	Mengomunikasikan masalah dengan orang tua	4 7	3	**3**
		Adanya usaha orang tua untuk berkomunikasi	2 6		**2**
3.	Keterasingan (*Alienation*)	Merasa dikucilkan dan tidak diperhatikan orang tua	9 12		**2**
		Merasa marah kepada orang tua	5 8		**2**
	S				
	Jumlah Aitem		**12 Aitem**		

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Skala *the role of parent* pada orang tua memuat penyusunan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable.* Penyusunan pernyataan dalam skala *attachment* terdiri atas empat pilihan yang menunjukkan frekuensi kejadian, yaitu tidak pernah (TP), jarang (JR), sering (SR), dan selalu (SL). Berikut tabel skoring skala *attachment.*

Tabel. 4
Skoring skala *attachment*

No	Jawaban	Favorable	Unfavorable
	Tidak pernah	1	4
	Jarang	2	3
	Sering	3	2
	Selalu	4	1

2). Skala *Self compassion*

Skala *self compassion* yang digunkan adalah modifikasi dari Andinia (2015) yakni *self compassion scale* dari Neff (2003). Aitem yang digunakan berjumlah 22 butir. Adapun bluprint skala *self compassion* sebagai berikut.

Tabel. 5
Blueprint skala *self compassion*

No	Aspek	Nomor aitem	Jumlah
	Self kindness	5, 12, 19	**3**
	Self judgement	1, 8, 11,16,21	**5**
	Common humanity	3, 7, 10, 15	**4**
	Isolation	4, 13, 18	**3**
	Mindfulness	9, 14, 17, 22	**4**
	Over identified	2, 6, 20	**3**
	Total		**22**

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Skala *self compassion* bersifat *favorable* dan *unfavorable.* pernyataan dalam skala *self compassion* terdiri atas lima pilihan yang menunjukkan frekuensi kejadian, yaitu tidak pernah (TP), jarang (JR), sering (SR), dan selalu (SL). Berikut tabel skoring skala *self compassion :*

Tabel. 6
Skoring skala *self compassion*

No	Jawaban	Favorable	Unfavorable
	Tidak pernah	1	4
	Jarang	2	3
	Sering	3	2
	Selalu	4	1

D. Validitas dan reliabilitas

1. Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan suatu instrument. Suatu instrument dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang seharusnya diukur (arikunta. 2002).

Uji validitas digunakan untuk mengukur kelayakan butir – butir dalam daftar pertanyaan dalam mendefinisikan dalam suatu variabel. Menguji validitas alat ukur,peneliti menggunakan teknik *Product Moment* dari Karl Pearson. Menurut Azwar (2011) koefisien validitas dapat dianggap memuaskan apabila melebihi rxy = 0,30 sehingga hanya item-item yang mempunyai total korelasi lebih dari rxy = 0,30 yang dianggap valid.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Skala *attachment* menggunakan modifikasi dari skala penelitian yang telah dilakukan oleh Sakdiyah (2014) dan skala *Self Compassiion* menggunakan adopsi dari skala Neff (2003) pada penelitian Sakdiyah (2014) Peneliti memodifikasi dan hanya pada pernyataannya seperti bahasa dan penambahan aitem yang disesuaikan dengan fenomena yang terjadi, maka perlu dilakukan *expertjudgment* yang berjumlah 4 orang *expertjudgment* dalam penelitian ini, yang terdiri satu orang dosen pembimbing dan tiga orang dosen dibidang psikologi. *Expertjudgment* akan diberikan tiga pilihan jawaban yaitu relevan, kurang relevan dan tidak relevan, dengan penilaian sebagai berikut:

Tabel.7
Pemberian skor *expertjudment*

Pilihan Jawaban	Nilai
Relevan	3
Kurang Relevan	2
Tidak Relevan	1

Hasil dari expertjudgment pada skala *attachment* aitemnya akan dinilai bagus, cukup, dan rendah. Aitem yang dinyatakan "bagus" maka aitem tersebut dapat digunakan, aitem yang dinyatakan "cukup" maka aitem tersebut harus direvisi terlebih dahulu berdasarkan saran/ komentar dari *expertjudgment* sebelum aitem digunakan. Sedangkan aitem yang dinyatakan "rendah" maka aitem tersebut dibuang dan tidak dapat digunakan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hasil dari *experjudgment* dari skala *Attachment* dapat disimpulkan sebagai berikut. Aitem yang bernilai "bagus" pada aitem nomor 4 dan 7. Aitem yang bernilai "cukup" pada aitem nomor 1,2, 3, 5, 6, 8, 10 dan 12. Aitem yang bernilai "rendah" pada aitem nomor 9 dan 11. Aitem yang bernilai "rendah" digunakan, maka peneliti harus melakukan revisi aitem terlebih dahulu berdasarkan catatan dari *expertjudgment*. Berikut kesimpulan catatan dari tiga *expertjudgment*, yaitu:

1. Tidak boleh membuat kalimat yang sama antara aspek, indikator dan pernyataan
2. Lebih teliti dalam menggunakan kalimat "saya"
3. Merubah kata negatif "tidak" menjadi lebih positif

Aitem bernilai "rendah" terdapat pada aitem nomor 9 dan 11 dilakukan revisi hingga sesuai dengan masukan yang diberikan oleh *expertjudgment*. Maka skala *Attachment* terdapat 12 aitem yang akan digunakan pada penelitian ini.

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*). Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat penyajian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement* (Azwar, 2013). Validitas skala tersebut akan menggunakan rumus *Content Validity Ratio* (CVR) dari Lowshe (Azwar, 2012). Dimana *Content Validity Ratio* (CVR) digunakan untuk mengukur validitas isi aitem-aitem berdasarkan data empirik. Menggunakan validitas isi,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengukuran validitas alat ukur juga dilakukan dengan menyeleksi item-item yang dianggap baik dengan menggunakan *SPSS*.

Seleksi item dilakukan dengan melihat besarnya daya diskriminasi atau daya beda item. Menurut Azwar (1999) daya deskriminasi yang digunakan dalam menganalisis aitem yaitu > 0,30. Aitem yang memiliki skor daya diskriminasi aitem kurang dari 0,30 sebaiknya dihapus agar alat ukur menjadi valid. Berikut hasil dari analisis validitas skala *Attachment* dan skala *self compassion* pada remaja awal.

a. Skala *Attachment*

Skala *Attachment* setelah dilakukan *try out* mendapatkan hasil analisis yang menggunakan *SPSS* menunjukkan bahwa terdapat 9 aitem yang baik yaitu aitem nomor 1, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10 dan 11, yang memiliki *Corrected Item Total Correlation* ≥ 0,3. Sedangkan 3 aitem lainnya merupakan aitem yang buruk yaitu nomor 2,5 dan 12 karena memiliki *Corrected Item Total Correlation* ≤ 0,3.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel.8
bluprint skala *Attachment*

No	Dimensi	Indikator	Nomor Aitem		Total
			F	UF	
4.	Kepercayaan (*Trust*)	Percaya pada orang tua	11		**1**
		Percaya bahwa orang tua memahami dan menghargai dirinya	1 10		**2**
5.	Komunikasi (*Communication*)	Mengomunikasikan masalah dengan orang tua	4 7	3	**3**
		Adanya usaha orang tua untuk berkomunikasi	6		
6.	Keterasingan (*Alienation*)	Merasa dikucilkan dan tidak diperhatikan orang tua	12		**1**
		Merasa marah kepada orang tua	8		**2**
	Jumlah Aitem		**9 Aitem**		

b. Skala *Self compassion*

Skala *self compassion* telah dilakukan *try out* mendapatkan hasil analisis yang telah dilakukan dengan menggunakan *SPSS* menunjukkan bahwa terdapat 12 aitem yang baik yaitu aitem nomor 1, 2, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 21 dan 22, yang memiliki *Corrected Item Total Correlation* ≥ 0,3. Sedangkan 9 aitem lainnya merupakan aitem yang buruk yaitu nomor 3,4, 7, 8, 14, 17, 18, 19 dan 20 karena memiliki *Corrected Item Total Correlation* ≤ 0,3.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel.9
Bluprint skala self compassion

No	Aspek	Nomor aitem	Jumlah
	Self kindness	5, 12	**2**
	Self judgement	1, 11,16,21	**4**
	Common humanity	10, 15	**2**
	Isolation	13	**1**
	Mindfulness	9, 22	**2**
	Over identified	2, 6	**2**
	Total		**9**

2. Realibilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya, maksudnya apabila ada beberapa pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok yang sama diperoleh hasil yang relatif sama (Azwar,2000). Reliabilitas dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan program SPSS. Kriteria suatu instrumen penelitian dikatakan reliabel menggunakan varians *Alpha Cronbach* yang dibantu dengan program SPSS.(Arikunto. 2010).

Menurut Azwar (2015), pada umumnya bila koefisien *Cronbach's Alpha* < 0.6 dapat dikatakan tingkat reliabilitasnya kurang baik, sedangkan koefisien *Cronbach's Alpha* > 0,7 – 0.8 tingkat reliabilitasnya dapat diterima dan akan sangat baik jika > 0.8. Teknik yang digunakan adalah teknik koefisien reliabilitas *Cronbach's Alpha* dengan bantuan komputer Seri Program Statistik atau *Statistical Package For The Sciences* (SPSS) *for Windows* versi 16.00.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan dari hasil pengisian skala yang telah diproses menggunakan *SPSS*, maka mengetahui reliabilitas melalui koefisien *alpha cronbach.* Nilai koefisien reliabilitas yang dianggap baik adalah di atas 0.7 (Pallant, 2007). Indikator pengukuran reliabilitas menurut Arikunto (2013) yang membagi tingkatan reliabilitas dengan kriteria sebagai berikut: Jika alpha atau r hitung :

a. 0,000 – 0,200 : Sangat Rendah
b. 0,210 – 0,400 : Rendah
c. 0,410 – 0,600 : Cukup
d. 0,610 – 0,800 : Tinggi
e. 0,810 – 1,000 : Sangat Tinggi

Pada penelitian ini reliabilitas yang digunakan menurut Arikunto (2013) instrumen dapat dikatakan mempunyai reliabilitas apabila nilai kriteria soal yang digunakan 0,6 sampai dengan 1,00. Berikut reliabilitas skala *Attachment* dan skala *self compassion* pada penelitian ini.

Tabel.10
Hasil uji estimasi realibilitas

Variabel	*Cronbach's Alpha*	*N* of Aitem
Attachment	0,674	12
Self Compassion	0,489	22

Pada tabel 10 menjelaskan bahwa pada hasil uji reliabilitas variabel *Attachment* diperoleh nilai sebesar 0,674 maka reliabilitasnya adalah cukup sehingga aitem-aitemnya dapat dikatakan reliabel sebagai alat

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengumpul data. Sedangkan variabel *Self Compassion* diperoleh nilai sebesar 0.489 yang artinya cukup sehingga aitem-aitemnya dapat dikatakan reliabel sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini. Hasil pada skala ini menunjukkan bila semakin tinggi perolehan skor maka semakin tinggi tingkat *self Compassion*. Sebaliknya, semakin rendah perolehan skor maka semakin rendah pula tingkat *self compassion.*

E. Analisis data

Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *Attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal dengan menggunakan metode analisa *product moment*. Cara perhitungannya dibantu dengan menggunakan program SPSS.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek

Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas VII. Subjek diambil dari kelas VII yang berjumlah 133 siswa. Berikut gambaran umum subjek berdasarkan data demografinya yaitu jenis kelamin ,usia, pekerjaan orang tua dan katagori variabel.

1. Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin dikelompokkan menjadi dua, yaitu laki-laki dan perempuan, dengan gambaran subyek sebagai berikut.

Tabel.11
Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase %
	Perempuan	90	68,2%
	Laki – laki	42	31,8 %
	Total	133	100%

Tabel 11 menjelaskan bahwa berdasarkan jenis kelamin dari 133 siswa, persentase subjek dengan jenis kelamin laki-laki sebesar 31,8% dan perempuan sebesar 68,2%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar adalah responden dari siswa yang berjenis kelamin perempuan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Subjek penelitian berdasarkan usia

Berdasarkan usia subjek penelitian dikelompokkan menjadi tiga, yaitu antara 12, 13 dan 14 tahun, dengan gambaran usia subjek seperti pada tabel berikut.

Tabel.12
Gambaran subjek berdasarkan usia

No	Usia	Jumlah	Presentase
	12 tahun	15	12,0%
	13 tahun	110	82,7%
	14 tahun	8	5,6%
	Total	133	100%

Gambaran subjek berdasarkan usia pada tabel 12 dari 133 siswa, presentase subjek dengan siswa yang berusia 12 tahun sebesar 12,0%, siswa yang berusia 13 tahun sebesar82,7%, dan siswa yang berusia 14 tahun sebesar 5,6%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar adalah responden dari siswa yang berusia 13 tahun.

3. Subjek penelitian berdasarkan pekerjaan orang tua

Berdasarkan pekerjaan orang tua subjek penelitian dikelompokkan menjadi 3, yaitu antara wiraswasta, tukang bangunan dan pedagang. Berikut gambaran pekerjaan orang tua seperti pada tabel.

Tabel.13
Gambaran Subjek berdasarkan pekerjaan orang tua

No	Usia	Jumlah	Presentase
	Wiraswasta	115	86%
	Tukang bangunan	8	6%
	Pedagang	10	8%
	Total	133	100%

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Gambaran subjek berdasarkan pekerjaan orang tua pada tabel 13 dari 133 siswa, presentase subjek dengan orang tua yang bekerja sebagai wirausaha sebesar 86 %, orang tua yang bekerja sebagai tukang bangunan sebesar 6%, dan orang tua yang bekerja sebagai pedagang sebesar 5,6%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar adalah responden dari orang tua yang bekerja sebagai wiraswasta.

4. Gambaran Katagori Subyek Pada Setiap Variabel

Berdasarkan katagori subjek penelitian dikelompokkan menjadi 3, yaitu antara tinggi, sedang dan rendah. Berikut gambaran katagori subyek pada setiap variabel seperti pada tabel berikut

Tabel. 14.
Gambaran Katagori Subyek Pada Setiap Variabel

No	Variabel	Tinggi	Sedang	Rendah
	Attachment	15%	67%	18%
	Self Compassion	14%	68%	18%

Gambaran subjek berdasarkan katagori setiap variabel pada tabel 14 dari 133 siswa, presentase subjek yang mempunyai *attachment* tinggi 15 %, dengan subjek yang mempunyai *attachment* sedang 67%, dengan subjek yang mempunyai *attachment* rendah 18%. Sedangkan presentase subjek yang mempunyai *self compassion* tinggi 14 %, subjek yang mempunyai *self compassion* sedang 68 %, subjek

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang mempunyai *self compassion* rendah 18 %. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar adalah responden dari katagori sedang baik dari *attachment* maupun *self compassion..*

B. Deskripsi dan realibilitas

1. Deskripsi Data

Tujuan dari analisis deskripsi adalah untuk mengetahui deskripsi suatu data seperti rata – rata, standart deviasi, varians dan lain – lain. Berdasarkan hasil analisis *Descriptive Statistic* dengan menggunakan program SPSS dapat diketahui skor minimum, rata – rata (mean), standart deviasi, dan varians dari jawaban subjek penelitian terhadap skala ukur yakni sebagai berikut:

Tabel.15
Statistik Deskripstif

Variabel	N	Range	Min	Max	Rata – rata	Std. Deviasi
Attachment	133	36	16	52	38.9398	6.32307
Self Compassion	133	18	18	36	26.9098	3.82468
Valid N (listwise)	133					

a

Dapat diketahui dari tabel 15 bahwa jumlah subjek yang diteliti dari skala *attachment* dan skala *self compassion* adalah 133 siswa. Pada skala *attachment* memiliki range sebesar 36, nilai terendahnya sebesar 16, nilai tertinggi sebesar 52, nilai rata – rata (mean) sebesar 38.9398, dan standart deviasi sebesar6.32307 Sedangkan pada skala *self compassion* diperoleh range sebesar 18, nilai terendah sebesar 18,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

nilai tertinggi sebesar 36, nilai rata – rata (mean) sebesar 26.9098, dan standart deviasi sebesar 3.82468.

2. Realibilitas Data

Penelitian ini menggunakan uji reliabilitas *Cronbach's Alpha* dengan bantuan SPSS unutk menguji skala yang akan digunakan dalam penelitian, yakni dengan hasil sebagai berikut:

Tabel. 16
Hasil Uji Estimasi Reliabilitas

Skala	Koefisien Reliabilitas	Jumlah Aitem
Attachment	0,773	9
Self Compassion	0,933	13

Hasil uji estimasi reliabilitas pada tabel 16 yakni skala *attachment* diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,733 yang terdiri dari 9 aitem maka reliabilitas alat ukur dikatakan baik sedangkan untuk skala *self compassion* diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,933 yang terdiri dari 13 aitem, maka reliabilitas alat ukur dikatakan baik. Sehingga dapat dikatakan bahwa skala *attachment* dan skala *self compassion* memiliki realibilitas yang baik artinya aitem – aitemnya sangat reliabel sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini. Skala dapat dikatakan baik apabila koefisien reliabilitas lebih dari 0,60 dan mendekati 1,00.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas memiliki tujuan untuk menguji variabel bebas maupun variabel terikat berdistribusi normal atau tidak. Apabila signifikansi > 0,05 maka dikatakan data berdistribusi normal, begitu pula sebaliknya jika signifikansi < 0,05 maka data dikatakan berdistribusi tidak normal (Azwar, 2012). Untuk menguji normalitas data yang digunkan yaitu *Kolmogorov Smirnov Test* dengan bantuan SPSS. Data yang dihasilkan yaitu sebagai berikut.

Tabel.17
Hasil Uji Normalitas

One Sample Kolmogorov-Smirnov Test				
			Attachmenr	*Self Compassion*
Subjek Penelitian			133	133
Paramater Normal		Rata-rata	26.9098	38.9398
		Standard deviasi	3.82468	6.32307
Perbedaan Ekstrim	Paling	Absolut	143	230
		Positif	132	192
		Negatif	-143	-230
Kolmogorov-Smirnov Z			1.647	2.657
Asymp. Sig. (2-tailed)			.009	.000

Hasil uji normalitas dari tabel 17 nilai signifikan untuk skala *attachment* sebesar 0,09 > 0,05. Karena nilai signifikan pada variabel diukur memiliki nilai > 0,05 maka dapat dikatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal dan memenuhi uji asumsi normalitas.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk membuktikan apakah variabel bebas mempunyai hubungan yang linier dengan variabel terikat. Linieritas menunjukkan variasi hubungan linier dari kedua variabel yang diuji. Apabila hasilnya diperoleh skor *deviat from linierity* sebesar > 0,05 maka artinya terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Pada uji linieritas menggunakan *compare means* dengan bantuan program *SPSS*. Hasil dari uji linieritas adalah sebagai berikut:

Tabel.18
Hasil uji Linieritas

			F	**Sig.**
Attachment Self Compassion	Antar Grup	Kombinasi	0.351	0.950
		Linieritas	0.559	0.687
		Penyimpangan dari linieritas	0.423	0.458
	Dalam kelompok			
	Total			

Hasil uji linieritas pada tabel 18 pada skala *attachment* dengan skala *self compassion* menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,458 > 0,05 yang artinya bahwa variabel *attachment* mempunyai hubungan yang linier. Berdasarkan hasil uji prasyarat data yang dilakukan melalui uji normalitas kedua variabel baik yakni variabel *attachment* dengan variabel *Self Compassion*, keduanya dinyatakan normal. Demikian juga melalui uji linieritas hubungan keduanya dinyatakan korelasinya linier. Hal ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut mempunyai syarat untuk dianalisis menggunakan teknik korelasi *product moment*.

C. Penguji Hipotesis

Penguji hipotesis pada penelitian ini adalah untuk mengetahui terdapat hubungan atau tidak pada penelitian hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal, yang dapat diperoleh dengan cara menghitung koefisien korelasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi *product moment* dengan bantuan *SPSS*. Adapun hasil dari uji statistik korelasi *product moment* yaitu sebagai berikut:

Tabel.19

Hasil Uji Hipotesis

		Attachment	**Self compassion**
Attachment	Korelasi Pearson	1	0,886
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000
	Jumlah subjek	133	133
Self Compassion	Korelasi Pearson	0,886	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000
	Jumlah subjek	133	133

Hasil analisis data yang dapat dilihat pada tabel 19 hasil uji hipotesis yang memakai korelasi *product moment*, menunjukkan bahwa penelitian yang terdapat pada 133 siswa, diperoleh harga koefisien korelasi sebesar 0,886 dengan taraf kepercayaan 0.01 (1%), dengan signifikansi 0,000 < 0,05, maka Ho ditolak dan Ha diterima artinya terdapat hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada Remaja awal. Hipotesis

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *Attachment* dengan *Self Compassion* pada remaja awal.

Berdasarkan hasil koefisien korelasi tersebut juga dapat dipahami bahwa korelasinya bersifat positif (+), hal ini menunjukkan adanya arah hubungan yang searah, artinya semakin tinggi *Attachment* terpenuhi, maka semakin tinggi pula *self compassion* pada remaja. Dengan memperhatikan nilai koefisien korelasi sebesar 0,886 berarti bersifat korelasi kuat.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal. Sebelum dilakukan analisis statistik dengan korelasi *product moment* terlebih dahulu peneliti melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal dan uji linieritas untuk mengetahui apakah variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel tergantung. Pada uji normalitas telah menunjukkan bahwa nilai signifikansi skala *attachment* dan skala *self compassion* sebesar 2.657 > 0,05. Karena nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Uji prasyarat selanjutnya yaitu uji linieritas yang bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antar variabel linier atau tidak. Hasil uji linieritas diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,559 > 0,05 artinya hubungan kedua variabel linier.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan hasil uji analisis *product moment*, diperoleh harga koefisien korelasi sebesar 0,886 dengan taraf signifikansi 0,000. Karna signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka Ha diterima dan H0 ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal. Tingkat korelasi atau hubungan antara variabel *attachment* dengan *self compassion* tergolong memiliki korelasi sangat kuat. Hasil dari koefisien korelasi tersebut memiliki hubungan yang positif (+) hal ini menunjukkan bahwa adanya arah hubungan yang searah, artinya semakin tinggi skor *attachment*, maka semakin tinggi skor *self compassion*.

Hal ini sebanding dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Moreira. (2015) yang berjudul "Maternal Attachment And Childern's Quality Of Live, The Mediating Role Of Self Compassion and Parenting". Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara peran orang tua (*attachment)* dalam membangun *self compassion.* Hubungan yang signifikan ini membuat hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *attachment* dengan *self compassion*. (Moreira, 2015).

Menurut Neef. (2003) *Self compassion* merupakan sikap memiliki perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun kekurangan dalam dirinya serta memiliki pengertian bahwa penderitaan, kegagalan, dan kekurangan dalam dirinya merupakan bagian dari kehidupan setiap orang. Neff (2003) menerangkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bahwa seseorang yang memiliki *self compassion* lebih dapat merasakan kenyamanan dalam kehidupan sosial dan dapat menerima dirinya secara apa adanya, selain itu juga dapat meningkatkan kebijaksanaan dan kecerdasan emosi.

Self compassion terdiri dari enam aspek (Neef. 2003), yaitu *self kindness versus self judment, common humanity versus isolation,* dan *mindfulness versus over identivication*. Ketika keenam aspek ada yang tidak terpenuhi maka akan mempunyai *self compassion* yang rendah, sehingga cenderung untuk menyakiti diri sendiri. Berdasarkan penelitian ini *self kindness* diperlihatkan bahwa remaja dapat menerima dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya dengan lapang dada. *Self judgment* dapat dilihat dengan remaja tidak bisa menerima segala kekurangan yang dimilikinya. *Common Humanity* dapat dilihat dari kesadaran remaja dalam memandang kesulitan, kegagalan yang sedang dihadapinya merupakan hal yang manusiawi. Isolation dapat dilihat bahwa remaja cenderung merasa dirinya yang menderita sendiri. Mindfulness dapat dilihat bahwa remaja dapat memberikan perhatian terhadap dirinya sendiri ketika dalam situasi yang sulit. dan *Over identification* dapat dilihat dari remaja sering merasa depresi ketika ada suatu masalah, tanpa harus menyelesaikannya

Self compassion mempunyai beberapa faktor, salah satu faktor yang terkait dengan *self compassion* adalah *attachment* (Neff. 2011). *Attachment* mempunyai tugas dan tanggung jawab kepada anak dalam mendidik moral dan spriritual. selain mempunyai tugas dan tanggung jawab urang tua harus

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mempunyai tiga peranan orang tua diantarannya adalah pengawasan, attachment dan otonomi, tetapi peran orang tua terlebih pada attachment antara anak dan orang tua (Santrock. 2007).

Attachment pada remaja awal dengan orang tua sangat penting agar keterbukaan antara anak kepada orang tua terjalin dengan baik. Jalinan hubungan yang dekat antara orang tua dan remaja akan mengakibatkan rasa nyaman dalam lingkungan keluarga sehingga akan berpengaruh kepada perkembangan dan kepribadian remaja. menyatakan bahwa *attachment* yang aman dimasa bayi penting bagi perkembangan kompetensi sosial. Dalam *attachment* yang aman dianggap sebagai landasan yang penting bagi perkembangan masa kanak-kanak, remaja dan dewasa. Sedangkan dalam *attachment* yang tidak aman dianggap berkaitan dengan masalah dalam relasi dan prilaku dimasa perkembangan selanjutnya (Bowbly. 1989).

Dalam penelitian Moreira dan Jessica (2015) mengatakan peran orang tua sangat mendukung dalam tumbuh kembang anak baik secara psikis maupun fisik, peranan orang tua dalam pola asuh yang baik akan mempunyai attachment yang baik antara anak dengan orang tua, hal ini akan menumbuhkan kepribadian yang baik bagi remaja. *Attachment* antara orang tua dengan anak, membuat anak akan lebih terbuka dengan orang tua, anak akan menceritakan apa saja yang terjadi pada dirinya, sehingga orang tua dapat mengawasi serta memberikan pendapat terhadap anaknya. Sehingga dapat dikatakan peran orang tua dapat menumbuhkan *self compassion* yang baik terhadap remaja.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Masa perkembangan remaja sangat membutuhkan peran orang tua salah satunya memiliki *attachment* yang berpengaruh kepada kontrol dari orang tua kepada remaja (Santrock.2012). A*ttachment* yang terjalin antara orang tua dan remaja sangat penting bagi tumbuh kembang pada remaja awal. Dengan *attachment* tersebut maka orang tua dapat mengontrol secara berkala pada kegiatan keseharian remaja. Kontrol inilah yang menjadi jembatan untuk menanamkan penguatan-penguatan positif dari orang tua kepada remaja.Pengautan positif yang ditanamkan kepada remaja adalah sebuah suplement bagi remaja untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam diri remaja, sehingga rasa dukungan dan respond yang baik dari penguatan positif dapat meningkatan *self compassion* pada remaja. (Feist. 2013).

Self compassion dibutuhkan pada remaja awal, karena pada masa remaja awal akan mengalami pubertas, dan perbahan – perubahan yang terjadi diri remaja awal baik psikis maupun fisik. Sehingga remaja awal belajar untuk lebih menyayangi diri sendiri, dengan adanya masa pubertas dan perubahan yang terjadi dalam diri remaja. Untuk menumbuhkan *self compassion* pada diri remaja perlu adanya attachment terhadap orang tua dan remaja awal.

Pada penelitian ini diketahui bahwa *self compassion* pada remaja perempuan memiliki frekuensi persen sebesar 68,2% sedangkan frekuensi persen pada siswa laki-laki sebesar 31,8%. Hal tersebut dikarenakan subjek laki-laki lebih sedikit dibandingkan subjek perempuan. Dimana subjek laki-laki berjumlah 42 siswa sedangkan subjek perempuan berjumlah 90 siswa. Pada pekerjaan orang tua wiraswasta memiliki presentase 86 %, tukang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bangunan 6 %, dan pedagang 8%. Selain itu katagori *self compassion* yang didapatkan dari 133 siswa yang memiliki *self compassion* tinggi 14 %, yang memiliki *slef compassion* sedang 68%, dan juga yang memiliki *self compassion* rendah 18 %. Sedangkan katagori *attachment* yang didapatkan dari 133 siswa yang memiliki *attachment* tinggi 15 %, yang memiliki *attachment* sedang 67%, yang memiliki *attachment* rendah 18 %.

Pada hasil penelitian yang telah dipaparkan dapat dianalisis bahwa dapat disimpulkan bahwa mendapatkan presentase yang paling tinggi untuk *attachment* dan *self compassion* adalah katagori sedang dengan *attachment* 67 % dan *self compassion* 68%. Pekerjaan orang tua yang mempunyai presentase yang tinggi yakni wiraswasta 86 %. Sehingga dapat dikatakan bahwa pekerjaan orang tua juga cukup mempengaruhi meningkatnya *self compassion,*karena pekerjaan orang tua yang mempunyai waktu banyak dalam berinteraksi dengan remaja sehingga akan membentuk *attachment* antara orang tua dan remaja.

Dari hubungan tersebut dapat disimpulkan bahwa *attachment* mempengaruhi dalam membangun *self compassion* yang tinggi. *Attachment* yang dibentuk dari masa bayi oleh orang tua akan berdampak pada remaja, pada masa remaja membutuhkan banyak pendampingan dari orang tua dan kedekatan dengan orang tua, karena masa remaja mempunyai banyak perubahan baik psikis maupun fisik, selain itu dalam bidang akademik lebih banyak tuntuttan oleh orang tua sehingga perlu adanya kedekatan dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang tua agar dapat berfikir secara positif dalam mengatasi perubahan perubahan yang dialami oleh remaja.

Hal ini menunjukkan bahwa *attachment* dapat memperngaruhi *self compassion*. Sesuai dengan hasil analisis *product moment, attachment* dapat memperngaruhi *self compassion* yang memiliki hubungan yang positif, artinya remaja yang mempunyai *attachment* dengan orang tua maka akan mempunyai *self compassion* yang tinggi. Begitupun sebaliknya, ketika remaja tidak mempunyai *attachment* dengan orang tua maka akan mempunyai *self compassion* yang rendah. Ketika remaja memiliki *attachment* pada orang tua maka remaja akan memiliki *self compassion* yang tinggi. dan ketika remaja mempunyai *self compassion* yang tinggi maka remaja akan tidak menyakiti diri sendiri dan akan lebih menyayangi diri sendiri dan menghargai diri sendiri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *attachment* dengan *self compassion* pada remaja awal.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dipaparkan dapat dianalisis bahwa dapat disimpulkan bahwa mendapatkan presentase yang paling tinggi untuk *attachment* dan *self compassion* adalah katagori sedang dengan *attachment* 67 % dan *self compassion* 68%. Pekerjaan orang tua yang mempunyai presentase yang tinggi yakni wiraswasta 86 %. Sehingga dapat dikatakan bahwa pekerjaan orang tua juga cukup mempengaruhi meningkatnya *self compassion,*karena pekerjaan orang tua yang mempunyai waktu banyak dalam berinteraksi dengan remaja sehingga akan membentuk *attachment* antara orang tua dan remaja.

Selain itu penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Attachment* dengan *Self compassion* pada remaja awal. Berdasarkan hasil koefisien korelasi dapat dipahami bahwa hubungannya bersifat positif (+) berarti adanya arah hubungan yang searah, artinya semakin tinggi pemenuhan *Attachment* , maka semakin tinggi pula *self compassion* pada remaja awal.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. SARAN

Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian, beberapa saran yang diberikan oleh peneliti adalah

1. Bagi Orang Tua dan anak

   Orang tua diharapkan lebih memahami hubungan antara *attachment* terhadap *Self compassion* pada remaja awal. Sehingga orang tua dapat secara positif memenuhi perannya *(attachment)* yang dapat meningkatkan *Self compassion* remaja. Orang tua diharapkan untuk memenuhi peranannya sebagai orang tua yakni *Attachmen*.

2. Bagi peneliti selanjutnya

   Peneliti menyarankan beberapa saran untuk penelitian selanjutnya yakni :

   1. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan instrumen penelitian yang ada.
   2. Memperluas subjek penelitian jika menggunakan penelitian yang serupa. Ataupun melakukan penelitian dengan variabel lain yakni pada *the role of prent* tidak hanya *attachment* tetapi juga menggunakan otonomi dan pengawasan orang tua.
   3. Mempertimbangkan kembali penggunaan skala untuk usia remaja awal, karena akan tidak valid dalam penelitian apabila subyek tidak dapat mengetahui pengertiannya, terlebih khususnya dalam penggunaan bahasa dalam angket

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Peneliti selanjutnya lebih menjelaskan dan mengkatagorikan *attachment* kedalam tiga katagori *attachment* yakni *secure attachment, resistant attachment,* dan *insecure attachment,*agar dapat mengkatagorikan tinggi, sedang, dan rendah.

5. selain itu juga bisa menggunakan yang berada data dikotomik yakni pekerjaan orang tua, yang dapat mempengaruhi *self compassion.* Agar khazanah keilmuan psikologi dibidang psikologi perkembangan semakin berkembang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Alwisol. 2004. *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press

Ardhiyanti, Y. 2013. PengaruhPeran Orang Tua terhadap Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal kesehatan.* Vol 2. No 3.

Arikunto,S. 2006.*Prosedur Penelitian Suatu Penelitian Praktis*.Jakarta : PT. Rineka Cipta

Arikunto. S. 2010. Prosedur penelitian ; suatu pendekatan praktik. Jakarta; PT. Rineka Cipta

Azwar, S. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar. S. 2011. *Realiabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bowbly, J. 1982. *Attachment And Loss.* Vol 1. *Attachment.* London: Hprgarth Press.

Bluth, K & Eisenlohr M, T. A. 2017. Response to a mindful self compassion intervention in teens: A within – person association of mindfulness, self compassion, and emotional well – being outcomes. *Jurnal of Adolescence*. Vol 57.

Bronstein. M. H. Tamis, L.CS. 1989. Respon ibu dari perkembangan kognitif pada anak anak. san franscisco, CA: Jossey – Bass.

Choiriyyah. Z. *Hubungan peran orangtua terhadap kecerdasan spiritual remaja Di smp mardi rahayu ungaran kabupaten semarang.*

Febrinabilah, R. 2016. Hubungan Antara Self Compassion Dengan Resiliensi pada Mantan Pecandu Narkoba Dewasa Awal.. *Jurnal Psikologi.* Vol 1. No 1

Feist. J. & Feist. G. J. 2009. *Teori Kepribadian*. Jakarta. Salemba Humanika

Germer, C, (2009).*The mindful path to self compassion.freeing yourself from destructiv toughts and emotions.* Diakses dari http://www.en.bookfi.com

Gilbert, P. 2007. *Psychotherphy and Counselling for Depression.* SAGE publications Ltd. *Three Edition.*

Goldberg, L. & Guilford. 1972. *Delinquent values: it's fun to breakthe rules, proceeding of the annual convention of APA.*

Hadi, S. 2000. *Metode Research*. Yayasan Psokologi UGM: Yogyakarta.

Hasanah. F. A., dan Hidayati F. 2016. Hubungan Antara Self Compassion Dengan Aliensi Pada Remaja. *Jurnal Empati.* Vol 5. No 4

Hidayati, D. S. 2012. Self Compassion Dan Loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi terapan.* Vol 3. No 1

Hidayati, F. 2013. Self-compassion (Welas Asih); Sebuah Alternatif Konsep Transpersonal Tentang Sehat Spiritual Menuju Diri yang Utuh. *Jurnal Spiritualitas dan Psikologi Kesehatan*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hidayati, F. 2015. Hubungan Antara Self Compassion Dengan Work Family Conflict Pada Staf Markas Palang Merah Indonesia Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi.* Vol 14. No 2.

Hurlock, E B. 1980. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi kelima. Erlangga

Kamus Besar Bahasa Indonesia Luar Jaringan (*Offline).* 2016. Pusat Bahasa Kementrian Pendidikan Nasional.

Kharina. S. & Juliana, I. 2012. Meditasi Metta-Bhavana (Loving-Kindness Meditation) Untuk Mengembangkan Self-Compassion. *Jurnal Psikologi.* Vol 1. No 1.

Lestari, R. 2008. Hubungan anatara stress dengan coping strategy pada terapis yang menangani anak autism di yayasan nathanisa AGCA center bandung. Skripsi, program psikologi Universitas islam bandung

Zaldy M. 2010. *Pengertian Orang Tua*. Bandung. PT Refika Aditama

Monks, A.M.P K, Siti R. H. 1999. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah mada University Press.

Moreira, H. 2015. Maternal Attachment And Childern's Quality Of Live : The Mediating Role Of Self Compassion and Parenting. *Jurnal of child and family studies.*vol 24

Neef, K. PH. D. 2003. *Self compassion scale* diunduh dari http;//www.self-compassion.org/pada tanggal 14 desember 2018.

Neef, K. PH. D. 2003. *The development and validation of a scale to measure self compassion.* diunduh dari http;//www.self-compassion.org/pada tanggal 14 desember 2018.

Neef, K. PH. D. 2011. *Self Compassion; Stop Beating Your Self Up And Leave Insecurity Behind. New york: Willian Morrow, An Imprint Of Harper Collins Publishers.*

Neff, K. D. 2003. *Self compassion: an alternative conceptualitization of a healthy attitude toward oneself. Self an Indentity*, 2

Pal, J. 2015. Individual Differences in Self-Compassion: The Role of Attachment and Experiences of Parenting in Childhood. *Jurnal of child and family studies.* . Vol 14

Ramadhani,F. Dan N, D. 2014. Pengaruh self Compassion terhadap kompetensi emosi remaja akhir. *Psikologi klinis dan Mental.* Vol 03. No 03.

Soekanto, S. 2007. *Sosiologi suatu pengantar.* Jakarta: PT Raja Grafindo

Shultz, D.K. S., & Whitney, D. J. 2004. Measurement theory in action: case studies and exercises. Thousand oaks: sage pulications, Inc

Santrock, J. W. 2007. *Perkembangan Anak. Edisi kesebelas.* Jakarta: Erlangga.

Santrock, J.W. 2012. *Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas* Jilid 2. Jakarta: Erlangga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Santrock. J. W. 2003. *Adolescence*. Jakarta; Erlangga.

Sugiyono.2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung*: Penerbit Alfabeta.

Susanti, S. & Ekayati, E. 2013. Peran Pekerjaan,Peran Keluarga Dan Konflik Pekerjaan Pada Perawat Wanita. *Jurnal Psikologi Indonesia.* . Vol 2. No 2.

Darling, N., & Stainberg, L. 1993. *Parenting style as context; An integrative model. Psychological.* 113.(3)

Ulwan, A.N. 1990. *Pedoman pendidikan anak dalam islam.Bandung*: Assyifa

Widnaningsih dalam Indah Pertiwi. 2010. *Pengertian Orang Tua.*

Http://www.google.co.id//amp/s/www.psychologhytoday.com/blog/techsupport/201702/8-toxic-patrrens-in-mother-daughter-relationship%3famp

https://blog.uad.ac.id/restu1400001125/2016/07/21/artikel-tentang-kenakalan-remaja/

https://googleweblight.com/?lite_url=https://nasional.sindonews.com/read/125884/16/kenakalan-remaja-1511113926&ei=2z5f54xK&lc=id ID&s=1&m=156&host=www.google.co.id&ts=1518621969&sig=AOyes_Ryypwxl8UZlTZGgP967Vt4dwgC1w

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id