

**HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DENGAN *RESILIENCE*
PADA WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN
KELAS II A SALEMBA**



NURWIJAYANTI
46115120010
UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2020**



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DENGAN *RESILIENCE* PADA
WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II A
SALEMBA**

TUGAS AKHIR

Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi

MERCU BUANA

Oleh;

NURWIJAYANTI

46115120010

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2020

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Karya Akhir ini;

Judul : Hubungan *Self Compassion* dengan *Resilience* Pada Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Salemba

Nama : Nurwijayanti

NIM : 46115120010

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 10 Juni 2020

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya **saya sendiri** dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data dan hasil pengolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 10 Juni 2020



Nurwijayanti

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : Hubungan *Self Compassion* dengan *Resilience* Pada Warga Binaan
di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Salemba
Nama : Nurwijayanti
NIM : 46115120010
Program : Program Studi Psikologi

Pembimbing



Popi Avati M.Psi, Psikolog

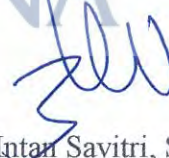
Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi



Muhammad Iqbal, Ph.D



Dr. Setiawati Intan Savitri, SP., M.si

LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR

Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan Antara *Self-compassion* Dengan *Resilience* Pada Warga Binaan Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Salemba” telah diujikan dalam Sidang Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta pada tanggal 01 Juli 2020. Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Jakarta, 01 Juli 2020

Sidang Tugas Akhir

Penguji I

Penguji II

Laila Meiliyandrie Indah W., Ph.D

Dr. Arie Suciyana Sriyanto, S.Si., M.Si

UNIVERSITAS

MERCU BUANA

Pembimbing



Popi Avati., M.psi.,Psikolog

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmaanirrohiim alhamdulillahiladzi bini'mathihi
thathimmushshaaalihaat segala puji bagi Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah memberikan segenap kemudahan dan kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Hubungan *Self-compassion* dengan *Resilience* Pada Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Salemba” sebagai syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Strata I Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Selama proses penyusunan tugas akhir ini banyak sekali kerikil-kerikil kecil yang tentu saja harus dihadapi oleh penulis, namun biar bagaimanapun harus tetap memacu semangat dan berdamai dengan diri-sendiri hingga pada akhirnya tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik. Tentunya terdapat berbagai pihak yang turut andil selama proses pengerjaan tugas akhir ini, antara lain:

1. Bapak Muhammad Iqbal, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
2. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri SP, M.Si dan Ibu Yenny M.Psi, Psikolog selaku Kaprodi dan sekprodi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Ibu Popi Avati, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing dalam penulisan tugas akhir ini, yang dengan sabar memberikan masukan, kritikan dan juga arahan kepada penulis.
4. Orangtua, Mertua, Adik, Anak dan Suami Tercinta yang tulus ikhlas senantiasa mendo'akan dan juga sebagai *support system* kepada penulis.
5. Sahabat-sahabat di fakultas psikologi khususnya angkatan 28, teman-teman penelitian di LAPAS yang selalu memberikan *peer support* dan memotivasi penulis.
6. Seluruh Dosen dan segenap jajaran Staff Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta yang telah mengampu menyalurkan ilmunya, pengalamannya dan juga kerjasama yang baik kepada penulis.

7. Bapak Muhammad Daniel SH selaku JFU Lembaga Pemasarakatan dan koordinator penelitian di Lembaga pemasarakatan kelas II A Salemba.

Penulis menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan, keterbatasan serta jauh dari kesempurnaan dari penulisan tugas akhir ini, oleh karenanya penulis menginginkan adanya masukan dan saran yang bersifat membangun terkait penulisan tugas akhir ini. Dengan demikian penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak-pihak yang telah membantu, dan penulis pun berharap semoga penulisan tugas akhir ini dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan juga bermanfaat bagi kita semua dan menambah masukan ilmu khususnya dalam bidang psikologi dan sosial.



Jakarta 10 Juni 2020

Nurwijayanti

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-COMPASSION AND RESILIENCE AMONG PRISONER IN PRISON GRADE II A SALEMBA

ABSTRACT

This study has purpose to find out the relation of self-compassion with resilience to prisoner in prison grade II A in Salemba. This study uses Self-compassion Scale (Neff, 2003) and Connor Davidson Resilience Scale (Connor & Davidson, 2003). There are 397 subjects in this study, used quantitative method with incidental sampling technique. Hypothesis test use Spearman correlation analysis technique. This study shows that there is a positive and significant relation between self-compassion and resilience. This study has positive character which means the higher self-compassion, the higher resilience is on the prisoners.

Keyword: Self-compassion, Resilience, Prisoner



HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DENGAN *RESILIENCE* PADA WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II A SALEMBA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan *resilience* pada warga binaan di lembaga pemasyarakatan kelas II A Salemba. Penelitian ini menggunakan *Self-compassion Scale* (Neff, 2003) dan *Connor Davidson Resilience Scale* (Connor & Davidson, 2003). Subyek dalam penelitian ini berjumlah 397, metode yang digunakan adalah kuantitatif, dengan teknik pengambilan sampling yaitu *Insidental Sampling*. Uji hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self-compassion* dan *resilience*. Hubungan ini bersifat positif dengan makna semakin tinggi *self-compassion*, maka semakin tinggi pula *Resilience* pada warga binaan.

Kata Kunci: *Self-compassion*, *Resilience*, Warga Binaan

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	i
PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG TUGAS AKHIR.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kajian Teori.....	9
2.1.1 <i>Resilience</i>	9
2.1.2 <i>Self-Compassion</i>	14
2.2 Penelitian Terdahulu.....	19
2.3 Kerangka Pemikiran.....	21
2.4 Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Desain Penelitian.....	24
3.2 Variabel Penelitian.....	24
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	24
3.3.1 Populasi.....	24
3.3.2 Sampel Penelitian.....	25
3.4 Definisi Konseptual, Definisi Operasional, dan Instrumen Penelitian.....	26
3.4.1 Definisi Konseptual.....	26

3.4.2 Definisi Operasional.....	27
3.4.3 Instrumen Penelitian.....	27
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	30
3.5.1 Pengumpulan Data Primer	30
3.5.2 Pengumpulan Data Sekunder	31
3.6 Teknik Analisis Data.....	31
3.6.1 Uji Kualitas Instrumen	31
3.6.2 Uji Asumsi Klasik	32
3.6.3 Uji Korelasi	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
4.1 Hasil Penelitian	34
4.1.1 Deskripsi Subjek Penelitian	34
4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif.....	36
4.1.3 Hasil Uji Kualitas Instrumen.....	38
4.1.4 Hasil Uji Asumsi Klasik	40
4.1.5 Hasil Uji Hipotesis	40
4.1.6 Matriks Korelasi Antar Dimensi	41
4.2 Pembahasan.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
5.1 Kesimpulan	46
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	46
5.3 Saran.....	47
5.3.1 Saran Teoritis	47
5.3.2 Saran Praktis	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian terdahulu.....	19
Tabel 3. 1 Skor item skala <i>self-compassion</i>	28
Tabel 3. 2 Blueprint variabel <i>self-compassion</i>	29
Tabel 3. 3 Skor skala <i>resilience</i>	30
Tabel 3. 4 Blueprint variabel <i>resilience</i>	30
Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Perkara	34
Tabel 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Agama	35
Tabel 4. 3 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan.....	35
Tabel 4. 4 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	36
Tabel 4. 5 Gambaran Responden Berdasarkan Masa Binaan.....	36
Tabel 4. 6 Hasil analisis deskriptif <i>self-compassion</i> dan <i>resilience</i>	36
Tabel 4. 7 Kategorisasi skala <i>self-compassion</i>	37
Tabel 4. 8 Kategorisasi skala <i>resilience</i>	37
Tabel 4. 9 Uji Validitas <i>Self-compassion</i>	38
Tabel 4. 10 Uji Validitas <i>Resilience</i>	39
Tabel 4. 11 Hasil uji reliabilitas	39
Tabel 4. 12 Hasil uji normalitas	40
Tabel 4. 13 Hasil uji hipotesis	40



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka pemikiran hubungan self-compassion dengan resilience pada warga binaan di Lapas Salemba kelas 2A	23
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Surat ijin penelitian
- Lampiran 2** Kuisisioner skala self-compassion dan resilience
- Lampiran 3** Hasil uji validitas dan reliabilitas self-compassion
- Lampiran 4** Hasil uji validitas dan reliabilitas resilience
- Lampiran 5** Hasil uji normalitas
- Lampiran 6** Hasil uji korelasi
- Lampiran 7** Kategorisasi self-compassion
- Lampiran 8** Kategorisasi resilience
- Lampiran 9** Analisis deskriptif self-compassion dan resilience
- Lampiran 10** Analisis korelasi antar dimensi
- Lampiran 11** Penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1%, 5% dan 10%
- Lampiran 12** Penentuan batas nilai validitas tertentu dengan korelasi pearson



UNIVERSITAS
MERCU BUANA