

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

## PENGARUH KESADARAN DIRI REMAJA BROKEN HOME TERHADAP SELF COMPASSION

Hanienah Aqliashshufa

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74978&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Remaja yang tumbuh dalam keluarga yang penuh dengan permasalahan secara terus menerus (broken home) seringkali ditemukan mengalami emosi negatif sehingga mempengaruhi kesejahteraan psikologismereka.Hal ini menjadi sebuah permasalahan apabila remaja tidak mempunyai cara untuk meregulasi emosi tersebut. Self compassion merupakan salah satu kebaikan yang diberikan untuk diri sebagai bentuk belas kasih. Dengan adanya self compassion membuat remaja broken home mempunyai emosi yang lebih positif. Namun faktanya, remaja broken home memiliki self compassion yang rendah sehingga perlu adanya upaya untuk meningkatkan, yaitu dengan menyadari keadaan diri serta mengetahui emosi yang dirasa secara sadar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hal tersebut, apakah memang kesadaran diri yang dimiliki remaja broken home mempengaruhi self compassion dalam dirinya atau tidak. Responden dalam penelitian ini berjumlah 140 orang dengan rentang usia mulai dari 15-21 tahun. Metode yang digunakan ialah metode kuantitatif dengan teknik analisa data regresiyang dibantu oleh SPSS versi 26. Skala alat ukur yang digunakan, yaitu The Self-Reflection And Insight Scale (SRIS) dengan nilai alpha sebesar 0,809yang mengukur kesadaran diri dan The Self Compassion Scale (SCS)) dengan alpha sebesar 0,865 yang mengukur self compassion. Berdasarkan penelitian, hasil menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kesadaran diri yang signifikan terhadap self compassion dengan nilai ( $R= 0,368$  dan  $t=119877$ ;  $t=0,135$ ) dan ( $P<0,01$ ).Maka, disimpulkan bahwa kesadaran diri yang dimiliki oleh remaja broken home berpengaruh terhadap self compassionnya.