HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DENGAN *SELF DISCLOSURE* PADA REMAJA PANTI ASUHAN DAARUT TAQWA IHSANIYYA YOGYAKARTA

SKRIPSI

Ditulis Sebagai Syarat Penyelesaian Studi (S-1) Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar

Oleh:

Arina Ilfa Rusyda

NIM. 2130306007

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MAHMUD YUNUS BATUSANGKAR

2025M/1446H

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF COMPASSION AND SELF DISCLOSURE IN ADOLESCENTS AT THE DAARUT TAQWA IHSANIYYA YOGYAKARTA

THESIS

Submitted to Islamic Psychology Department Ushuluddin, Adab and Da'wah Faculty, To Fulfill One of Requirement For Obtaining Bachelor Degree (S1) in Mahmud Yunus State Islamic University Batusangkar

Arina Ilfa Rusyda
Reg. No: 2130306007

ISLAMIC PSYCHOLOGY DEPARTMENT
USHULUDDIN, ADAB, AND DA'WAH FACULTY
MAHMUD YUNUS STATE ISLAMIC UNIVERSITY
BATUSANGKAR
2025M/1446H

العلاقة بين التعاطف مع الذات والإفصاح عن الذات لدى المراهقين في دار أيتام دار التقوى إحسانية يوجياكارتا

رسالة علمية

مقدمة إلى قسم علم النفس الإسلامي كلية أصول الدين و الآداب و الدعوة
شرطا للحصول على درجة الإجازة الجامعية محمود يونس الإسلامية الحكومية
باتو سنكار

الكاتبة

أرينا إلفا رشدة

رقم التسجيل:

٢١٣٠٣٠٦٠٠٧

قسم علم النفس الإسلامي

كلية أصول الدين و الآداب و الدعوة

جامعة محمود يونس الإسلامية الحكومية باتو سنكار

٢٠٢٥ م/١٤٤٦ هـ

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing skripsi atas nama **Arina Ilfa Rusyda, NIM: 2130306007 dengan judul "Hubungan *Self Compassion* dengan *Self Disclosure* Pada Remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta"**. Memandang bahwa skripsi yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk dilanjutkan ke sidang munaqasyah.

Demikian surat persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

Batusangkar Januari 2025
Pembimbing

Mutia Aini Ahmad, M.Psi., Psikolog
NIP. 198908182020122008

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arina Ilfa Rusyda
NIM : 2130306007
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul "**Hubungan *Self Compassion* dengan *Self Disclosure* Pada Remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta**" adalah benar karya sendiri, bukan plagiat kecuali yang dicantumkan sumbernya. Apabila dikemudian hari tertulis bahwa karya ilmiah ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku. Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Batusangkar, Januari 2025
Saya Yang Menyatakan,

Arina Ilfa Rusyda
NIM. 2130306007

BIODATA PENULIS

Foto

Nama	: Arina Ilfa Rusyda
NIM	: 2130306007
Tempat/Tanggal Lahir	: Muara Labuh/24 Desember 2002
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Parak Gadang, Nagari Pasir Talang Selatan, Kec. Sungai Pagu, Kab. Solok Selatan
No. Hp	: 0821 1446 2992
Email	: arinairusyda24@gmail.com/arinailfar@gmail.com

Nama Orang Tua

1. Ayah : Yulkisra, S.Ag
2. Ibu : Emradani, S.Ag

Riwayat Pendidikan

1. TK : TK Al-Barqah Mudiak Lolo
2. SD : SDN O7 Mudiak Lawe
3. SMP/MTsN : MTsN 1 Solok Selatan
4. SMA/MA : MAN 1 Solok Selatan
5. Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar

Pengalaman Organisasi

1. G-DEMA FUAD (2022)
2. Sekretaris Umum Forum Kite Peduli (2022-2023)
3. Sekretaris Bidang PAO HMPS PSI (2023)
4. Anggota Aktif UKM-BKM (2021-2024)
5. Aktif Dalam Kepanitiaan Prodi Psikologi Islam (2022-2025)

6. Asisten Labor Psikologi (2023-2024)

Prestasi

1. Juara III Lomba Karya Tulis Ilmiah Tingkat Internasional 2024
2. Juara III Lomba Psy-Paper IPCOM V 2024

Motto Hidup

1. Jadilah Orang yang Bermanfaat Bagi Orang Lain Karena Saat Kita Membantu Orang Lain Hati Kecil Kita Akan Bahagia.
2. Pelan-pelan Berproses dan Temukan Diri Kamu yang Sebenarnya.
3. Kenali Diri Sendiri Secara Bertahap dan Peluk Diri Sendiri Dalam Keadaan Apapun.

PERSEMBAHAN

Seiring dengan do'a dan ucapan syukur yang tidak terhingga kepada Allah SWT, penulis mempersembahkan skripsi ini sebagai ucapan terima kasih yang hangat dan tulus kepada:

Terkhusus kepada diriku sendiri, yang senantiasa mencurahkan keringat, tangisan, mengerahkan daya juang yang tiada henti dan tidak kenal menyerah. Memberikan segala pengorbanan dan semangat serta usaha dan do'a dalam menghadapi lika liku dunia skripsi. Berkat diriku, aku sampai pada titik penyelesaian skripsi ini.

Ayahanda dan Ibunda Tercinta, Yulkisra, S. Ag dan Emradani, S. Ag yang selalu memberikan cinta, kasih dan sayang tanpa masa dan tiada henti. Teladan dan didikan yang diberikan itu menjadi semangat dan kekuatan penulis dalam membuat skripsi ini. Tidak hanya itu saja, berkat dampingan dan motivasi yang diberikan membantu penulis menghadapi segala tantangan dan rintangan yang dihadapi selama penulisan skripsi.

Kepada adik-adikku tersayang, Faizah Ulya, Muhammad Habib Havez dan Celsya Viola Khairani. Berkat dukungan dan do'a serta bantuan yang diberikan menjadi motivasi dan obat juang bagi penulis.

Nenekku tercinta, Nenek Yuhanis, S. Ag berkat dukungan dan do'a yang diberikan menjadi kekuatan penulis dalam memperjuangkan skripsi ini

Kepada Ibu-ibu tersayang dan tercinta, Ibu Mutia Aini Ahmad, M.Psi., Psikolog dan Ibu Sri Putri Rahayu Z, S.Psi., M.A yang selalu dan senantiasa memberikan dukungan emosional, memberikan motivasi kepada penulis, membimbing penulis tanpa kenal lelah, dan senantiasa memberikan nasehat yang bagaikan mutiara bagi penulis.

Kepada kakak yang sudah penulis anggap sebagai kakak kandung, Hafizah Al Husna, S. Psi., M. A, dan Lara Duta, S. Psi yang selalu menemani dan menguatkan diri penulis dalam samudera perjuangan jenjang pendidikan serta memberikan saran dalam penyelesaian skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puja dan puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT. yang telah melimpahkan semua rahmat, nikmat, karunia, dan ridha-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Hubungan *Self Compassion* dengan *Self Disclosure* Pada Remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta". Shalawat dan salam penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW. yang telah meninggalkan dua pedoman hidup dan menjadi suri tauladan bagi seluruh umat dunia.

Skripsi ini penulis susun menjadi sebuah karya ilmiah sekaligus sebagai syarat untuk melengkapi syarat-syarat penyelesaian studi Sarjana Psikologi (S.Psi) pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.

Penulis menyadari bahwa dalam menulis dan menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Maka dari itu, pada kesempatan kali ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih terutama kepada kedua orang tua Ayahanda Yulkisra, S.Ag dan Ibunda Emradani, S.Ag serta keluarga besar yang selalu memotivasi, menjadi inspirasi, dan memberikan dukungan baik secara moril dan materil. Dalam kesempatan kali ini secara khusus penulis juga ingin menyampaikan ucapakan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Delmus Puneri Salim, S.Ag., M.A., M.Res., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar beserta jajaran.
2. Bapak Dr. Risman Bustamam, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.

3. Ibu Sri Putri Rahayu Z, S.Psi., M.A selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Univeristas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.
4. Bapak Dr. Irman, S.Ag., M.Pd selaku Pembimbing Akademik yang telah meluangkan waktu dan tenaga serta telah memberikan dorongan, bimbingan, dan saran kepada penulis.
5. Ibu Mutia Aini Ahmad, M.Psi., Psikolog selaku Pembimbing yang telah membimbing, memotivasi, dan mengarahkan penulis dalam pembuatan dan penyelesaian skripsi ini.
6. Ibu Sri Putri Rahayu Z, S.Psi., M.A selaku Penguji yang telah memberikan masukan dan arahan demi kesempurnaan skripsi ini.
7. Abi Romi Pelani, S.IP selaku Ketua Yayasan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta yang telah mengizinkan penulis dalam melakukan penelitian skripsi di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.
8. Ummi Elly Handayani, S.Sos.I dan Bunda Christina Fitri Astuti, S. Kep., Ns serta para ustadz/ustadzah, musrif/musrifah, dan adik-adik asrama Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta yang telah mendukung penulis dengan sepenuh hati.
9. Faizah Ulya, Muhammad Habib Havez, Celsya Viola Khairani, dan Nenek Yuhanis, S.Ag sosok yang berharga dalam hidup penulis bersama mereka juang penulis sangat berarti.
10. Nenek Dra. Rahmadinur, Etek Apt. Fathelvi Mudaris, M. Farm dan Pak Etek Ilden Abi Neri, S. T, Etek Muflihah Darajat Mudaris, S. Pd., M. Pd dan Pak Etek Nirwan Famias Amri, S. T, Mamak Muhammad Min Ulufi Fathi Mudaris, S. Pd, Uni Tauliyah Hakim Mudaris, S. Hum, Uwo Nur Badra, Pak Uwo Boy, Uni Leoni Rika Putri, S. K. M, dan Putri Jelita yang telah mendo’akan dan mendukung penulis serta selalu memberikan *support* kepada penulis.
11. Ibu Dani Yoselisa, M.Psi., Psikolog, Ibu Dra. Desmita, M.Si., Ibu Dr. Wahidah Firiani, S.Psi., M.A, dan Bapak Muhammad Antos Riady, S.Psi., M.A yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan kepada

penulis selama penulis menempuh pendidikan S-1 Psikologi Islam di Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar, senantiasa memberikan dukungan secara emosional dan telah membimbing penulis hingga penulis sampai pada titik penyelesaian pendidikan.

12. Kakak Suci Shawmy Febrita, M.Psi., Psikolog, kakak Hafzhah Al Husna, S.Psi., M.A, dan kakak Lara Duta, S.Psi yang senantiasa mendukung penulis secara emosional, merangkul penulis, dan senantiasa memberikan nasehat kepada penulis.
13. Arini Kurnia, Ghina Imtinan, Afrina Yulia, Ilham Maulana, Fauzan Rifkiansyah, dan Annisa Ul Azizah yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis dan bersama mereka juang penulis menjadi bermakna.
14. Teman-teman seperjuangan Psikologi Islam A dan B Angkatan 2021 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan saran dan dukungan kepada penulis.
15. Serta kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penyelesaian pendidikan ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu.
16. Terakhir untuk diriku sendiri, terima kasih atas segala perjuangan, kesabaran, dan pengorbanan yang sangat luar biasa. Walaupun berbagai rintangan dan tantangan yang dialami, tetapi dengan semangat yang membara mengakibatkan aku bisa sampai pada titik penyelesaian ini.

Maka dari itu, penulis memberikan do’a kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis. Mudah-mudahan Allah SWT senantiasa melimpahkan segala rahmat, hidayah, keridhoan dalam melaksanakan berbagai aktifitas, dimudahkan dan dilancarkan dalam segala urusan dan mendapatkan pahala berlipat ganda atas kebaikan yang telah diberikan.

Terakhir, penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna di dunia ini sehingga penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang

membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfa'at untuk berbagai pihak dan dapat memperkaya ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang psikologi, *Aamiin*.

Batusangkar, Januari 2025
Penulis

Arina Ilfa Rusyda
NIM. 2130306007

ABSTRAK

Arina Ilfa Rusyda, NIM: 2130306007, Judul Skripsi: **"Hubungan *Self Compassion* dengan *Self Disclosure* Pada Remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta".** Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.

Inti permasalahan dalam skripsi adalah remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta tidak pernah memberitahukan tentang perasaan yang dirasakan, latar belakang keluarganya, bagaimana menjalani kegagalan, dan berapa uang jajan yang dimiliki oleh dirinya. Perilaku tersebut dapat mengakibatkan terjadinya kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain. Sehingga untuk memiliki *self disclosure* yang bagus diperlukan *self compassion* yang bagus juga. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui korelasi atau hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi untuk mengetahui hubungan antara variabel *self compassion* dengan variabel *self disclosure*. Jumlah populasi dalam penelitian ini berjumlah 42 orang dengan sampel 33 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *total sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik skala guttman untuk variabel *self compassion* dan skala likert untuk variabel *self disclosure*. Pengolahan data dilakukan secara statistik dengan bantuan dari program *software* SPSS 20.0.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Hal ini dapat dilihat dari uji korelasi yang telah dilakukan, nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,876 > 0,05. Berdasarkan hasil uji hipotesis tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (Ha) ditolak dan hipotesisi null (Ho) diterima. Artinya, tidak ada hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Darrut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

Kata Kunci: Self Compassion, Self Disclosure, Remaja, dan Panti Asuhan.

ABSTRACT

Arina Ilfa Rusyda, NIM: 2130306007, Thesis Title: **"Relationship Between Self Compassion and Self Disclosure in Adolescensts at The Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta Orphanage".** Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah, State Islamic University (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.

The care problem in this thesis is that the teenagers from the Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta Orphanage never talked about their feelings, their family background, how they experienced failure, and how much pocket money they had. This behavior can result in difficulties in interacting with other people. So to have good self disclosure you need good self compassion too. This research aims to correlate knowing or the relationship between self compassion and self disclosure in adolescents at the Daarut Taqwa Ihsaniyya Orphanage in Yogyakarta.

The research method used is a quantitave research method with a correlation type to determine the relationship between variable self compassion and variable self disclosure. The population in this study was 42 people with a sample of 33 people. The sampling technique used was a purposive sampling technique. The data collection technique used was the guttman scale technique for the self compassion variable and the likert scale for the self disclosure variable. Data processing was carried out statictically with the help of the SPSS 20.0 software program.

The result of the research show that there is no relationship between self compassion and self disclosure among teenagers at the Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta Orphanage. This can be seen from the results of the correlation that has been carried out, the significance value obtained is 0,876 > 0,05. Based on the results of the hypothesis test, it can be councluded that the alternative hypothesis (Ha) is rejected and the null hypothesis (H0) is accepted. This means that there is no relationship between self compassion and self disclosure among teenagers at the Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta Orphanage in Yogyakarta.

Keywords: Self Compassion, Self Disclosure, Teenagers, and Orphananges.

خلاصة

أرينا إلفا روسيدا، نيم: ٢١٣٠٣٠٦٠٠٧، عنوان الأطروحة: "**العلاقة بين التعاطف مع الذات والكشف عن الذات لدى المراهقين في دار أيتام دار التقوى الإحسانية في يوجياكرتا**". برنامج دراسة علم النفس الإسلامي كلية أصول الدين الأدب والدعوة جامعة محمود يونس باتوسانجكار الإسلامية الحكومية

المشكلة الأساسية في هذه الأطروحة هي أن المراهقين من دار الأيتام دار التقوى الإحسانية يوجياكارتا لم يخبروهم أبدًا عن مشاعرهم، وخلفيتهم العائلية، وكيف عانوا من الفشل، وكم كان لديهم من مصروف الجيب. يمكن أن يؤدي هذا السلوك إلى صعوبات في التفاعل مع الآخرين. لذا، للحصول على كشف جيد عن الذات، فإنك تحتاج أيضًا إلى تعاطف جيد مع الذات. يهدف هذا البحث إلى تحديد العلاقة أو العلاقة بين التعاطف مع الذات والإفصاح عن الذات لدى المراهقين في دار أيتام دار التقوى الإحسانية في يوجياكرتا

ومنهج البحث المستخدم هو أسلوب بحث كمي بنوع الارتباط لتحديد العلاقة بين متغير التعاطف مع الذات ومتغير الإفصاح عن الذات. بلغ إجمالي عدد السكان في هذه الدراسة ٤٢ شخصًا مع عينة مكونة من ٣٣ شخصًا. وكانت تقنية أخذ العينات المستخدمة هي تقنية أخذ العينات الإجمالية. وكانت تقنية جمع البيانات المستخدمة هي تقنية مقياس جوتمان لمتغير التعاطف مع الذات ومقياس ليكرت لمتغير الإفصاح عن الذات. تمت معالجة البيانات إحصائيا بمساعدة برنامج SPSS ٢٠٠٠

تظهر نتائج البحث أنه لا توجد علاقة بين التعاطف مع الذات والإفصاح عن الذات لدى المراهقين في دار أيتام دار التقوى الإحسانية في يوجياكارتا. ويمكن ملاحظة ذلك من نتائج الارتباط الذي تم إجراؤه، حيث كانت قيمة الأهمية التي تم الحصول عليها هي ٠,٨٧٦ > ٠,٠٥. وبناء على نتائج اختبار الفرضيات يمكن استنتاج أن الفرضية البديلة مرفوضة والفرضية الصفرية مقبولة. وهذا يعني أنه لا توجد علاقة بين التعاطف مع الذات والكشف عن الذات بين المراهقين في دار أيتام داروت التقوى الإحسانية في يوجياكرتا

الكلمات المفتاحية: التعاطف مع الذات، الإفصاح عن الذات، المراهقون، دور الأيتام

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR ..... **i**

ABSTRAK ..... **v**

ABSTRACT ..... **vi**

خلاصة ..... **vii**

DAFTAR ISI ..... **viii**

DAFTAR TABEL ..... **ix**

DAFTAR GAMBAR ..... **xi**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xii**

BAB I **1**

PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1

B. Identifikasi Masalah 7

C. Batasan Masalah 8

D. Rumusan Masalah 8

E. Tujuan Masalah 8

F. Manfa'at dan Luaran Penelitian 8

BAB II **10**

KAJIAN TEORI **10**

A. Landasan Teori 10

1. *Self Disclosure* 10

2. *Self Compassion* 17

3. Remaja 23

4. Hubungan *Self Compassion* dengan *Self Disclosure* 24

B. Kajian Penelitian Relevan 25

C. Kerangka Konseptual Penelitian 28

D. Hipotesis 29

BAB III **30**
METODE PENELITIAN **30**
A. Jenis Penelitian 30
B. Tempat dan Waktu Penelitian 30
C. Populasi dan Sampel 32
D. Defenisi Operasional 33
E. Pengembangan Instrumen 33
F. Teknik Pengumpulan Data 44
G. Teknik Analisis Data 44
BAB IV **48**
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN **48**
A. Gambaran Umum Panti Asuhan 48
B. Deskripsi Data 50
C. Pengujian Persyaratan Analisis 57
D. Pengujian Hipotesis 59
E. Analisis Tambahan 60
F. Pembahasan 67
BAB V **74**
PENUTUP **74**
A. Kesimpulan 74
B. Implikasi 74
C. Saran 75
DAFTAR PUSTAKA **76**
LAMPIRAN **80**

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jadwal Penelitian 31
Tabel 3. 2 Skor Skala Self Compassion Model Guttman 34
Tabel 3. 3 Skor Skala Self Disclosure Model Likert 34
Tabel 3. 4 Blueprint *Self Compassion* 35
Tabel 3. 5 Blueprint *Self Disclosure* Sebelum Uji Coba 38
Tabel 3. 6 Nilai Validitas *Self Compassion* 39
Tabel 3. 7 Uji Validitas *Self Disclosure* 40
Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas *Self Disclosure* 42
Tabel 3. 9 Blueprint Akhir *Self Disclosure* 43
Tabel 4. 1 Data Anak Asuh Panti Asuhan Daarut Taqwa 48
Tabel 4. 2 Deskripsi Data *Self Compassion* 51
Tabel 4. 3 Analisis Deskriptif Statistik (Uji Empirik) *Self Compassion* 52
Tabel 4. 4 Analisis Deskriptif Statistik (Uji Hipotetik) *Self Compassion* 52
Tabel 4. 5 Persentase Hasil Analisis Deskriptif Statistik *Self Compassion* 53
Tabel 4. 6 Deskripsi Data *Self Disclosure* 54
Tabel 4. 7 Analisis Statistik Deskriptif *Self Disclosure* 55
Tabel 4. 8 Analisis Deskriptif Statistik (Uji Hipotetik) *Self Disclosure* 55
Tabel 4. 9 Persentase Hasil Analisis Statistik Deskriptif *Self Disclosure* 56
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas Kedua Variabel 58
Tabel 4. 11 Uji Linearitas 58
Tabel 4. 12 Interpretasi Koefisien Korelasi 59
Tabel 4. 13 Hasil Uji Korelasi 60
Tabel 4. 14 Mean Rank Variabel X Berdasarkan Jenis Kelamin 61
Tabel 4. 15 Uji Perbedaan Variabel X Berdasarkan Jenis Kelamin 61
Tabel 4. 16 Mean Rank Variabel Y Berdasarkan Jenis Kelamin 62
Tabel 4. 17 Uji Perbedaan Variabel Y Berdasarkan Jenis Kelamin 62
Tabel 4. 18 Mean Rank Variabel X Berdasarkan Tingkat Pendidikan 63

Tabel 4. 19 Uji Perbedaan Variabel X Berdasarkan Tingkat Pendidikan..... 63
Tabel 4. 20 Mean Rank Variabel Y Berdasarkan Tingkat Pendidikan 64
Tabel 4. 21 Uji Perbedaan Variabel Y Berdasarkan Tingkat Pendidikan 64
Tabel 4. 22 Anava Variabel X Berdasarkan Usia 65
Tabel 4. 23 Uji Kruskal Wallis Test Variabel X 66
Tabel 4. 24 Anava Variabel Y Berdasarkan Tingkat Usia 66
Tabel 4. 25 Uji Kruskal Wallis Test Variabel X 67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Kategori *Self Compassion* 53

Gambar 4. 2 Kategori *Self Disclosure*..... 56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Blueprint* Skala *Self Compassion*

Lampiran 2 Skala *Self Compassion*

Lampiran 3 *Blueprint* Uji Coba Skala *Self Disclosure*

Lampiran 4 Skala Uji Coba *Self Disclosure*

Lampiran 5 Tabulasi Data Hasil Uji Coba *Self Disclosure*

Lampiran 6 Validitas Skala *Self Disclosure*

Lampiran 7 Reliabilitas Skala *Self Disclosure*

Lampiran 8 *Blueprint* Setelah Uji Coba *Self Disclosure*

Lampiran 9 *Blueprint* Akhir Skala *Self Disclosure*

Lampiran 10 Skala *Self Disclosure*

Lampiran 11 Tabulasi Data Penelitian *Self Compassion*

Lampiran 12 Tabulasi Data Penelitian *Self Disclosure*

Lampiran 13 Analisis Deskriptif Kedua Variabel

Lampiran 14 Uji Normalitas

Lampiran 15 Uji Linearitas

Lampiran 16 Uji Korelasi Data

Lampiran 17 Analisis Data Tambahan

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia yang diciptakan oleh Tuhan akan mengalami tahap perkembangan hingga manusia tersebut meninggal dunia, salah satu tahap perkembangan yang dilalui adalah remaja. Remaja merupakan periode antara pubertas dengan kedewasaan yang dialami oleh setiap individu, rentang usia remaja beranjak dari umur 12 sampai 21 tahun bagi wanita dan antara umur 13 tahun hingga 22 tahun bagi pria (Chaplin, 2004; Mappiare, 1982; Desmita, 2017). Dalam ilmu kedokteran, masa remaja dipenuhi dengan berbagai tahap perkembangan fisik, yaitu berkembangnya alat-alat kelamin hingga mencapai tahap kematangan (Sarwono, 2011). Remaja sebenarnya tidak memiliki tempat yang jelas, remaja tidak termasuk kepada kalangan anak-anak tetapi remaja juga belum dapat diterima secara penuh dalam kalangan orang dewasa (Ali & Asrori, 2017). Batasan usia remaja di Indonesia berada pada rentang 10-18 tahun (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Masa remaja selalu dipenuhi dengan segala macam perkembangan, mulai dari perkembangan emosi, intelektual, fisik, psikologis, seksual, hubungan sosial, kemandirian, moral, penyesuaian diri, dan lain-lain. Hal tersebut merupakan tugas-tugas perkembangan yang harus dilalui dan dihadapi oleh remaja (Sarwono, 2011; Hurlock, 1991).

Tugas perkembangan remaja dipusatkan kepada upaya dalam meninggalkan segala sikap anak-anak dan berusaha untuk memiliki kemampuan bersikap seperti orang dewasa (Ali & Asrori, 2017). Menurut Hurlock (1991), tugas-tugas perkembangan yang harus dilalui oleh remaja diantaranya berusaha menerima segala keadaan fisik, berusaha menerima dan memahami peran seks pada usia dewasa, berusaha membina hubungan yang baik dengan lawan jenis, berusaha mencapai kematangan emosional, berusaha mencapai kemandirian dari segi ekonomi, berusaha dalam

mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual atau kognitif. Tidak hanya itu saja, pada masa remaja individu juga berusaha memahami nilai-nilai orang dewasa sekaligus mengintegrasikannya, berusaha untuk mengembangkan perilaku tanggung jawab, berusaha mempersiapkan diri untuk memasuki usia perkawinan, dan berusaha memahami serta mempersiapkan diri terhadap berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga. Sementara itu, Hamdanah (2017) berpendapat bahwa tugas perkembangan remaja terdiri dari menerima keadaan fisik dan perannya sebagai laki-laki atau perempuan, berusaha menjalin hubungan dengan lawan dan sesama jenis (teman sebaya), berusaha mendapatkan kebebasan emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, bebas mengatur perekonomian sendiri, bebas memilih ke arah mana pekerjaan atau jabatan yang diinginkan serta mempersiapkannya, mengembangkan kemampuan intelektual, mampu berperilaku sesuai dengan ketentuan masyarakat, mempersiapkan diri untuk memasuki usia perkawinan, dan mampu menyusun nilai-nilai kata hati sesuai dengan gambaran kehidupan.

Berdasarkan dari tugas perkembangan di atas, masa remaja dikatakan sebagai masa pencarian jati diri (*ego identity*) (Desmita, 2019). Oleh karena itu, remaja membutuhkan kepedulian atau perhatian khusus dari lingkungan sekitar terutama orang tua (Ananda & Satwika, 2022). Maka dari itu, akan terjalin hubungan antara remaja dan orang tua. Hubungan antara remaja dan orang tua merupakan hubungan timbal balik antara remaja dengan orang tuanya sendiri dalam mewujudkan dan mengembangkan potensi diri remaja (Ali & Asrori, 2017). Hubungan remaja dengan orang tua dapat berupa kelekatan rasa aman, seperti pada saat remaja mengalami hal yang menakutkan, mengancam, ataupun menghadapi situasi yang tidak nyaman orang tua akan memberikan kasih sayang serta penuh cinta, memberikan tanggapan, dan selalu mendampingi remaja (Ananda & Satwika, 2022).

Hal ini seharusnya juga terjadi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Masa remaja yang penuh dengan gejolak harus dijalani tanpa ada

dukungan dan hubungan yang baik dengan orang tua. Malahan, remaja panti asuhan dituntut untuk dapat berinteraksi dengan orang-orang yang belum dikenal, baik di dalam maupun di luar lembaga panti asuhan terutama Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Remaja yang tinggal di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta berasal dari berbagai penjuru di Indonesia dengan latar belakang yang beragam mulai dari dhuafa (51 orang), yatim piatu (1 orang), dan yatim (11 orang). Remaja yang berlatar belakang dhuafa dan yatim ternyata juga ditinggalkan oleh orang tuanya di panti ini dan memiliki masa yang kelam dengan orang tuanya (hasil wawancara peneliti dengan pengurus Yayasan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta). Dengan latar belakang tersebut, mereka dituntut untuk dapat berinteraksi dengan remaja yang memiliki latar belakang yang berbeda dengan dirinya. Keberhasilan dari proses interaksi tersebut tergantung kepada setiap diri individu (Triana, Erliana, & Mustafa, 2019).

Lingkungan pertemanan yang berkelompok-kelompok juga ikut serta membuat remaja untuk sulit berinteraksi dan memunculkan keinginan untuk tidak mendekatkan diri dengan remaja lain yang memiliki latar belakang yang berbeda. Kemunculan keinginan tersebut yang akan menyebabkan remaja hanya dapat berinteraksi dengan remaja tertentu saja yang tinggal di panti asuhan (Anggraini, 2021). Pada masa remaja, terutama pada perkembangan sosial kognitif remaja masih dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dan emosi. Emosi yang mempengaruhi kognitif ini dapat berupa emosi positif dan emosi negatif (Triana, Erliana, & Mustafa, 2019). Dampak dari emosi negatif dapat berupa selalu merasa bersalah, sering memberikan kritikan, selalu fokus pada kegagalan di masa lalu, dan merasa sendirian saat menghadapi masalah. Apabila dampak negatif ini berlangsung dalam waktu yang lama maka remaja tidak akan dapat mengungkapkan informasi yang biasanya tersembunyi dalam diri pribadinya (*self disclosure*) (Prihantoro, Damintana, & Ohorella, 2020).

Self disclosure menjadi salah satu bagian penting dalam hubungan sosial remaja, hal ini disebabkan oleh periode perkembangan belajar remaja dalam berhubungan dengan individu lain (Gainau, 2009). Menurut Jourard & Lasakow (1958), *self disclosure* merupakan suatu proses yang merujuk pada pengenalan individu kepada individu lain dengan menerima informasi yang dikomunikasikan oleh orang lain. Informasi yang diberikan dalam bentuk *self disclosure* dapat berupa pengalaman hidup, emosi, perasaan, cita-cita, pendapat dan lain-lain (Satrio & Budiani, 2018). *Self disclosure* dapat muncul melalui interaksi dengan pola asuh orang tua, pengalaman, dan lingkungan (Setianingsih, 2015). Menurut (Jourard & Lasakow 1958) aspek-aspek *self disclosure* terdiri dari *attitudes and opinions, tastes and interests, work (or studies), money, personality, and body*.

Berdasarkan aspek-aspek *self disclosure* diatas, peneliti belum menemukan fenomena terkait aspek-aspek *self disclosure* pada diri remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Hal ini terbukti dari hasil observasi (pada 1 orang remaja) dan wawancara yang telah peneliti lakukan kepada dua orang remaja dan satu orang ustadzah yang mengajar remaja tersebut dari tanggal 18 sampai 19 September 2024. Berikut ini akan diuraikan hasil pengamatan dan wawancara yang telah peneliti lakukan:

Dari hasil observasi yang peneliti lakukan, peneliti melihat bahwa remaja tidak mengungkapkan informasi pribadinya kepada orang lain saat orang lain bertanya tentang dirinya dan keluarganya sendiri. Peneliti melihat bahwa remaja tersebut mengatakan "*nggak tau*" sambil menunduk saat diberi pertanyaan seperti itu. Sedangkan hasil wawancara yang peneliti dapatkan sebagai berikut:

Subjek 1:

> "Saya tidak pernah menceritakan tentang keluarga saya kepada siapapun, mba. Untuk apa saya memberitahukan informasi pribadi saya kepada orang lain, mba. Kalau ditanya oleh orang lain pun, saya tidak menjawab pertanyaan tersebut jika menyangkut tentang informasi pribadi saya, mba. Baik itu tentang apa yang saya

rasakan dan yang saya alami mba. Saya sering sekali menutupi hal tersebut kepada orang lain termasuk teman saya sendiri".

Subjek 2:

"Jika menceritakan tentang informasi pribadi saya kepada orang lain, saya pernah mba. Saya hanya memberitahukan tentang makanan yang saya sukai tetapi bagaimana saya menjalani kegagalan dalam dunia pendidikan dan berapa uang jajan saya, tidak pernah saya beritahukan mba".

Subjek 3:

"Anak-anak tidak pernah menceritakan tentang keluarganya ataupun informasi pribadi seperti perasaan yang sedang mereka alami. Tetapi informasi lain, selain informasi pribadinya ia mau menjawabnya".

Berdasarkan hasil dari wawancara diatas, dapat dilihat bahwa remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta terindikasi memiliki *self disclosure* yang rendah. Pada subjek 1, ia tidak ingin melakukan *self disclosure* sekalipun ia ditanya oleh orang lain. Dari jawaban subjek 1 juga tersirat bahwa ia belum memahami terkait apa yang terjadi padanya bukan sebagai pengalaman yang umum dialami oleh setiap manusia sehingga ia tidak mau memberikan informasi tersebut kepada orang lain. Hal itu terbukti dari kalimat, "*untuk apa saya memberitahukan informasi pribadi saya kepada orang lain*, *mba*". Dengan keluarnya kalimat tersebut dari subjek, berarti subjek tidak ingin orang lain mengetahui informasi pribadinya. Tidak hanya itu saja, subjek 1 juga mengatakan bahwa ia tidak memberitahukan tentang apa yang dialami dan dirasakan oleh dirinya kepada orang lain termasuk temannya sendiri.

Pada subjek 2, ia pernah melakukan *self disclosure* dengan hanya memberikan informasi tentang makanan yang ia sukai saja. Subjek 2 juga mengatakan bahwa ia tidak pernah memberitahukan tentang bagaimana dia dalam menghadapi kegagalan dalam dunia pendidikan dan berapa jumlah uang yang digunakan untuk jajan oleh dirinya. Pada subjek 3, tergambar bahwa remaja tidak pernah menceritakan tentang dirinya sendiri kepada ustadzahnya.

Remaja yang tidak melakukan *self disclosure* akan berdampak pada dirinya sendiri (Altman & Taylor, 1973). Apabila remaja tidak memiliki kemampuan *self disclosure* yang baik maka ia akan mengalami kesulitan untuk berinteraksi dengan individu lain (Triana, Erliana, & Mustafa, 2019). Sebaliknya, apabila remaja memiliki kemampuan *self disclosure* yang baik maka ia akan mampu berinteraksi dengan individu yang lain. Untuk memiliki kemampuan *self disclosure* yang baik, individu juga harus memiliki kemampuan *self compassion* yang baik juga, selain itu *self compassion* juga memberikan manfaat untuk mampu membangun *self disclosure* dalam diri remaja (Triana, Erliana, & Mustafa, 2019; Syafitri, 2023; Anggraini, 2021).

Pada penelitian (Triana, Erliana, & Mustafa, 2019; Syafitri, 2023; Anggraini, 2021) ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja di Panti Asuhan, semakin tinggi *self compassion* yang dimiliki remaja maka semakin tinggi pula *self disclosure* pada dirinya. Remaja yang memiliki *self compassion* yang tinggi akan lebih memahami dirinya sendiri, menyadari segala kesulitan, mampu mengolah segala perasaan dan sikap untuk selalu positif, sehingga akan membuat remaja tersebut memiliki *self disclosure* yang baik juga. Dan berdasarkan dari hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa salah satu yang mempengaruhi *self disclosure* adalah *self compassion*. Hal ini dapat ditinjau dari kalimat subjek 1, "*untuk apa saya memberitahukan informasi pribadi saya kepada orang lain, mba*".

Self compassion diartikan sebagai belas kasih diri. Belas kasih diri adalah memberikan kebaikan dan perhatian kepada diri sendiri ketika berada dalam situasi yang sulit (Neff, 2003). *Self compassion* digunakan untuk membentuk individu yang sehat tanpa menghadirkan evaluasi diri dan menenangkan diri dari keadaan yang tidak menyenangkan (Neff, 2003; Gilbert & Procter, 2006). Perlakuan tersebut dapat berupa menghentikan aktivitas sejenak untuk memberikan istirahat secara

emosional, memberikan kata-kata positif yang dapat membangun semangat dan penerimaan diri (Karinda, 2020). *Self compassion* juga memiliki aspek-aspek yang membangunnya, yaitu *self kindness*, *common humanity*, *mindfulness*, *self judgment*, *isolation*, dan *overidentification* (Neff, 2003). Aspek-aspek *self compassion* dijadikan sebagai panduan untuk melihat hubungannya dengan *self disclosure*. Apabila remaja menerapkan seluruh aspek *self compassion* dalam kehidupannya maka ia akan lebih menyayangi dirinya sendiri, lebih mengenal diri sendiri, meringankan rasa terpuruk ketika menghadapi masalah, menjadi pribadi yang lebih terbuka ketika berhadapan dengan kegagalan, masalah, dan orang lain (Hidayati, 2015).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti (Triana, Erliana, & Mustafa, 2019; Syafitri, 2023; Anggraini, 2021) dan teori dari setiap variabel serta fenomena yang peneliti temukan di lapangan, peneliti tertarik untuk meneliti variabel yang hampir sama dengan penelitian sebelumnya dengan kondisi yang berbeda, dimana subjek penelitian ini berskala nasional dengan remaja yang berasal dari berbagai penjuru di Indonesia. Oleh karena itu, peneliti ingin membuktikan apakah memang benar *self compassion* dengan *self disclosure* memiliki hubungan yang signifikan pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka didapatkan beberapa identifikasi masalah, diantaranya:

1. Hubungan sosial atau lingkungan sekitar dengan *self disclosure*
2. Hubungan selalu merasa bersalah dengan *self disclosure*
3. Hubungan sering memberikan kritikan dengan *self disclosure*
4. Hubungan pola asuh orang tua dengan *self disclosure*
5. Hubungan pengalaman hidup dengan *self disclosure*
6. Hubungan *self compassion* dengan *self disclosure*.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti membatasi masalah hanya pada persoalan hubungan *self compassion* yang dapat mempengaruhi *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah di atas, peneliti akan mengangkat sebuah masalah yang berkaitan dengan *self compassion* dan *self disclosure*. Lebih tepatnya peneliti ingin melihat apakah ada hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada diri remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta?

E. Tujuan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada diri remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

F. Manfa'at dan Luaran Penelitian

1. Manfaat Penelitian

   Berdasarkan latar belakang penelitian, permasalahan yang telah diujarkan, rumusan masalah penelitian, dan tujuan penelitian ini maka hasil dari penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat, sebagai berikut:

   a. Manfaat teoretis

      Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi karena sesungguhnya hasil penelitian mengenai korelasi antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta mampu memberikan informasi untuk meningkatkan *self compassion* dan *self disclosure* pada diri remaja itu sendiri.

b. Manfaat praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat yang berupa pengetahuan tentang *self compassion* dengan *self disclosure*. Dalam tataran praktis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat secara khusus kepada remaja dan bagi ibu asuh.

2. Luaran Penelitian

Dalam luaran penelitian, peneliti mengharapkan laporan penelitian yang berbentuk skripsi dapat disahkan oleh penguji dan lembaga serta laporan penelitian yang juga berbentuk artikel dapat dimuat di jurnal ilmiah tingkat nasional dan dapat diseminarkan dalam skala tertentu.

BAB II
KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. *Self Disclosure*

a. Definisi

Self disclosure merupakan proses pengungkapan informasi pribadi kepada orang lain dan biasanya informasi tersebut disembunyikan dan dirahasiakan secara aktif dari orang lain (Setianingsih, 2015). Maksudnya, informasi yang tidak pernah diceritakan kepada orang lain. Menurut Hargie (2017), pengungkapan diri atau yang biasa disebut *self disclosure* merupakan interaksi dan komunikasi antara individu satu dengan individu lain baik secara verbal maupun nonverbal mengenai informasi pribadi yang disimpan. Septiani, Azzahra, Wulandari, & Manuardi (2019) berpendapat bahwa *self disclosure* adalah salah satu kemampuan yang harus dimiliki individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial (untuk memudahkan dalam bergaul dengan teman). Berbeda dengan ahli sebelumnya, Hasanah & Minerty (2018) mengemukakan bahwa *self disclosure* merupakan pengungkapan diri kepada individu lain terkait pendapat, perasaan, dan sikap. Definisi s*elf disclosure* juga diungkapkan oleh para ahli sebelumnya, diantaranya oleh:

1) Altman & Taylor (1973), *self disclosure* adalah kemampuan menyatakan informasi tentang dirinya kepada orang lain dengan tujuan untuk membangun hubungan yang akrab.
2) Jourard & Lasakow (1958), *self disclosure* merupakan suatu proses yang merujuk kepada pengenalan seorang individu kepada individu lain dengan menerima informasi yang dikomunikasikan oleh orang lain.

3) Devito (1997), *self disclosure* adalah salah satu jenis komunikasi yang mengungkapkan informasi tentang diri sendiri dan biasanya informasi tersebut disembunyikan dari orang lain.
4) Jourard (1964), *self disclosure* ialah pembicaraan tentang diri sendiri kepada individu lain sehingga individu lain dapat menyadari apa yang dipikirkan, yang dirasakan, dan diinginkan oleh individu tersebut.

Self disclosure menjadi salah satu aspek penting dalam keterampilan sosial (Buhrmester, 1998). Hal ini disebabkan oleh efek dari *self disclosure* itu sendiri. Tanpa *self disclosure*, individu akan mendapatkan penerimaan sosial yang kurang baik dari lingkungan sekitar, penerimaan sosial tersebut akan berdampak buruk terhadap kepribadian individu. Proses pengungkapan diri ini juga bergantung kepada tingkat kepercayaan individu dengan individu lain (Setianingsih, 2015). Apabila tingkat kepercayaan individu dengan individu lain itu tinggi, maka *self disclosure* akan berkembang. Dan sebaliknya, apabila tingkat kepercayaan individu dengan individu lain itu rendah, maka *self dislcosure* pada dirinya tidak akan berkembang.

Dalam melakukan *self dislcosure*, individu perlu memenuhi dua syarat. Pertama, individu dengan sengaja memberikan informasi mengenai dirinya sendiri. Kedua, individu yang mendengarkan informasi harus percaya dengan informasi tersebut. Individu yang melakukan *self disclosure* harus membuka diri dan membagikan informasi tentang dirinya sendiri kepada individu lain, contohnya harapan, ketakutan, perasaan, pikiran, dan sebagainya (Wood, 2012).

Dapat disimpulkan bahwa *self disclosure* merupakan suatu proses pemberian informasi pribadi yang awalnya dirahasiakan seperti sikap, perasaan, dan pendapat kepada individu lain untuk

menjalin suatu hubungan yang akrab dan membangun interaksi sosial yang baik.

b. Faktor-faktor

Berikut ini akan disajikan faktor-faktor yang mempengaruhi *self disclosure* menurut Devito (2011):

1) Besar kelompok

Besar kecilnya suatu kelompok akan mempengaruhi perkembangan *self disclosure*. Apabila suatu kelompok memiliki anggota yang relatif kecil, maka *self disclosure* akan berkembang. Hal ini disebabkan oleh orang-orang yang berada dalam kelompok tersebut merasa cocok untuk saling mengungkapkan diri.

2) Afiliasi (perasaan menyukai)

Individu akan melakukan *self dislcosure* kepada orang yang disukainya dan tidak berlaku kepada orang yang tidak disukainya. Hal ini akan membuat individu menjadi nyaman dan aman dalam melakukan *self disclosure*.

3) Efek diadik

Individu melakukan *self disclosure* apabila ada orang lain yang melakukan *self disclosure* bersama dengannya dan berdampak positif. Hal ini akan memperkuat individu untuk melakukan *self disclosure* karena merasa aman dan nyaman akan hal tersebut.

4) Kompetensi

Individu yang memiliki kompetensi akan lebih banyak melakukan pengungkapan diri. Karena orang kompeten lebih banyak memiliki hal positif tentang dirinya sendiri dan memiliki rasa percaya diri yang tinggi untuk melakukan *self disclosure* kepada individu lain.

5) Kepribadian

Individu yang memiliki kepribadian ekstrovert dan pandai bergaul lebih banyak melakukan *self disclosure* dari pada individu yang memiliki kepribadian introvert dan tidak pandai bergaul. Pada penelitian yang dilakukan oleh oleh Smith, Mendez, & White tahun 2014 menyatakan bahwa kepribadian narsisme merupakan salah satu kepribadian yang mempengaruhi *self disclosure*.

6) Topik

Topik yang digunakan juga akan mempengaruhi perkembangan *self disclosure*. Topik yang sering dipakai adalah topik tentang diri sendiri, pekerjaan, dan hobi dari pada topik tentang seks dan ekonomi. Semakin negatif topik yang digunakan maka semakin kecil kemungkinan melakukan *self dislcosure*.

7) Jenis kelamin

Pada umumnya jenis kelamin juga mempengaruhi *self discolsure*. Perempuan lebih sering melakukan *self disclosure* dari pada laki-laki.

Dapat disimpulkan bahwa, faktor-faktor *self disclosure* terdiri dari besar kelompok, afiliasi, efek diadik, kompetensi, kepribadian, topik, dan jenis kelamin.

c. Aspek-aspek

Menurut (Altman & Taylor, 1973) mengemukakan bahwa *self disclosure* terdiri dari beberapa aspek, diantaranya:

1) Ketepatan

Ketepatan dilihat dari seberapa akurat dan relavan informasi yang diberikan ketika individu melakukan *self disclosure*. Informasi *self disclosure* yang tepat akan meningkatkan antusias dan reaksi yang positif dari

pendengar. Informasi *self disclosure* seringkali tidak sesuai atau tidak tepat ketika informasi tersebut menyimpang dari norma-norma.

2) Motivasi

Motivasi dalam *self disclosure* berarti dorongan yang membuat individu untuk mengungkapkan informasi tentang dirinya sendiri kepada orang lain. Dorongan tersebut dapat berasal dari dalam maupun dari luar diri sendiri. Dorongan dari luar diri dapat berupa pengaruh dari lingkungan, sekolah, pekerjaan, dan lain-lain. Sedangkan dorongan yang berasal dari dalam diri berupa keinginan dan tujuan dari individu itu sendiri untuk melakukan *self disclosure*.

3) Waktu

Waktu yang digunakan oleh individu untuk melakukan *self disclosure* cenderung akan menentukan apakah *self disclosure* tersebut akan meningkat atau tidak. Apabila pemilihan waktu untuk melakukan *self disclosure* itu tepat maka individu akan lebih terbuka dalam memberikan informasi tentang dirinya sendiri. Contohnya, individu yang sedang mengalami kelelahan ataupun kesedihan cenderung kurang terbuka dalam memberikan informasi tentang dirinya sendiri. Dan sebaliknya, apabila individu berada dalam kondisi yang senang dan bahagia maka ia akan lebih terbuka dalam mengungkapkan dirinya.

4) Keintensifan

Keintensifan individu dalam melakukan *self disclosure* tergantung kepada siapa ia mengungkapkan dirinya, seperti kepada teman, sahabat, orang tua, masyarakat, atau orang yang baru dikenal. Apabila

individu mengungkapkan dirinya kepada orang yang baru dikenal, maka *self disclosure* tidak akan meningkat.

5) Kedalaman dan keluasan

Kedalaman *self disclosure* terbagi menjadi dua, yaitu *self disclosure* yang dangkal dan *self disclosure* yang dalam. *Self disclosure* yang dangkal biasanya dilakukan kepada individu yang baru dikenal. Informasi yang biasanya diberikan berupa informasi geografis, seperti nama dan alamat. Sedangkan *self disclosure* yang dalam dilakukan kepada individu yang dipercaya dan memiliki *intimacy* dalam berhubungan, seperti orang tua, sahabat atau teman dekat.

Sementara itu, Wheeless & Grotz pada tahun 1976 berpendapat bahwa *self disclosure* terdiri dari lima aspek, yaitu:

1) *Intended disclosure*, adalah kesediaan individu untuk mengungkapkan tentang dirinya sendiri. *Intended disclosure* juga berisi mengenai seberapa besar kesadaran individu untuk mengontol informasi yang akan diungkapkannya kepada individu lain.
2) *Amount of disclosure*, adalah durasi (waktu yang digunakan) dan frekuensi informasi yang diungkapkan. Informasi yang diungkapkan dapat diukur dengan melihat durasi informasi yang diungkapkan dan frekuensi individu dalam mengungkapkan tentang dirinya sendiri.
3) *Positive-negative disclosure*, apakah informasi yang diungkapkan tentang dirinya sendiri bersifat positif atau negatif dan menyenangkan atau tidak menyenangkan.
4) *Honesty-accuracy*, berisi mengenai ketepatan dan kejujuran individu dalam mengungkapkan dirinya

sendiri. Ketepatan dan kejujuran pengungkapan diri dapat diketahui dari sejauh mana mengenal diri sendiri.

5) *Control of general depth or intimacy*, sejauh mana individu bisa mengontrol kedalaman atau keintiman informasi yang diungkapkan. Individu yang melakukan *self disclosure* dapat mengungkapkan informasi secara detail mengenai dirinya sendiri ataupun berbohong terhadap informasi yang diungkapkan.

Aspek *self disclosure* juga diungkapkan oleh Jourard & Lasakow (1958), sebagai berikut:

1) *Attitudes and opinions* (sikap dan pendapat), berisi tentang pendapat atau sikap mengenai keagamaan dan pergaulan bebas.
2) *Tastes and interests* (selera dan minat), mencakupi selera individu dalam berpakaian, makan, minum, dan hal yang digemari atau hobi.
3) *Work or studies* (pekerjaan atau pendidikan), mencakup informasi tentang pekerjaan atau pendidikan seperti keadaan lingkungan sekolah dan pergaulan di sekolah.
4) *Money* (keuangan), mencakup informasi tentang keadaan keuangan seseorang seperti sumber keuangan, pengeluaran yang dibutuhkan, dan bagaimana mengelola keuangan.
5) *Personality* (kepribadian), hal-hal yang mencakup tentang keadaan diri misalnya sedih, cemas, marah, dan hal-hal yang berkaitan dengan lawan jenis.
6) *Body* (fisik), hal-hal yang berhubungan dengan keadaan fisik dan kesehatan fisik individu.

Dapat disimpulkan bahwa, aspek-aspek *self disclosure* terdiri dari besar ketepatan, motivasi, waktu, keintensifan, kedalaman dan keluasan, *intended disclosure*, *amount of*

disclosure, *positif-negative disclosure*, *honesty-accuracy*, *control of general depth or intimacy, attitudes and opinions*, *tastes and interests*, *work (or studies)*, *money*, *personality*, *and body*. Namun, pada penelitian ini peneliti menggunakan aspek-aspek *self disclosure* yang diungkapkan oleh Jourard & Lasakow (1958) yang terdiri dari *attitudes and opinions, tastes and interests, work (or studies), money, personality, and body*.

2. *Self Compassion*

a. Definisi

Self compassion berasal dari bahasa Latin dan bahasa Yunani serta memiliki arti belas kasih. *Self compassion* muncul dari kata *compassion* diturunkan dari bahasa Latin "*patiri*" dan "*patcin*" dari bahasa Yunani yang memiliki arti menderita, mengalami, atau menjalani (Karinda, 2020). *Self compassion* adalah konsep baru yang diadaptasi dari filosofi budha dan memiliki arti kasih sayang. Menurut Neff (2003) *self compassion* adalah suatu proses pemahaman terhadap kegagalan, ketidakmampuan diri, dan penderitaan yang dialami serta menganggap hal tersebut sebagai pengalaman umum bagi manusia.

Hidayati memiliki pendapat yang sedikit berbeda dengan Neff. Hidayati pada tahun 2015 mengemukakan bahwa *self compassion* adalah suatu pembahasan yang membahas bagaimana individu dapat bertahan, memahami, dan memaknai kesulitan yang sedang dihadapi serta mengganggap hal tersebut sebagai sesuatu yang positif. Kemudian Neff (2011) juga menambahkan bahwa *self compassion* merupakan suatu kondisi dimana individu dapat memperlakukan dirinya secara baik dengan mengakui kekurangan yang dimiliki sebagai sesuatu yang wajar manusia punyai.

Self compassion menurut Germer (2009) adalah kemampuan murah hati yang berkembang menjadi penerimaan diri

secara emosional dan kognitif atas pengalaman yang tidak menyenangkan dan tidak menghindari pengalaman yang tidak menyenangkan tersebut. *Self compassion* juga dapat diartikan sebagai proses pemahaman terhadap hal yang tidak menyenangkan, mengecewakan, menyakitkan, kegagalan, dan penderitaan tanpa adanya kritik terhadap kejadian tersebut dan memahami bahwa kejadian yang tidak menyenangkan itu merupakan pengalaman umum yang dialami oleh setiap manusia (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019).

Self compassion adalah kunci kebahagiaan individu, apabila individu memiliki *self compassion* yang tinggi maka ia akan memahami makna dari kesulitan yang sedang dihadapi dari pada menghindari kondisi tersebut. *Self compassion* bisa membantu individu untuk mengetahui kekurangan diri dan mampu memahami diri dengan baik. *Self compassion* atau belas kasih berbeda dengan mengasihani diri sendiri.

Konsep belas kasih disini berarti individu merasa terhubung dengan individu lain dan sadar akan segala kekurangan, kesulitan, dan penderitaan yang dialami serta menganggap hal tersebut sebagai sesuatu yang wajar dialami oleh setiap manusia. Sedangkan konsep mengasihani diri sendiri menjelaskan bagaimana individu tenggelam terhadap masalah yang dihadapi, merasa bahwa ia satu-satunya yang merasakan penderitaan tersebut, dan cenderung mengisolasikan diri dari individu lain. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *self compassion* merupakan suatu pemahaman terhadap apa yang terjadi pada diri sendiri mulai dari kegagalan, penderitaan, dan kejadian yang menyakitkan dianggap sebagai suatu hal yang wajar dialami oleh setiap manusia dengan tidak menyakiti atau menghakimi atau mengkritik diri sendiri atas apa yang telah terjadi.

b. Faktor-faktor

Menurut Neff (2003) terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *self compassion*, sebagai berikut:

1) Jenis kelamin

Neff (2003) berpendapat bahwa perempuan memiliki pemikiran yang lebih penuh dari pada laki-laki, sehingga perempuan seringkali mengalami depresi dan kecemasan. Perempuan cenderung memiliki *self compassion* yang lebih rendah dari pada laki-laki, hal ini disebabkan karena perempuan cenderung memikirkan hal negatif yang telah terjadi di masa lalu dan itulah mengakibatkan perempuan sering mengalami depresi dan kecemasan.

2) Budaya

Perbedaan budaya antar individu mengakibatkan perbedaan derajat *self compassion*. Seperti yang diungkapkan oleh Markus & Kitayama (1991); Pisitsungkagarn & Hsieh (2008) bahwa masyarakat di Asia memiliki budaya *collectivistic* dengan kepribadian *self concept interdependent*. *Self concept interdependent* lebih menekankan kepada bagaimana hubungan individu dengan individu lain baik itu keselarasan perilaku maupun peduli dan bergantung kepada individu lain (Karinda, 2020). Individu dengan kepribadian kolektivisme sering sekali dimotivasi oleh norma, kewajiban sebagai anggota dari suatu kelompok, dan cenderung mementingkan tujuan dari kelompok tersebut (Kacen & Lee, 2000).

Berbeda dengan individu yang memiliki budaya barat. Budaya barat lebih menekankan kepada *individualistic* (*independent*), mereka berfokus kepada kemandirian, keunikan setiap individu, dan kebutuhan pribadi. Individu dengan kepribadian *independent* cenderung tidak memiliki hubungan yang mengikat dengan individu lain, hanya menjaga dirinya

sendiri dan individu yang hanya memiliki hubungan darah dengannya, berfokus pada tujuan diri sendiri, dan memiliki interdependen yang cenderung tidak tinggi.

3) Usia

Pada penelitian Neff & Vonk (2009) menyatakan bahwa belas kasih juga ditentukan oleh umur individu. Apabila individu telah mencapai tahap *integrity* berarti ia memiliki *self compassion* yang tinggi. Hal ini sesuai dengan teori yang dijelaskan oleh Erik Erikson, individu yang telah mencapai tahap *intergrity* akan lebih dapat menerima dirinya sendiri (mampu memahami segala kekurangan diri tanpa adanya kritik).

4) Kepribadian

Individu dengan tipe kepribadian *big five personality* akan memunculkan *self compassion* dalam dirinya. Hal ini disebabkan oleh beberapa dimensi *big five personality* yang menggambarkan tentang *self compassion*. *Big five personality* terdiri dari lima tipe kepribadian, yaitu *neuroticism*, *openness to experience*, *extravertion*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*. Berikut akan diuraikan tipe kepribadian *big five personality* yang berhubungan dengan *self compassion*, sebagai berikut:

a) *Extravertion*, mempunyai motivasi yang tinggi dalam menjalin hubungan dan bergaul dengan masyarakat, terbuka pada dunia luar, dan lebih menerima diri sendiri.
b) *Agreeablesness*, memiliki sifat sosial dan mampu bersikap baik kepada diri sendiri dengan memandang pengalaman negatif sebagai sesuatu yang wajar dialami manusia.
c) *Conscientiousness*, pribadi yang selalu teratur, disiplin terhadap diri, memiliki kontrol dalam menghadapi *problem* dan hubungan sosial, serta berpikir sebelum bertindak.

5) Peran orang tua

Neff & McGeehee (2010) berpendapat bahwa orang tua yang selalu bersifat kritik akan mengakibatkan anak mengalami derajat belas kasih yang rendah, memicu anak untuk mengkritik dirinya sendiri saat menghadapi kegagalan atau masalah ketika dewasa, dan cenderung merasa gelisah.

Dapat disimpulkan bahwa, faktor-faktor *self compassion* terdiri dari jenis kelamin, budaya, usia, kepribadian, dan peran orang tua.

c. Aspek-aspek

Skala belas kasih Neff seringkali digunakan dalam penelitian yang berkaitan dengan belas kasih. Berikut aspek yang digunakan Neff (2003) dalam membuat alat ukur belas kasih diri, yaitu:

1) *Self kindness vs self judgement*

Self kindness merupakan kemampuan individu untuk memahami dan menerima diri apa adanya dengan memberikan kelembutan, tidak menghakimi, dan tidak menyakiti diri sendiri. *Self kindness* mampu membuat individu menjadi lebih memahami diri ketika diri memiliki kekurangan, menghadapi kegagalan, merasakan penderitaan, dan menghadapi rasa sakit dengan memaknai apa yang dialami dan tidak mengkritik diri.

Sementara itu, *self judgement* merupakan kebalikan dari *self kindness*, individu cenderung menghakimi dan menyakiti diri sendiri atas segala kekurangan, kegagalan, dan rasa sakit yang dialami. Tidak hanya itu saja, dengan *self judgement* individu juga sering merendahkan diri dan mengkritik diri.

2) *Common humanity vs isolation*

Common humanity adalah kesadaran individu dalam melihat kegagalan, kesulitan, kekurangan dan rasa sakit yang dialami sebagai sesuatu yang normal dialami oleh semua

manusia dan tidak menganggap hanya diri sendiri saja yang mengalami hal tersebut. Sehingga individu memiliki cara pandang yang menyeluruh dan tidak subjektif terhadap diri. Apabila individu sadar akan tersebut, maka individu tidak perlu lagi untuk menyalahkan diri sendiri.

Individu yang terisolasi cenderung memiliki pandangan yang sempit ketika dihadapkan dengan kekurangan, kegagalan, dan kesulitan. Hal tersebut akan mengakibatkan individu selalu berfokus kepada ketidaksempurnaan diri dan merasa paling menderita. Selain itu, individu juga merasa tidak adil karena ia menganggap bahwa hanya dirinya saja yang mengalami penderitaan.

3) *Mindfulness vs overidentification*

Mindfulness adalah cara yang digunakan oleh individu untuk menginterpretasikan pikiran dan perasaan yang menyakitkan dalam sebuah kesadaran. Sementara itu, *mindfulness* menurut Karinda (2020) individu secara sadar mampu menerima dan menghadapi kenyataan tanpa harus menghakimi apa yang terjadi. Hal ini dilakukan untuk menghindari pikiran dan perasaan negatif. Hayati (2013) juga berpendapat bahwa *mindfulness* merupakan cara individu melihat sesuatu apa adanya tanpa ditambah atau dikurang-kurangi. Sehingga individu dapat mengetahui apa yang sebenarnya dirasakan.

Overidentification merupakan kebalikan dari *mindfulness*, individu bereaksi secara berlebihan ketika menghadapi masalah. Selain itu, individu juga sering sekali melebih-lebihkan apa yang dirasakan, akibatnya muncullah kecemasan dan depresi.

Dapat disimpulkan bahwa, aspek-aspek *self compassion* terdiri dari *self kindness vs self judgement, common humanity vs*

isolation, dan mindfulness vs overidentification, dan dalam penelitian ini peneliti menggunakan aspek-aspek dari Neff (2003).

3. Remaja

Remaja merupakan suatu masa yang penuh dengan kesukaran baik secara individu maupun dengan orang tua atau masyarakat. Secara bahasa remaja berasal dari bahasa Latin "*adolescere*" yang memiliki arti tumbuh untuk mencapai kematangan (dewasa). Dalam bahasa Inggris remaja seringkali disebut dengan *adokescence*. Daradjat (2009) berpendapat bahwa masa remaja merupakan suatu masa yang dimana individu berada pada jembatan goyang yang menghubungkan anak-anak dengan orang dewasa dan pada masa tersebut individu akan mengalami gejolak jiwa. Sedangkan istilah remaja menurut Sarwono (2017) adalah masa transisi antara masa anak-anak dengan masa dewasa.

Pada masa transisi ini remaja seringkali mengalami kebingungan karena pada satu sisi individu masih berada pada usia anak-anak tetapi pada sisi lain individu tersebut dituntut untuk bertingkah laku seperti orang dewasa. Pada masa remaja, individu dianggap sudah mapan dari masa anak-anak tetapi masih belum dapat bertanggung jawab sepenuhnya (Handayani, Rahajeng, Basana, Aryani, Surijah, Pratiwi, Bawono, Astuti, Wulandari, Daulay, Warni, Prastuti, Haque, Patrika, Kusumaastuti, Ellsadayna, Valentina, Nugroho, Selviana, Adilah, Pertiwi, Khatami, Yudianto, Dewi, Hairina, Imadduddin, Hendriani, Nur, Hidayati, Sulistiani, Ranagkuti, 2020). Pada masa ini, individu mengalami perkembangan seksual dimulai dari munculnya tanda-tanda seksual sekunder hingga mencapai tahap kematangan seksual (Sarwono, 2006).

Tidak hanya perkembangan seksual saja, individu juga mengalami perkembangan psikologis pada masa remaja (Jahja, 2011). Masa remaja dapat dikategorikan menjadi tiga pembagian, yaitu masa remaja

awal (berada pada rentang usia 10-13 tahun), masa remaja pertengahan (berada pada rentang usia 14-17 tahun), dan masa remaja akhir (berada pada rentang usia 18-21 tahun) (Steinberg, 2013).

Dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang dialami oleh individu dengan berbagai perkembangan, tantangan, dan gejolak jiwa yang dihadapi.

4. Hubungan *Self Compassion* dengan *Self Disclosure*

Remaja merupakan individu yang tumbuh untuk mencapai kematangan dan berada di masa peralihan antara anak-anak dengan orang dewasa. Sarwono (2011) berpendapat bahwa remaja dikenal sebagai tahap perkembangan fisik yang dimana alat-alat kelaminnya mencapai tahap kematangan. Sedangkan remaja menurut Latifah (2008) remaja adalah suatu proses transisi yang dimana individu beralih dari masa anak-anak ke dewasa diikuti dengan perkembangan biologis, psikologis, moral, agama, kognitif, dan sosial. Karena masa transisi tersebut, seharusnya remaja seringkali melakukan *self disclosure* untuk meringankan gejolak dan membagi tekanan yang dirasakan.

Agar *self disclosure* dapat berjalan dengan baik, maka remaja juga harus mempunyai *self compassion* yang baik juga. *Self compassion* berguna untuk membangun *self disclosure* pada diri remaja. *Self compassion* atau yang biasa disebut dengan belas kasih merupakan kasih sayang kepada diri sendiri dengan melihat penderitaan, kegagalan, dan kekurangan sebagai suatu yang wajar dialami oleh manusia (Karinda, 2020). Karena menganggap penderitaan, kegagalan, dan kekurangan sebagai suatu yang wajar dialami oleh manusia maka sudah sepantasnya kita memberikan belas kasih kepada diri sendiri. *Self compassion* juga tidak diiringi dengan kritik kepada diri sendiri.

Apabila remaja sudah memiliki *self compassion* dalam dirinya, maka ia akan berani untuk menceritakan penderitaan, kegagalan, dan kekurangan yang dimiliki kepada individu lain (Hidayati, 2015). Hal itu disebabkan pola pikir yang sudah menganggap kejadian yang tidak menyenangkan tersebut sebagai sesuatu hal yang wajar terjadi dan dialami oleh setiap manusia. Dan mengakibatkan remaja tidak menutupi tekanan dan beban yang sedang dihadapi. Proses menceritakan kejadian yang tidak menyenangkan tersebut dinamakan dengan *self disclosure*.

Self disclosure adalah proses mengungkapkan informasi yang bersifat pribadi kepada individu lain (Setianingsih, 2015). Informasi yang bersifat pribadi tersebut biasanya selalu disembunyikan dari orang lain. Remaja yang mampu membuka diri kepada orang lain dapat meningkatkan komunikasi menjadi lebih baik. Tidak hanya itu saja, *self disclosure* juga dapat membantu remaja dalam memecahkan masalah. Hal itu disebabkan oleh pendapat yang diberikan orang lain kepada remaja ketika ia melakukan *self disclosure*.

B. Kajian Penelitian Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Triana, Yossy Dwi Erliana, dan Kartika Mustafa (2019) dengan judul "Hubungan Antara *Self Compassion* dengan *Self Disclosure* Pada Remaja di Panti Asuhan Tritunggal Sumbawa". Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan jenis korelasional. Pada saat penelitian, peneliti menggunakan skala *self compassion* dan skala *self disclosure*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara *self compassion* dan *self disclosure*. Artinya semakin tinggi *self compassion* maka semakain tinggi juga *self disclosure* yang dimiliki oleh remaja di Panti Asuhan Tritunggal Sumbawa.

   Persamaan yang terdapat antara penelitian Triana, Yossy Dwi Erliana, dan Kartika Mustafa (2019) dengan penelitian yang peneliti

lakukan yaitu sama-sama membahas tentang *self compassion* dengan *self disclosure*, meneliti subjek yang sama yaitu remaja di Panti Asuhan, menggunakan metode penelitian yang sama yaitu metode kuantitatif dengan jenis korelasional. Sedangkan perbedaannya terletak dilokasi penelitian. Triana, Yossy Dwi Erliana, dan Kartika Mustafa meneliti di Tritunggal, Sumbawa sedangkan peneliti meneliti di Yogyakarta.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Diana Syafitri (2023) dengan judul "Hubungan Antara *Self Compassion* dan Religiusitas dengan *Self Disclosure* Pada Remaja Panti Asuhan di Pekanbaru". Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan bentuk korelasional. Pada saat penelitian, peneliti menggunakan skala modifikasi *self compassion*, skala modifikasi religiusitas, dan skala modifikasi *self disclosure*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self compassion* dan religiusitas dengan *self disclosure*. Artinya semakin tinggi *self compassion* dan religiusitas maka semakin tinggi juga *self disclosure* yang dimiliki oleh remaja Panti Asuhan di Pekanbaru. Sebaliknya, semakin rendah *self compassion* dan religiusitas maka semakin rendah juga *self disclosure* yang dimiliki oleh remaja Panti Asuhan di Pekanbaru.

   Persamaan yang terdapat antara penelitian Diana Syafitri (2023) dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu sama-sama membahas tentang *self compassion* dengan *self disclosure*, meneliti subjek yang sama yaitu remaja di Panti Asuhan, menggunakan teknik penelitian yang sama yaitu teknik kuantitatif berbentuk korelasional. Sedangkan perbedaannya terletak dilokasi penelitian. Diana Syafitri (2023) meneliti di Pekanbaru sedangkan peneliti meneliti di Yogyakarta. Selain itu, Diana Syafitri (2023) juga menggunakan 3 variabel dalam penelitiannya yaitu *self compassion*, religiusitas, dan *self disclosure*. Sementara itu, peneliti hanya menggunakan dua variabel saja yaitu *self compassion* dan *self disclosure*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Ria Anggraini (2021) dengan judul "Hubungan Antara *Self Compassion* dan *Self Esteem* dengan *Self Disclosure* Pada Remaja Panti Asuhan di Pekanbaru". Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan bentuk korelasional. Pada saat penelitian, peneliti menggunakan skala modifikasi *self compassion*, skala modifikasi *self esteem*, dan skala modifikasi *self disclosure*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self compassion* dan *self esteem* dengan *self disclosure*. Artinya semakin tinggi *self compassion* dan *self esteem* maka semakin tinggi juga *self disclosure* yang dimilikinya dan sebaliknya.

   Persamaan yang terdapat antara penelitian Ria Anggraini (2021) dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu sama-sama membahas tentang *self compassion* dengan *self disclosure,* meneliti subjek yang sama yaitu remaja di Panti Asuhan, menggunakan teknik penelitian yang sama yaitu teknik kuantitatif berbentuk korelasional. Sedangkan perbedaannya terletak dilokasi penelitian. Ria Anggraini (2021) meneliti di Pekanbaru sedangkan peneliti meneliti di Yogyakarta. Selain itu, Ria Anggraini (2021) juga menggunakan 3 variabel dalam penelitiannya yaitu *self compassion*, *self esteem*, dan *self disclosure*. Sementara itu, peneliti hanya menggunakan dua variabel saja yaitu *self compassion* dan *self disclosure*.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Akbar Nur Aziz, Azam Syukur Rahmatullah, dan Akif Khilmiyah (2023) dengan judul "Pengaruh *Self Compassion* dan *Self Disclosure* Terhadap Kesehatan Mental dan Spiritual: Studi Pada Remaja di Panti Asuhan". Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan bentuk komparatif. Pada saat penelitian, peneliti menggunakan skala angket penelitian *self compassion* dan *self disclosure*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang positif dan signifikan pada variabel *self*

compassion terhadap kesehatan remaja Panti Asuhan baik secara langsung maupun dengan menggunakan media spiritualitas.

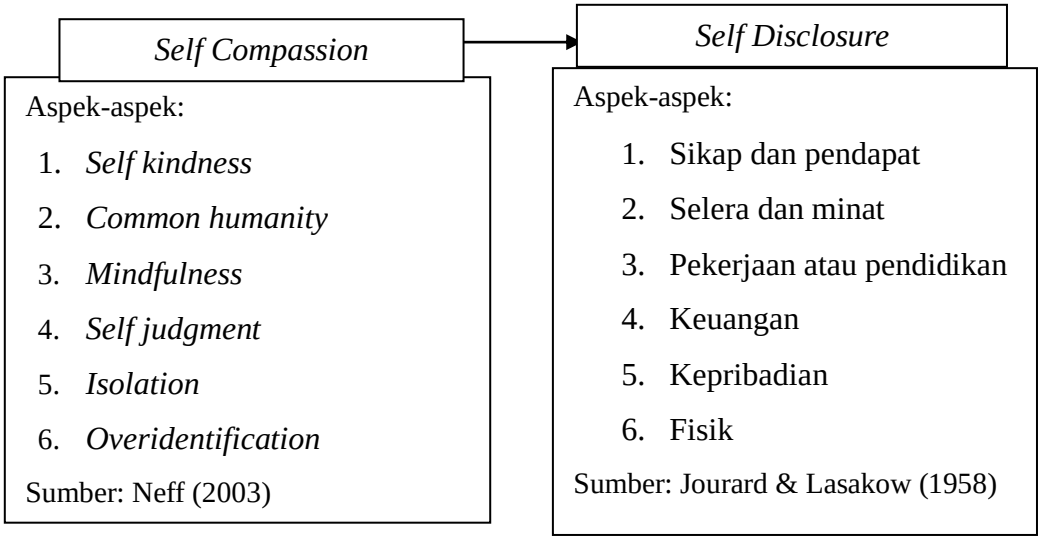
Persamaan yang terdapat antara penelitian Akbar Nur Aziz, Azam Syukur Rahmatullah, dan Akif Khilmiyah (2023) dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu sama-sama membahas tentang *self compassion* dengan *self disclosure* dan meneliti subjek yang sama yaitu remaja di Panti Asuhan. Sedangkan perbedaannya terletak dilokasi penelitian. Akbar Nur Aziz, Azam Syukur Rahmatullah, dan Akif Khilmiyah (2023) meneliti di tiga tempat yaitu Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta, Panti Asuhan Mafaza Kota Yogyakarta, dan Panti Asuhan La Tahzan Banguntapan Bantul DIY sedangkan peneliti meneliti di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta saja. Selain itu, Akbar Nur Aziz, Azam Syukur Rahmatullah, dan Akif Khilmiyah (2023) juga menggunakan teknik kuantitatif berbentuk komparatif. Sementara itu, peneliti menggunakan teknik kuantitatif berbentuk korelasional.

C. Kerangka Konseptual Penelitian

Peneliti membuat kerangka konseptual untuk melihat hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada diri remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Setelah ditemukannya teori yang membahas mengenai faktor-faktor apa saja yang berhubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure*, maka dapat ditarik kesimpulan faktor yang dapat mempengaruhi *self disclosure* salah satunya adalah *self compassion*. Dalam penelitian ini remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta dijadikan sebagai subjek untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure*.

Self disclosure menurut Jourard & Lasakow (1958) merupakan suatu proses pengungkapan diri kepada orang lain dengan memberikan informasi pribadi dan menerima informasi pribadi dari orang lain. Sedangkan *self compassion* adalah suatu proses pemahaman terhadap

kegagalan, ketidakmampuan diri, dan penderitaan yang dialami serta menganggap hal tersebut sebagai pengalaman umum bagi manusia (Neff, 2003). Semakin tinggi *self compassion* yang dimiliki oleh remaja maka akan semakin tinggi pula *self disclosure* dalam dirinya. Berdasarkan kajian teori dan penelitian yang relevan, maka dapat dikemukakan kerangka konseptual sebagai berikut:



D. Hipotesis

Hipotesis secara etimologi berasal dari dua kata, yaitu "*hipo*" (yang berarti lemah) dan "*tesis*" (yang berarti pernyataan). Hipotesis merupakan pernyataan yang masih bersifat lemah. Hipotesis ialah jawaban sementara terhadap pertanyaan peneliti yang telah dirumuskan sebelumnya berdasarkan pada teori yang digunakan untuk mengetahui dan melihat atau menunjukkan hubungan antara dua variabel yang diteliti dengan menguji kebenarannya (Sugiyono, 2012). Di dalam penelitian ini terdapat dua variabel yakni, *self compassion* sebagai variabel bebas dan *self disclosure* sebagai variabel terikat.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada diri remaja Panti Asuhan Daarut

Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Berikut ini hipotesis yang terdapat dalam penelitian, diantaranya:

1. Ho: tidak ada hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada diri remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.
2. Ha: ada hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada diri remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

Sehingga hipotesis statistik dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ho: ro ≤ rt
2. Ha: ro > r

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan jenis korelasional atau dapat disebut juga dengan penelitian korelasi. Penelitian korelasional adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan untuk melihat mengenai ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih (Yeni, Zen, & Darmansyah, 2018). Hubungan antara dua variabel tersebut ditunjukkan oleh koefisien korelasi (r). Besarnya koefisien korelasi tersebut bergerak dari -1 hingga +1. Tidak hanya besaran korelasi yang dihasilkan tetapi dengan teknik ini peneliti juga dapat menentukan arah korelasinya.

Arah korelasinya dapat berhubungan positif, negatif, dan nihil. Berhubungan positif apabila variabel X mengalami kenaikan atau penurunan maka variabel Y juga mengalami hal tersebut. Berbeda dengan korelasi negatif, apabila variabel X mengalami kenaikan maka variabel Y mengalami penurunan dan sebaliknya. Sedangkan korelasi nihil menandakan variabel X dan Y tidak memiliki hubungan (Telussa, Persulessy, & Leleury, 2013). Pada penelitian kali ini, peneliti akan menguji hubungan *self compassion* (sebagai variabel X) dengan *self disclosure* (sebagai variabel Y) pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada salah satu panti asuhan yang berada di Indonesia yaitu Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta yang berada di Jarakan, RT.6/RW.26, Sendangrejo, Kec. Minggir, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini mulai dilakukan sejak bulan Juli 2024 sampai dengan tanggal bulan Januari 2025. Adapun jadwal dari kegiatan penelitian yang peneliti lakukan adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Bulan							
		Juli	**Agt**	**Sept**	**Okt**	**Nov**	**Des**	**Jan**	**Feb**
1.	Penyusunan Proposal								
2.	Bimbingan Proposal								
3.	Seminar Proposal								
4.	Revisi Proposal Skripsi								
5.	Pembuatan Instrumen Penelitian								
6.	Validasi Instrumen								
7.	Uji Coba Penelitian								
8.	Pelaksanaan Penelitian								
9.	Pengolahan Data dan Analisis Data								
10.	Penyusunan Laporan Hasil Penelitian								

11.	Bimbingan Skripsi								
12.	Penyelesaian Skripsi								
13.	Sidang Skripsi								

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono pada tahun 2011, populasi ialah suatu wilayah generalisasi yang dimana terdapat subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Sedangkan menurut (Nazir, 1999) populasi merupakan sekumpulan individu yang mana karakteristiknya telah ditetapkan oleh peneliti. Pada penelitian ini populasi yang dijadikan subjek oleh peneliti adalah remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta yang berada pada rentang usia 14 hingga 17 tahun dengan jumlah populasi 42 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian kecil dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2019). Sementara Pasaribu pada tahun 1975 berpendapat bahwa sampel merupakan sebagian dari subjek populasi yang dipakai sebagai dasar untuk penarikan kesimpulan pada populasi tersebut. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *total sampling* atau *sampling jenuh*. Teknik *total sampling* merupakan cara pengambilan sampel yang dimana seluruh anggota populasi diambil menjadi sampel dalam penelitian (Sugiyono, 2007). Hal ini biasanya terjadi pada populasi yang memiliki jumlah kurang dari 100 orang.

D. Defenisi Operasional

1. *Self compassion* adalah perilaku kasih sayang kepada diri sendiri dengan menerima segala kekurangan, kegagalan, dan kejadian yang tidak menyenangkan sebagai pengalaman hidup serta pasti dialami oleh setiap manusia. *Self compassion* dapat diukur melalui aspek berikut ini: *self kindness vs self judgement, common humanity vs isolation, dan mindfulness vs overidentification* berdasarkan teori Neff (2003).
2. *Self disclosure* ialah proses pengungkapan informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Informasi tersebut biasanya dirahasiakan dari orang lain. *Self disclosure* dapat diukur melalui aspek-aspek berikut ini: *attitudes and opinions*, *tastes and interests*, *work (or studies)*, *money*, *personality*, *and body* berdasarkan teori Jourard & Lasakow (1958).

E. Pengembangan Instrumen

Instrumen merupakan alat yang dapat membantu peneliti dalam melakukan pengukuran (Darmadi, 2011). Sementara itu, Suryabrata pada tahun 2008 juga memberikan pendapatnya terkait instrumen penelitian, menurutnya instrumen penelitian ialah alat yang digunakan oleh peneliti dalam merekam keadaan secara kuantitatif dan aktivitas atribut psikologis. Dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data. Instrumen penelitian terdiri dari tes dan skala. Namun dalam penelitian kali ini, peneliti hanya menggunakan skala. Skala yang digunakan adalah skala model *guttman* dan *likert*. Skala *guttman* adalah skala terdiri dari dua pilihan jawaban diantara ya atau tidak (Periantalo, 2019). Artinya, setiap subjek penelitian akan memberi satu respon dengan dua kategori jawaban yang ada, antara ya atau tidak.

Sedangkan, skala *likert* menurut Sugiyono (2013) adalah skala yang dapat mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena yang terjadi. Pada skala ini, peneliti menerapkan pilihan jawaban dengan empat respon, empat respon yang peneliti gunakan

berbentuk respon frekuensi, yang terdiri dari tidak pernah, jarang, kadang-kadang, dan sering. Peneliti telah menetapkan *self compassion* dan *self disclosure* sebagai variabel penelitian. Skala *self compassion* yang digunakan adalah skala ISCIRA yang telah dimodifikasi oleh Lyana Alvionita Sari, Juntika Nurihsan, & Yusi Riksa Yustiana pada tahun 2022. Sedangkan skala *self disclosure* yang digunakan adalah skala modifikasi.

Maka dari itu, variabel penelitian ini telah dijabarkan ke indikator perilaku terlebih dahulu dan peneliti sebelumnya telah merumuskan aitem-aitem berdasarkan indikator perilaku yang telah tersedia. Aitem-aitem tersebut dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Namun untuk sistem penilaian aitem memiliki perbedaan dengan peneliti sebelumnya. Aitem akan diisi dengan beberapa respon dan setiap respon memiliki skor masing-masing sesuai kebutuhan peneliti sekarang, diantaranya:

Tabel 3. 2 Skor Skala Self Compassion Model Guttman

Pillihan Respon	**Skor**	
	Ya	**Tidak**
Positif (+)	1	0
Negatif (-)	0	1

Tabel 3. 3 Skor Skala Self Disclosure Model Likert

Pilihan Respon	**Skor**	
	Favorable	***Unfavorable***
Tidak Pernah (TP)	1	4
Jarang (JR)	2	3
Kadang-kadang (KD)	3	2
Sering (SR)	4	1

1. Kisi-kisi Instrumen *Self Compassion*

   Kisi-kisi instrumen *self compassion* dibuat untuk mengukur sifat *self compassion* yang berada dalam remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa

Ihsaniyya Yogyakarta. Instrumen yang digunakan adalah instrumen ISCIRA (*Instrumen Self Compassion Usia Remaja*) yang dikembangkan oleh Sari, Nurihsan, & Yustiana (2022) dengan 44 aitem berdasarkan teori Neff (2003). Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan skala tersebut. Berikut ini, aspek-aspek *self compassion* pada skala tersebut:

a. *Self kindness*
b. *Common humanity*
c. *Mindfulness*
d. *Self judgment*
e. *Isolation*
f. *Overidentification*

Pada kisi-kisi intrumen *self compassion*, peneliti akan menyajikan *blueprint* skala *self compassion*. Berikut *blueprint* skala *self compassion*:

Tabel 3. 4 Blueprint *Self Compassion*

Aspek	Indikator	Pernyataan	Jumlah
Self Kindness	1. Memiliki kecenderungan peduli terhadap diri sendiri (Mampu memperhatikan keadaan yang dirasakannya)	1	1
	2. Memiliki kecendrungan untuk mendukung diri sendiri (Individu mendukung diri ketika menghadapi kesulitan)	7, 24, 29	3
	3. Menawarkan penerimaan tanpa syarat terhadap diri (Mampu menerima kekurangan dan kelebihan pada dirinya)	10, 18, 32	3
Self Judgment	4. Menghakimi diri atas kejadian buruk yang dialami (Menilai diri bersalah atas kejadian yang tidak diinginkan)	2	1
	5. Menolak kekurangan diri sendiri (Tidak menerima kekurangan yang ada pada dirinya)	8, 23, 30	3
	6. Mengkritik diri sendiri secara berlebihan (Mengomentari secara berlebihan kekurangan atau kegagalan yang dialami)	9, 17, 31	3

Common Humanity	7. Mengakui ketidaksempurnaan dimiiliki oleh setiap orang (Menyadari tidak ada manusia yang sempurna)	4, 6	2
	8. Mengakui setiap manusia mengalami tantangan hidup (Memiliki pandangan kesulitan adalah tantangan)	12, 16, 26	3
	9. Mengakui kegagalan pernah dialami oleh setiap orang (Individu menyadari kegagalan adalah hal yang wajar terjadi)	13, 19, 41	3
Isolation	10. Merasa terasingkan saat merasakan kesulitan (Individu merasa terisolir dalam kesulitan yang dialami)	3, 5	2
	11. Meyakini kegagalan hanya dialami diri sendiri (Individu menilai dirinya paling malang dalam kejadian yang dialami)	11, 15, 25	3
	12. Cenderung menarik diri saat merasakan kesedihan (Individu mengambil sikap untuk menyendiri dan tidak mau bergaul dengan orang lain ketika merasa sedih)	14, 20, 42	3
Mindfulness	13. Tidak mengabaikan perasaan yang sakit (Individu mengakui perasaan dirinya)	38	1
	14. Tidak mengabaikan pengalaman yang menyakitkan (Mampu menerima pengalaman yang tidak menyenangkan)	27, 39, 44	3
	15. Menyadari pengalaman menyakitkan dengan cara yang seimbang (Individu merespon pengalaman secara rasional)	21, 34, 35	3
Overidentification	16. Melebih lebihkan keadaan yang tidak menyenangkan (Individu terus melebih lebihkan keadaan atau perasaannya ketika menghadapi kesulitan)	37	1
	17. Terbawa pada situasi yang sulit (Individu terlalu terbawa pada situasi yang sulit)	28, 40, 43	3
	18. Berpandangan sempit mengenai pengalaman yang tidak menyenangkan (Individu terus memikirkan kesulitan yang dialami)	22, 33, 36	3
TOTAL			**44**

2. Kisi-kisi Instrumen *Self Disclosure*

Kisi-kisi instrumen ini dibuat oleh peneliti dengan tujuan untuk mengukur perilaku *self disclosure* remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Peneliti akan memodifikasi skala *self disclosure* yang telah dikembangkan oleh Jourard & Lasakow (1958) dengan jumlah 60 aitem, Berikut ini, aspek-aspek *self disclosure* pada skala tersebut:

a. Sikap dan pendapat
b. Selera dan minat
c. Pekerjaan atau pendidikan
d. Keuangan
e. Kepribadian
f. Fisik.

Berikut ini akan dijelaskan proses modifikasi skala yang akan peneliti lakukan:

a. Meminjam kerangka teoritis dan beberapa aitem yang relevan sesuai dengan kebutuhan peneliti.
b. Mempertahankan konsep teoretik setiap variabel.
c. Menuliskan sitasi darimana teori dan skala yang dimodifikasi itu diambil.
d. Mengurangi jumlah aitem dan mengubah cara skoring sesuai kebutuhan peneliti.
e. Melakukan validasi ulang terhadap skala yang telah dimodifikasi (Azwar, 2020).

Setelah melalui proses di atas, peneliti melakukan proses uji coba skala untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari skala yang telah peneliti modifikasi. Sebelum melakukan uji coba tersebut, peneliti telah membuat *blueprint self disclosure*. Berikut ini *blueprint* skala *self disclosure*:

Tabel 3. 5 Blueprint *Self Disclosure* Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah
1.	Sikap dan pendapat	1. Keterbukaan tentang agama 2. Pendapat tentang komunisme, pemerintahan, dan integrasi rasial 3. Pendapat tentang *life style* 4. Pendapat dan sikap tentang gender dan moralitas seksual 5. Ketebukaan terkait pola asuh	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	10
2.	Selera dan minat	1. Keterbukaan tentang hal yang disukai 2. Keterbukaan terkait cara menggunakan waktu luang	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	10
3.	Pekerjaan atau Pendidikan	1. Terbuka tentang kejadian yang dialami 2. Terbuka tentang evaluasi terhadap diri sendiri 3. Terbuka tentang tujuan 4. Terbuka tentang hasil 5. Terbuka tentang kepuasan dan lingkungan	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30	10
4.	Keuangan	1. Keterbukaan informasi keuangan pribadi 2. Keterbukaan dalam pengelolaan keuangan 3. Keterbukaan dalam pendapatan keuangan	31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40	10
5.	Kepribadian	1. Keterbukaan tentang karakter pribadi 2. Keterbukaan tentang emosi dan perasaan 3. Keterbukaan tentang permasalahan yang dialami 4. Keterbukaan tentang kepercayaan diri 5. Keterbukaan tentang pengalaman pribadi	41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	10
6.	Fisik	1. Berbagi perasaan tentang kesehatan 2. Keterbukaan tentang kondisi fisik 3. Keterbukaan tentang minat terhadap fisik 4. Pengungkapan tentang kebiasaan perawatan diri	51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60	10
		Total		**60**

3. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

   a. Uji Validitas

      Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti kecermatan atau ketepatan. Menurut Azwar (2016) validitas adalah sejauh mana alat

ukur dapat mengukur apa yang hendak diukur. Artinya, uji validitas aitem merupakan pengujian yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui seberapa cermat aitem yang digunakan dalam mengukur apa yang hendak diukur. Suatu aitem dapat dikatakan valid apabila memiliki korelasi yang signifikan dengan skor totalnya. Apabila suatu aitem berkorelasi dengan skor totalnya maka aitem menunjukkan adanya dukungan aitem tersebut dalam mengungkapkan apa yang hendak diukur.

Menurut Priyatno (2014), aitem yang digunakan dapat berbentuk pertanyaan ataupun pernyataan yang diberikan kepada responden atau subjek dengan menggunakan skala yang memiliki tujuan untuk mengungkapkan sesuatu. Pada pengujian validitas ini, peneliti menggunakan bantuan dari program SPSS (*Statistical Package for Social Science) versi 20.0 for windows*. Hasil validitas yang didapatkan yaitu, sebagai berikut:

1) *Self Compassion*

Untuk skala *self compassion* peneliti menggunakan skala ISCIRA yang telah dimodifikasi oleh Sari, Nurihsan, & Yustiana pada tahun 2022. Skala ISCIRA ini telah melalui pengujian validitas konstruk dan validitas aitem.

Tabel 3. 6 Nilai Validitas *Self Compassion*

Validitas	Keterangan
Konstruk	*Raw variance explained by measures*: 77,8%
	Unexplained variance: 15,1%
Aitem	10 aitem gugur

2) *Self Disclosure*

Untuk melihat validitas aitem, peneliti menggunakan indeks daya beda aitem. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Periantalo (2019), validitas aitem dapat

ditinjau dari nilai indeks daya beda aitem secara kuantitatif. Indeks daya beda aitem yang digunakan adalah sebesar 0,3 dan dapat ditoleransi menjadi 0,25 apabila terdapat banyak aitem yang gugur. Sementara itu, Azwar (2013) mengatakan bahwa aitem dapat dinyatakan valid ketika memiliki nilai *correlated item total correlation* di atas 0,3. Pada pengujian validitas aitem ini, peneliti menggunakan indeks daya beda aitem sebesar 0,3 dan dibantu oleh program SPSS *Statistical Package for Social Science) versi 20.0 for windows*. Berikut ini akan disajikan hasil dari uji validitas *self disclosure* yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. 7 Uji Validitas *Self Disclosure*

No	Nilai CITC	Keterangan	No	Nilai CITC	Keterangan
1.	0,299	Tidak Valid	31.	0,284	Tidak Valid
2.	0,289	Tidak Valid	32.	0,305	Valid
3.	0,274	Tidak Valid	33.	0,286	Tidak Valid
4.	0,427	Valid	34.	0,403	Valid
5.	0,451	Valid	35.	0,213	Tidak Valid
6.	0,440	Valid	36.	-0,052	Tidak Valid
7.	0,311	Valid	37.	0,045	Tidak Valid
8.	0,394	Valid	38.	0,313	Valid
9.	0,608	Valid	39.	0,100	Tidak Valid
10.	0,337	Valid	40.	0,284	Tidak Valid
11.	0,390	Valid	41.	0,337	Valid
12.	0,491	Valid	42.	0,420	Valid
13.	0,524	Valid	43.	0,508	Valid
14.	0,571	Valid	44.	0,192	Tidak Valid
15.	0,500	Valid	45.	0,458	Valid
16.	0,455	Valid	46.	0,448	Valid
17.	0,566	Valid	47.	0,515	Valid
18.	0,441	Valid	48.	0,598	Valid
19.	0,463	Valid	49.	0,561	Valid

20.	0,321	Valid	50.	0,422	Valid
21.	0,469	Valid	51.	0,598	Valid
22.	0,504	Valid	52.	0,549	Valid
23.	0,496	Valid	53.	0,438	Valid
24.	0,556	Valid	54.	0,250	Tidak Valid
25.	0,379	Valid	55.	0,475	Valid
26.	0,361	Valid	56.	0,070	Tidak Valid
27.	0,392	Valid	57.	0,419	Valid
28.	0,443	Valid	58.	0,243	Tidak Valid
29.	0,438	Valid	59.	0,317	Valid
30.	0,435	Valid	60.	0,149	Tidak Valid

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 19 aitem yang tidak valid. Aitem-aitem tersebut adalah aitem 1, 2, 3, 31, 33, 35, 36, 37, 39, 40, 44, 54, 56, 58, dan aitem 60. Sedangkan aitem yang dinyatakan valid berjumlah 45 aitem.

b. Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2019) reliabilitas berasal dari kata *rely* dan *ability* yang memiliki arti dapat diandalkan. Reliabilitas merupakan sejauh mana alat ukur dapat dipercaya atau konsisten dalam mengukur atribut yang diukur. Maksudnya apabila instrumen mengukur subjek yang sama tetapi waktu berbeda maka hasilnya akan tetap sama. Reliabilitas dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor bahasa dan jumlah butir aitem. Apabila bahasa dalam instrumen penelitian tidak jelas dan bermakna ganda atau ambigu maka reliabilitas instrumen tersebut akan rendah. Namun bila butir aitem banyak maka dapat meningkatkan reliabilitas instrumen (Yeni, Zen, & Darmansyah, 2018).

Pada tahun 2011, Azwar menjelaskan bahwa reliabilitas memiliki koefisiennya tersendiri dengan lambang ($r_{xx'}$). Koefisien reliabilitas bergerak dari 0 hingga 1,00. Apabila koefisien reliabilitas bernilai mendekati nol maka semakin rendah reliabilitas

instrumennya. Sedangkan nilai koefisien reliabilitas yang mendekati angka 1,00 menandakan bahwa instrumen tersebut memiliki reliabilitas yang tinggi. Kemudian teknik yang digunakan dalam menentukan reliabilitas adalah teknik analisis varians *alpha cronbach*. Koefisien *alpha cornbach* minimal bernilai 0,70. Peneliti menggunakan teknik analisis varians *alpha cronbach* dikarenakan hasil reliabilitasnya lebih cermat. Dalam mengolah data peneliti menggunakan program SPSS (*Statistical Package for Social Science) versi 20.0 for windows*.

1) *Self Compassion*

   Uji reliabilitas yang dilakukan oleh Sari, Nurihsan, & Yustiana (2022) pada Instrumen *Self Compassion* Usia Remaja (ISCIRA) mendapatkan nilai *alpha cronbach* sebesar 0,83 dan berada pada kategori bagus sekali. Ditinjau dari hasil uji reliabilitas tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa Instrumen *Self Compassion* Usia Remaja (ISCIRA) bersifat reliabel (akurat).

2) *Self Disclosure*

   Berdasarkan uji reliabilitas yang telah dilakukan diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,927 dengan jumlah 40 dari 60 aitem. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas *Self Disclosure*

Cronbach's Alpha	N
0,927	40

Sembari melakukan uji reliabilitas, peneliti juga mengolah data dengan menggugurkan aitem yang memiliki nilai diskriminasi yang rendah (Azwar, 2020). Nilai diskriminasi atau daya beda tersebut dilihat pada nilai CITC, apabila nilai

CITC berada di atas 0,3 maka aitem tersebut telah memenuhi daya beda atau nilai diskriminasi. Tetapi, jika dengan batas nilai 0,3 terdapat banyak aitem yang gugur atau tidak sesuai dengan keinginan maka batas nilai CITC dapat diturunkan menjadi 0,25. Apabila nilai koefisien korelasi atau CITC mendekati nol maka fungsi dari aitem tersebut tidak cocok dengan fungsi ukur tes dan daya bedanya tidak bagus (Azwar, 2011). Pada penelitian ini, peneliti mengambil nilai CITC (*corrected item total coreelation*) dari 0,3 ke atas.

Pengguguran nilai CITC, dimulai dari CITC yang bernilai negatif, CITC dibawah 0,1, CITC dibawah 0,2, dan diakhiri dengan CITC dibawah 0,3. Proses pengguguran aitem berdasarkan nilai CITC dilakukan sebanyak 6 kali sehingga tidak ada aitem yang memiliki nilai dibawah 0,3. Disebabkan pengguguran aitem berdasarkan nilai CITC, maka dari itu dilakukanlah penyusunan skala dalam bentuk *final* dengan *blueprint* sebagai berikut:

Tabel 3. 9 Blueprint Akhir *Self Disclosure*

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem	Jumlah
1.	Sikap dan pendapat	1. Keterbukaan tentang agama 2. Pendapat tentang komunisme, pemerintahan, dan integrasi rasial 3. Pendapat tentang *life style* 4. Pendapat dan sikap tentang gender dan moralitas seksual 5. Ketebukaan terkait pola asuh	1,2,3,4,5	5
2.	Selera dan minat	1. Keterbukaan tentang hal yang disukai 2. Keterbukaan terkait cara menggunakan waktu luang	6,7,8,9,10,11,12,13,14,15	10
3.	Pekerjaan atau pendidikan	1. Terbuka tentang kejadian yang dialami 2. Terbuka tentang evaluasi terhadap diri sendiri 3. Terbuka tentang tujuan 4. Terbuka tentang hasil 5. Terbuka tentang kepuasan dan lingkungan	16,17,18,19,20,21,22,23,24,25	10
4.	Keuangan	1. Keterbukaan informasi keuangan pribadi 2. Keterbukaan dalam pengelolaan keuangan 3. Keterbukaan dalam pendapatan keuangan	26	1

5.	Kepribadian	1. Keterbukaan tentang karakter pribadi 2. Keterbukaan tentang emosi dan perasaan 3. Keterbukaan tentang permasalahan yang dialami 4. Keterbukaan tentang kepercayaan diri 5. Keterbukaan tentang pengalaman pribadi	27,28,29,30,31,32,33,34,35	9
6.	Fisik	1. Berbagi perasaan tentang kesehatan 2. Keterbukaan tentang kondisi fisik 3. Keterbukaan tentang minat terhadap fisik 4. Pengungkapan tentang kebiasaan perawatan diri	36,37,38,39,40	5
		Total		**40**

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpul data adalah suatu teknik yang berguna dalam mengumpulkan berbagai data-data. Alat yang digunakan dalam teknik pengumpulan data ialah skala psikologi. Model skala yang digunakan ialah model *guttman* dan *likert*. Skala yang digunakan dapat menghasilkan skor tertentu yang nantinya akan dianalisis dengan statistika. Skala ini disusun dari komponen, indikator perilaku, dan aitem. Menurut Periantalo (2019) aitem-aitem yang terdapat pada skala harus diuji nilai daya beda, validitas, dan reliabilitasnya supaya menjadi alat ukur yang baik.

Pada skala *self compassion* peneliti akan menggunakan instrumen yang telah dimodifikasi oleh Sari, Nurihsan, & Yustiana (2022) dengan 44 aitem berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Neff (2003) dengan aspek sebagai berikut yaitu: *self kindness vs self judgement*,*common humanity vs isolation***,** *mindfulness vs overidentification*. Sedangkan pada skala *self disclosure* peneliti akan memodifikasi instrument *self disclosure* berdasarkan skala dan aspek-aspek yang diungkapkan oleh Jourard & Lasakow (1958) yang aitemnya berjumlah 60 buah aitem, dengan enam aspek yaitu *attitudes and opinions*, *tastes and interests*, *work (or studies)*, *money*, *personality*, *and body*.

G. Teknik Analisis Data

Pengolahan data yang dilakukan setelah data dikumpulkan dari subjek penelitian disebut dengan teknik analisis data. Teknik analisis data

ialah suatu teknik yang dimulai dari proses mengorganisasikan data ke dalam teori lalu melakukan sintesa dan menyusunnya ke dalam pola sehingga dapat ditarik kesimpulannya supaya mudah dimengerti (Sugiyono, 2008). Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *product moment*. Sebelum melakukan teknik *product moment* peneliti harus melakukan analisis uji normalitas dan uji linearitas. Apabila kedua pengujian tersebut terpenuhi maka peneliti dapat melakukan analisis pengujian *product moment* dengan menggunakan bantuan dari (*Statistical Package for Social Science*) SPSS *versi 20.0 for windows*.

Peneliti melakukan analisis data setelah semua data dari setiap responden atau subjek terkumpul. Dalam menganalisis data peneliti melakukan pengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, menyajikan data dalam bentuk tabel, melakukan perhitungan yang bertujuan untuk menjawab rumusan masalah dan hipotesis penelitian (Sugiyono, 2012). Teknik analisis data yang peneliti gunakan ialah teknik analisis statistik.

1. Deskripsi Data

   Dalam tahap ini peneliti mendeskripsikan data berdasarkan masing-masing variabel dengan bantuan SPSS 20 untuk menghasilkan range, mean (M), standar deviasi (SD), nilai minimum, dan nilai maksimum.

2. Persyaratan Analisis

   Dalam melakukan analisis data terdapat yang namanya pengujian persyaratan analisis. Pengujian tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah data yang telah peneliti kumpulkan memenuhi syarat untuk melakukan analisis sesuai dengan teknik analisis yang telah dirancang. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan uji normalitas dan uji linearitas data.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini berguna untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal. Jika data berdistribusi normal maka hasil penelitian nantinya dapat digeneralisasikan pada populasi. Oleh karena itu, sebelum melakukan pengujian hipotesis maka peneliti harus terlebih dahulu melakukan uji normalitas data. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji normalitas *shapiro wilk* dikarenakan sampel penelitian kurang dari 50 orang. Data dikatakan berdistribusi normal apabila memiliki nilai signifikansi sebesar 0,05 sebagaimana yang dijelaskan oleh Priyatno pada tahun 2014.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dapat dilihat dari seberapa linearnya hubungan antara variabel X (*self compassion*) dengan variabel Y (*self disclosure*). Kriteria yang digunakan yaitu apabila p pada lajur *deviation form linearity* > 0,05 maka data dapat dikatakan beregresi linear. Dan begitu sebaliknya, apabila p pada lajur *deviation form linearity* < 0,05 maka data tidak linear. Namun bila nilai signifikansi *linearity* bernilai p < 0,05 maka data dikatakan linear dan sebaliknya. Apabila nilai signifikansi *linearity* bernilai p > 0,05 maka data tidak linear.

3. Uji Hipotesis

Dalam pengujian hipotesis peneliti menggunakan uji korelasi. Dikarenakan hipotesis penelitian berkaitan dengan hubungan antara variabel X dengan variabel Y. Dalam melakukan uji korelasi, peneliti menggunakan analisis korelasi *pearson product moment* untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel (variabel *self compassion* dengan variabel *self disclosure* (Hartono, 2015). Berikut ini rumus korelasi *pearson product moment*:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

rxy= koefisien korelasi antara X dengan Y

X= variabel *self compassion*

Y= variabel *self disclosure*

XY= *product moment* dari X dan Y

Dalam melakukan uji korelasi, peneliti mempunyai patokan nilai korelasi diantaranya sebagai berikut:

a. 1 memiliki kekuatan korelasi sempurna
b. 0,81 hingga 0,99 memiliki kekuatan korelasi sangat kuat
c. 0,61 hingga 0,80 memiliki kekuatan korelasi kuat
d. 0,41 hingga 0,60 memiliki kekuatan korelasi sedang
e. 0,21 hingga 0,40 memiliki kekuatan korelasi lemah
f. 0,01 hingga 0,20 memiliki kekuatan korelasi sangat lemah (Periantalo, 2020).

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Panti Asuhan

Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta merupakan bagian dari lembaga Yayasan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta dan juga dinaungi oleh Dinas Sosial Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Lokasi panti ini jauh dari pusat kota dan berada di Jarakan, RT.006/RW.026 Sendangrejo, Kecamatan Minggir, Kabupaten Sleman, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta memiliki beberapa tingkat usia anak yang diasuh, mulai dari usia bayi, balita, anak-anak, dan remaja. Berikut ini, peneliti akan menyajikan data anak asuh dari Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Data Anak Asuh Panti Asuhan Daarut Taqwa

No	Tingkat Usia Anak Asuh	Jumlah
1	Bayi	1 orang
2	Balita	20 orang
3	SD Putri	5 orang
4	SD Putra	9 orang
5	Remaja Putra	13 orang
6	Remaja Putri	21 orang
7	Remaja Putri IBS	33 orang
Total		102 orang

Sebagai LKSA (Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak), tentunya Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta memiliki visi, misi, maksud dan tujuan tertentu. Berikut ini penulis akan meguraikan tentang visi, misi, maksud dan tujuan dari Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta adalah sebagai berikut:

1. Visi Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta

   LKSA Daarut Taqwa menjadi LKSA dengan pengasuhan alternatif terbaik yang mampu membentuk karakter pribadi muslim yang berakhlakul karimah, cerdas, mandiri, serta mampu berperan aktif dalam ilmu pengetahuan dan dakwah Islamiyah.

2. Misi Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta

   a. Menyelenggarakan program pendidikan asrama (*boarding school*) yang mensinergikan antara ilmu agama Islam yang meliputi aqidah, akhlak, dan ibadah dengan ilmu pengetahuan umum.
   b. Pembinaan menghafal al-Qur'an sedari usia dini guna mencetak generasi Qur'ani para hafidz atau hafidzah yang bersinergi dengan keilmuan profesi di bidang masing-masing.
   c. Memberikan pengayaan keterampilan kepada para anak asuh seperti keterampilan memasak, menulis, menjahit, berbicara didepan umum serta melatih kemampuan untuk menata diri sendiri sehingga membentuk kemandirian masing-masing pribadi.
   d. Memfasilitasi proses menuntut ilmu bagi umat Islam yang mempunyai kemauan tinggi, namun mempunyai keterbatasan ekonomi, khususnya setelah gempa bumi.
   e. Menerapkan pendidikan aqidah yang lurus, membiasakan cara berfikir ilmiah (sikap intelektual) dan penanaman akhlakul karimah agar anak asuh memiliki bekal keulamaan teknokrat beraqidah shohih yang mengembankan visi generasi *khalifatul fil ardh*.
   f. Mengikutsertakan para anak asuh yang dinilai telah mampu (berkompeten) ke dalam aktivitas-aktivitas dakwah di Yayasan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.
   i. Menyelenggarakan program kader karya yaitu program pembinaan kemandirian bagi anak-anak asuh agar mampu

menciptakan karya terbaik dalam bidang dakwah islamiyah dan ilmu pengetahuan

3. Maksud dan Tujuan Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta
    a. Melindungi dan memelihara anak yatim piatu, fakir miskin, serta dhuafa.
    b. Memberikan pengasuhan alternatif berupa pendidikan, pengarahan, dan bimbingan keagamaan agar menjadi anak yang shalih atau shalihah, bermanfaat untuk pribadi, masyarakat, dan negara.
    c. Mengembangkan potensi yang dimiliki anak asuh.
    d. Mempererat *ukhuwah* Islamiyah, saling membantu, dan tolong menolong.
    e. Mengelola donasi menjadi kemanfaatan amal jariyah.
    f. Memberikan sarana dan prasarana yang memadai untuk tempat tinggal (asrama) bagi anak asuh.

B. Deskripsi Data

Penelitian ini dilakukan pada salah satu panti asuhan yang berada di Kecamatan Minggir, Kabupaten Sleman, DI Yogyakarta. Penelitian dilakukan dengan menggunakan skala yang berbentuk *guttman* dan *likert*. Skala guttman digunakan untuk mengukur *self compassion* dan skala likert digunakan untuk mengukur *self disclosure* pada remaja yang berada pada salah satu Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

Dalam penelitian ini, peneliti menyebarkan skala *self compassion* yang berbentuk pernyataan dengan jumlah 44 butir dan skala *self disclosure* yang juga berbentuk pernyataan dengan jumlah 20 butir kepada 42 orang subjek. Namun demikian, beberapa orang subjek yang melakukan *faking* dalam penelitian sehingga menjadi 33 orang subjek. Setelah semua data terkumpul, peneliti melakukan pengolahan data dengan menghitung skor skala yang diisi oleh setiap subjek.

1. Deskripsi Data *Self Compassion*

Data *self compassion* diambil dengan menggunakan skala tertutup (pernyataan tersirat, tidak terbuka) dengan alternatif jawaban "ya dan tidak" untuk setiap pernyataan yang bersifat positif dan negatif. Disini peneliti menggunakan 44 aitem dengan dua aitem yang saling berlawanan. Skala ini diberikan kepada 42 orang subjek tetapi terdapat beberapa orang subjek yang melakukan *faking* sehingga subjek dalam penelitian menjadi 33 orang Berikut ini akan disajikan deskripsi data *self compassion* pada remaja yang menjadi subjek penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 2 Deskripsi Data *Self Compassion*

No	NAMA	Skor X	Kategori
1	SM	26	Sedang
2	TW	42	Tinggi
3	CPV	38	Tinggi
4	RRA	32	Tinggi
5	NFS	36	Tinggi
6	RRM	30	Tinggi
7	SAP	24	Sedang
8	RPNA	18	Sedang
9	NALN	22	Sedang
10	SS	36	Tinggi
11	AP	40	Tinggi
12	NBL	16	Sedang
13	AWS	34	Tinggi
14	AND	40	Tinggi
15	FB	38	Tinggi
16	SPS	36	Tinggi
17	AA	36	Tinggi
18	DA	20	Sedang
19	RKNK	16	Sedang
20	MHY	38	Tinggi
21	RS	34	Tinggi
22	P	32	Tinggi
23	NP	4	Rendah
24	ARAF	28	Sedang
25	KM	32	Tinggi
26	I	40	Tinggi

27	A	34	Tinggi
28	KN	28	Sedang
29	IHY	30	Tinggi
30	LP	30	Tinggi
31	NI	33	Tinggi
32	MY	38	Tinggi
33	SR	16	Sedang
N= 33		∑X=997	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat nilai maksimum, minimum, range, mean, dan standar deviasi dari *self compassion* dengan bantuan dari program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) dengan tipe 20.0 (data empirik). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 4. 3 Analisis Deskriptif Statistik (Uji Empirik) *Self Compassion*

N	Range	Min	Max	Mean	SD
33	38	4	42	30,21	8,915

Dapat dilihat dari tabel uji empirik di atas, diketahui bahwa nilai minimum *self compassion* adalah 4, nilai maksimum 42, range sebesar 38, mean sebesar 30,21 dan SD (standar deviasi) yang bernilai 8,915. Selain melakukan analisis statistik deskriptif melalui bantuan SPSS, peneliti juga melakukan analisis manual pada uji data hipotetik. Berikut tabel uji data hipotetik *self compassion*:

Tabel 4. 4 Analisis Deskriptif Statistik (Uji Hipotetik) *Self Compassion*

N	Range	Min	Max	Mean	SD
33	44	0	44	22	7,33

Dapat dilihat dari tabel uji hipotetik di atas, diketahui bahwa nilai minimum *self compassion* adalah 0, nilai maksimum 44, range sebesar 44, mean sebesar 22 dan SD (standar deviasi) yang bernilai 7,33.

Kemudian, peneliti akan menyajikan persentase dari hasil analisis deskriptif statistik berdasarkan uji hipotetik dari *self compassion* adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 5 Persentase Hasil Analisis Deskriptif Statistik *Self Compassion*

No	Kategori	Rentang Skor	Jumlah/Frekuensi	Persentse (%)
1.	Rendah	X<14,67	1	3.0%
2.	Sedang	14,67≤X<29,33	10	30.3%
3.	Tinggi	29,33≤X	22	66.7%
Jumlah			N=33	100%

Berdasarkan persentase hasil analisis deskriptif statistik di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat 1 orang subjek yang berada pada kategori rendah dengan persentase (3.0%), 10 orang subjek yang berada pada kategori sedang dengan persentase (30.3%), dan 22 orang subjek yang berada pada kategori tinggi dengan persentase (66.7%). Hasil analisis deskriptif tersebut menyiratkan bahwa pada persentase 66.7% dengan rentang skor 29,33≤X (29,33-42) memiliki jumlah subjek yang banyak pada kategori tinggi sehingga dapat disimpulkan bahwa *self compassion* pada remaja yang berada di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta berada pada kategori tinggi. Berikut ini peneliti juga akan menyajikan bentuk diagram batang dari kategori tersebut yaitu sebagai berikut:

Gambar 4. 1 Kategori *Self Compassion*

2. Deskripsi Data *Self Disclosure*

Dalam mengumpulkan data *self disclosure*, peneliti menggunakan skala dengan pernyataan tertutup dan respon jawaban yang berbentuk likert, diantaranya tidak pernah (TP), kadang-kadang (KD), sering (SR), dan selalu (SL). Skala yang digunakan berjumlah 20 butir aitem kepada 42 orang subjek tetapi terdapat beberapa orang subjek yang melakukan *faking* sehingga subjek dalam penelitian menjadi 33 orang. Berikut ini akan disajikan dekripsi data *self disclosure* yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Deskripsi Data *Self Disclosure*

No	NAMA	Skor Y	Kategori
1	SM	113	Sedang
2	TW	92	Sedang
3	CPV	114	Sedang
4	RRA	81	Sedang
5	NFS	86	Sedang
6	RRM	94	Sedang
7	SAP	150	Tinggi
8	RPNA	137	Tinggi
9	NALN	77	Rendah
10	SS	96	Sedang
11	AP	88	Sedang
12	NBL	75	Rendah
13	AWS	78	Rendah
14	AND	66	Rendah
15	FB	81	Sedang
16	SPS	83	Sedang
17	AA	74	Rendah
18	DA	87	Sedang
19	RKNK	105	Sedang
20	MHY	115	Sedang
21	RS	65	Rendah
22	P	112	Sedang
23	NP	65	Rendah
24	ARAF	110	Sedang
25	KM	72	Rendah
26	I	106	Sedang

27	A	77	Rendah
28	KN	92	Sedang
29	IHY	83	Sedang
30	LP	83	Sedang
31	NI	66	Rendah
32	MY	86	Sedang
33	SR	77	Rendah
N= 33		∑Y=2986	

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui nilai statistik deskriptif dari *sel disclosure* diantaranya nilai minimum, maksimum, range, mean, dan standar deviasi (SD). Hasil statistik tersebut didapatkan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) dengan tipe 20.0 (uji empirik). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. 7 Analisis Statistik Deskriptif *Self Disclosure*

N	Range	Min	Max	Mean	SD
33	85	65	150	90,48	20,286

Dari tabel di atas, dapat diketahui hasil analisis statistik deskriptif dari *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta yaitu: nilai minimum sebesar 65, nilai maksimum sebesar 150, range sebesar 85, mean sebesar 90,48, dan SD (standar deviasi) sebesar 20,286. Selain melakukan analisis statistik deskriptif melalui bantuan SPSS, peneliti juga melakukan analisis manual pada uji data hipotetik. Berikut tabel uji hipotetik *self disclosure*:

Tabel 4. 8 Analisis Deskriptif Statistik (Uji Hipotetik) *Self Disclosure*

N	Range	Min	Max	Mean	SD
33	120	40	160	100	20

Dapat dilihat dari tabel uji hipotetik di atas, diketahui bahwa nilai minimum *self disclosure* adalah 40, nilai maksimum 160, range

sebesar 120, mean sebesar 100 dan SD (standar deviasi) yang bernilai 20. Adapun hasil persentase dari analisis statistik deskriptif (hipotetik) tersebut sebagai berikut:

Tabel 4. 9 Persentase Hasil Analisis Statistik Deskriptif *Self Disclosure*

No	Kategori	Rentang Skor	Jumlah/Frekuensi	Persentse (%)
1.	Rendah	X<80	11	33,3%
2.	Sedang	80≤X<120	20	60,6%
3.	Tinggi	120≤X	2	6,1%
Jumlah			N=33	100%

Berdasarkan persentase hasil analisis deskriptif statistik di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat 11 orang subjek yang berada pada kategori rendah dengan persentase (33,3%), 20 orang subjek yang berada pada kategori sedang dengan persentase (60,6%), dan 2 orang subjek yang berada pada kategori tinggi dengan persentase (6,1%). Hasil analisis deskriptif tersebut menyiratkan bahwa pada persentase 60,6% dengan rentang skor 80≤X<120 memiliki jumlah subjek yang banyak pada kategori sedang sehingga dapat disimpulkan bahwa *self disclosure* pada remaja yang berada di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta berada pada kategori sedang. Beikut ini peneliti juga akan menyajikan bentuk diagram batang dari kategori tersebut yaitu sebagai berikut:

Gambar 4. 2 Kategori *Self Disclosure*

C. Pengujian Persyaratan Analisis

Sebelum melakukan analisis data, terdapat beberapa proses pengujian data yang harus dilalui terlebih dahulu. Proses pengujian data tersebut diantaranya ada uji normalitas dan uji linearitas. Setelah melalui kedua proses uji data, maka data dapat dianalisis dengan menggunakan analisis korelasi yaitu: korelasi *pearson* (*product moment*) atau korelasi *spearman*. Proses analisa data bertujuan untuk menguji hipotesis dan menjawab rumusan masalah pada penelitian.

1. Uji Normalitas

   Uji normalitas merupakan suatu tahap pengujian yang bertujuan untuk menguji data masing-masing variabel apakah berdistribusi normal atau tidak. Data yang berdistribusi normal akan menunjukkan penyebaran data yang seimbang pada sebagian besar data (mendekati nilai mean). Beberapa ahli berpendapat, jika sampel dari penelitian kecil dari 50, maka peneliti bisa menggunakan *shapiro wilk*. Tetapi, jika sampel dari penelitian besar dari 50, maka peneliti bisa menggunakan *kolmogorov smirnov*.

   Pada penelitian ini, peneliti menggunakan rumus *shapiro wilk* karena subjek penelitian yang digunakan sebanyak 33 orang (kurang dari 50). Untuk mengetahui apakah data penelitian terdistribusi normal atau tidak, dapat dilihat dari nilai *asymp. sig*. Jika *asymp. sig* (2-*tailed*) bernilai kecil dari 0,05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal (ada perbedaan). Sedangkan apabila, nilai *asymp. sig* besar dari 0,05 maka data berdistribusi normal (tidak ada perbedaan antara data penelitian dengan data normal idealnya) (Priyatno, 2014).

   Peneliti melakukan uji normalitas dengan bantuan dari program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) dengan tipe 20.0. Dari uji normalitas tersebut, ditemukan bahwa data penelitian tidak berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas tersebut:

Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas Kedua Variabel

Variabel	Shapiro Wilk
Compassion	0,007
Disclosure	0,007

Berdasarkan *out put* uji normalitas di atas, diketahui nilai variabel dari *self compassion* sebesar 0.007 dan lebih kecil dari 0,05 (5%). Dimana hasil tersebut menandakan bahwa data *self compassion* tidak berdistribusi normal. Sedangkan nilai *sig* dari variabel *self disclosure* juga sebesar 0.007 dan lebih kecil dari 0,05 (5%). Yang berarti data *self disclosure* tidak normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua data penelitian tidak berdistribusi normal pada kedua variabel penelitian.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan salah satu pengujian yang digunakan untuk mengetahui apakah data dari masing-masing variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak (Priyatno, 2014). Untuk memverifikasi apakah data penelitian linear atau tidak dapat dilihat pada bagian *linearity and deviation from linearity*. Apabila nilai signifikansi pada bagian *linearity* bernilai kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) maka itu berarti data penelitian linear. Namun jika pada bagian *deviation from linearity*, signifikansi bernilai ($p > 0,05$) maka itu berarti data penelitian linear (tidak ada perbedaan antara data penelitian dengan data linear ideal).

Untuk menguji linearitas dari setiap variabel, peneliti menggunakan bantuan dari program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) dengan tipe 20.0. Hasil dari uji linearitas tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 11 Uji Linearitas

Linearitas	Nilai Sig
Linearity	0,703
Deviation from linearity	0,018

Berdasarkan tabel uji linearitas di atas, dapat dilihat bahwa data penelitian tidak linear pada bagian *linearity* dan *deviation from linearity*. Pada bagian *linearity*, signifikansi bernilai 0,703 yang menandakan bahwa data tersebut tidak linear karena besar dari 0,05. Sedangkan pada bagian *deviation from linearity*, signifikansi bernilai 0,018 yang menandakan data juga tidak linear karena lebih kecil dari 0,05. Hal ini menandakan bahwa variabel X dan Y tidak mempunyai linearitas.

D. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan tujuan untuk menjawab hipotesis dari penelitian ini. Apakah pada penelitian ini terdapat hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji korelasi *rank spearman*. Uji korelasi *Spearman* dilakukan apabila uji normalitas tidak terpenuhi. Pada penelitian ini, kedua variabel penelitian tidak terdistribusi secara normal. Untuk melihat apakah kedua variabel saling berhubungan peneliti menggunakan bantuan dari program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) tipe 20.0 dengan pengujian *rank spearman*. Dari hasil *output* SPSS dapat dilihat bagian nilai signifikansi yang menyiratkan makna terkait kedua variabel memiliki hubungan atau tidak.

Apabila nilai signifikansi bernilai besar dari 0,05 (>0,05) memiliki arti tidak ada hubungan antara variabel X dengan variabel Y. Apabila nilai signifikansi kecil sama dari 0,05 (≤0,05) maka antara variabel X dengan variabel Y memiliki hubungan pada taraf signifikansi 5%. Sedangkan nilai signifikansi kecil sama dari 0,01 (≤0,01) maka antara variabel X dengan variabel Y memiliki hubungan pada taraf signifikansi 1%. Nilai korelasi yang didapatkan juga memiliki interpretasi seberapa kuat korelasi dua variabel berdasarkan interval yang telah ditentukan. Berikut ini interpretasi dari koefisien korelasi tersebut:

Tabel 4. 12 Interpretasi Koefisien Korelasi

No	Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
1.	1	Korelasi sangat tinggi

2.	0,81 hingga 0,99	Korelasi sangat kuat
3.	0,61 hingga 0,80	Korelasi kuat
4.	0,41 hingga 0,60	Korelasi sedang
5.	0,21 hingga 0,40	Korelasi lemah
6.	0,01 hingga 0,20	Korelasi sangat lemah

Adapun hasil korelasi antara variabel X (*self compassion*) dengan variabel Y (*self disclosure*) pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta adalah sebagai berikut:

Tabel 4. 13 Hasil Uji Korelasi

Spearman's Rho	
Correlation coefficient	0,028
Sig (2-tailed)	0,876
N	33

Berdasarkan tabel hasil uji korelasi dengan menggunakan rumus korelasi *rank spearman*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,876 dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,028. Hal tersebut menandakan bahwa tidak terdapat hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Artinya, Ho diterima yaitu tidak ada hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada diri remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Koefisien korelasi yang dihasilkan sebesar 0,028 menandakan bahwa hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* memiliki korelasi yang sangat lemah.

E. Analisis Tambahan

Analisis tambahan bertujuan untuk membantu penelitian yang sedang dilakukan dan meningkatkan temuan dari penelitian ini. Berikut ini akan diuraikan analisis tambahan yang telah dilakukan:

1. Analisis Variabel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin
   a. Variabel X (*Self Compassion*)

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui subjek dengan jenis kelamin yang mana yang memiliki *self compassion* yang tinggi dan untuk mengetahui perbedaan *self compassion* pada diri subjek yang berjenis kelamin perempuan dan laki-laki. Analisis yang digunakan adalah analisis *mann withney u test* karena tidak terpenuhinya salah satu syarat statistik parametrik yaitu uji normalitas. Analisis ini menggunakan bantuan dari program SPSS 20.0, berikut ini hasil yang didapatkan:

Tabel 4. 14 Mean Rank Variabel X Berdasarkan Jenis Kelamin

Gender	N	Mean Rank
Perempuan	28	16,02
Laki-laki	5	22,50

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa mean *self compassion* antara perempuan dengan laki-laki memiliki perbedaan. Dimana subjek yang berjenis kelamin perempuan memiliki mean rank sebesar 16,02 sedangkan subjek yang berjenis kelamin laki-laki memiliki mean rank sebesar 22,50. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self compassion* subjek yang berjenis kelamin laki-laki lebih tinggi dibandingkan subjek yang berjenis kelamin perempuan.

Tabel 4. 15 Uji Perbedaan Variabel X Berdasarkan Jenis Kelamin

Mann-Withney U Test	42,500
Asymp.Sig (2-tailed)	0,166

Jika ditinjau dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa hasil dari analisis *mann withney u test*. Nilai *t-test*nya dapat dilihat pada bagian *asymp sig* (2 *tailed),* nilai yang didapatkan sebesar 0,166 (p>0,05) dengan nilai *mann withney u tes* sebesar 42,500 yang

menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan *self compassion* ditinjau dari jenis kelamin.

b. Variabel Y (*Self Disclosure*)

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui subjek dengan jelas kelamin yang mana yang memiliki *self disclosure* yang paling tinggi dan untuk mengetahui perbedaan *self disclosure* berdasarkan jenis kelamin subjek dalam penelitian. Analisis ini dilakukan dengan metode *mann withney u test*. Metode ini digunakan karena tidak terpenuhinya salah satu syarat uji statistik parametrik yaitu uji normalitas. Analisis ini menggunakan bantuan program SPSS 20.0, berikut hasil yang didapatkan:

Tabel 4. 16 Mean Rank Variabel Y Berdasarkan Jenis Kelamin

Gender	N	Mean Rank
Perempuan	28	18,11
Laki-laki	5	10,80

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa subjek yang berjenis kelamin perempuan memiliki mean rank sebesar 18,11. Sedangkan subjek yang berjenis kelamin laki-laki memiliki mean rank sebesar 10,08. Artinya, subjek dengan jenis kelamin perempuan memiliki *self disclosure* yang lebih tinggi dari pada subjek yang berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 4. 17 Uji Perbedaan Variabel Y Berdasarkan Jenis Kelamin

Mann-Withney U Test	39,000
Asymp.Sig (2-tailed)	0,119

Apabila ditinjau dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa tidak ada perbedaan *self disclosure* berdasarkan jenis kelamin. Nilai *t-test* yang didapatkan pada *asymp sig (2-tailed)* yaitu 0,119 (p>0,05) dengan nilai *mann withney u test* sebesar 39,000 yang menandakan

bahwa tidak ada perbedaan *self disclosure* pada subjek berdasarkan jenis kelamin pada remaja di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

2. Analisis Variabel Penelitian Berdasarkan Tingkat Pendidikan

   a. Variabel X (*Self Compassion*)

      Analisis ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui subjek dengan tingkat pendidikan yang mana yang memiliki *self compassion* yang paling tinggi dan untuk mengetahui perbedaan *self compassion* pada subjek penelitian berdasarkan tingkat pendidikan. Analisis yang digunakan adalah *mann withney u test* (uji normalitas tidak terpenuhi) dengan menggunakan bantuan dari program SPSS 20.0, berikut hasil yang didapatkan:

Tabel 4. 18 Mean Rank Variabel X Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan	N	Mean Rank
Tingkat SMP	10	16,55
Tingkat SMA	23	17,20

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai mean rank subjek tingkat SMP sebesar 16,55 sedangkan subjek tingkat SMA memiliki nilai mean rank sebesar 17,20. Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek tingkat SMA memiliki *self compassion* yang besar dibandingkan subjek tingkat SMP.

Tabel 4. 19 Uji Perbedaan Variabel X Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Mann-Withney U Test	110,500
Asymp.Sig (2-tailed)	0,860

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui nilai t-test pada bagian *asymp sig (2 -tailed)*. Apabila nilai *asymp sig (2-tailed)* <0,05, maka terdapat perbedaan *self compassion* berdasarkan tingkat pendidikan dari subjek penelitian. Tetapi, hasil yang

didapatkan, *asymp sig (2-tailed)* bernilai 0,860>0,05 dengan nilai *mann withney u test* sebesar 110,500 yang memiliki arti bahwa tidak terdapat perbedaan *self compassion* antara subjek apabila ditinjau dari tingkat pendidikan di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

b. Variabel Y (*Self Disclosure*)

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui subjek dengan tingkat pendidikan yang mana yang memiliki *self disclosure* yang tinggi dan untuk mengetahui perbedaan *self disclosure* pada subjek penelitian berdasarkan tingkat pendidikan. Analisis yang digunakan adalah analisis *mann withney u test* karena uji normalitas tidak terpenuhi. Analisis ini menggunakan bantuan dari program SPSS 20.0, berikut hasil analisis yang didapatkan:

Tabel 4. 20 Mean Rank Variabel Y Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan	N	Mean Rank
Tingkat SMP	10	23,15
Tingkat SMA	23	14,33

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui nilai mean rank subjek dengan tingkat pendidikan SMP memiliki nilai sebesar 23,15 sedangkan subjek yang berpendidikan SMA memiliki nilai mean rank sebesar 14,33. Hal tersebut menandakan bahwa *self disclosure* subjek dengan tingkat pendidikan SMP lebih besar dibandingkan dengan subjek dengan tingkat pendidikan SMA.

Tabel 4. 21 Uji Perbedaan Variabel Y Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Mann-Withney U Test	53,500
Asymp.Sig (2-tailed)	0,016

Apabila ditinjau dari tabel *test statistics mann withney u test*, dapat dilihat bahwa nilai *asymp sig (2-tailed*) yaitu sebesar

0,016 (p<0,05) dengan nilai *mann withney u test* sebesar 53,500 yang memiliki arti bahwa terdapat perbedaan *self disclosure* yang signifikan berdasarkan tingkat pendidikan pada subjek penelitian di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

3. Analisis Variabel Penelitian Berdasarkan Tingkat Usia
   a. Variabel X (*self compassion*)

      Analisis ini dilakukan untuk mengetahui subjek dengan tingkat usia yang mana yang memiliki *self compassion* yang paling tinggi dan untuk mengetahui perbedaan *self compassion* berdasarkan tingkat usia. Metode yang digunakan adalah statistik non parametrik yaitu *kruskall wallis* (uji normalitas tidak terpenuhi). Analisis dilakukan dengan menggunakan bantuan dari program SPSS 20.0, berikut hasil yang didapatkan:

Tabel 4. 22 Anava Variabel X Berdasarkan Usia

Usia	N	Mean Rank
Empat belas	2	10,50
Lima belas	11	17,55
Enam belas	14	17,82
Tujuh belas	6	16,25

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan nilai mean rank antara subjek yang berusia empat belas, lima belas, enam belas, dan tujuh belas tahun. Pada usia empat belas tahun, terdapat nilai mean rank sebesar 10,50. Pada usia lima belas tahun, terdapat nilai mean rank sebesar 17,55. Pada usia enam belas tahun terdapat nilai mean rank sebesar 17,82 dan pada usia tujuh belas tahun terdapat nilai mean rank sebesar 16,25. Hal ini menandakan bahwa subjek dengan usia enam belas tahun memiliki *self compassion* yang tinggi. Posisi *self compassion* tertinggi kedua dimiliki oleh subjek dengan usia lima belas tahun

lalu diikuti oleh subjek dengan usia tujuh belas tahun pada posisi ketiga. Dan *self compassion* yang rendah dimiliki oleh subjek yang berusia empat belas tahun.

Apabila ditinjau dari tabel di bawah ini, nilai *chi-square* yang diperoleh yaitu sebesar 1,083 dengan nilai *asymp sig* sebesar 0,781 (p>0,05) yang memiliki makna bahwa tidak terdapat perbedaan *self compassion* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta berdasarkan tingkat usia. Berikut hasil yang didapatkan dalam bentuk tabel:

Tabel 4. 23 Uji Kruskal Wallis Test Variabel X

Chi-square	1,083
Asymp.Sig	0,781

b. Variabel Y (*self disclosure*)

Analisis ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui subjek dengan tingkat usia yang mana yang memiliki *self disclosure* yang paling tinggi dan untuk mengetahui perbedaan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta berdasarkan tingkat usia subjek. Metode yang digunakan adalah metode analisis varian (ANAVA) dengan teknik *kruskall wallis* (uji normalitas tidak terpenuhi). Dalam melakukan proses analisis ini, peneliti menggunakan bantuan dari program SPSS 20.0, berikut hasil yang didapatkan yaitu:

Tabel 4. 24 Anava Variabel Y Berdasarkan Tingkat Usia

Usia	**N**	**Mean Rank**
Empat belas	2	28,00
Lima belas	11	17,36
Enam belas	14	16,21
Tujuh belas	6	14,50

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa setiap subjek dengan tingkat usia yang berbeda memiliki nilai mean rank yang berbeda juga. Subjek yang berada pada usia empat belas tahun memiliki mean rank sebesar 28,00. Subjek yang memiliki usia lima belas tahun memiliki mean rank sebesar 17,36. Subjek yang memiliki usia enam belas tahun memiliki mean rank sebesar 16,2 dan subjek dengan usia tujuh belas tahun memiliki mean rank sebesar 14,50. Sehingga dapat diketahui bahwa subjek dengan usia empat belas tahun memiliki *self disclosure* paling tinggi. Posisi tertinggi kedua ditempati oleh subjek dengan usia lima belas tahun dan posisi ketiga ditempat oleh subjek dengan usia enam belas tahun. Dan posisi terakhir ditempati oleh subjek dengan usia tujuh belas tahun, artinya subjek dengan usia tujuh belas tahun memiliki *self disclosure* yang paling rendah.

Tabel 4. 25 Uji Kruskal Wallis Test Variabel X

Chi-square	3,104
Asymp.Sig	0,376

Apabila dilihat pada tabel di atas, *self disclosure* memiliki nilai *chi-square* sebesar 3,104 dengan nilai *asymp sig* 0,376. Artinya, tidak terdapat perbedaan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta berdasarkan tingkat usia.

F. Pembahasan

Tujuan dari diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* (variabel X) dengan *self disclosure* (variabel Y) pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Adapun hasil penelitian yang didapatkan ialah diterimanya hipotesis null dan hipotesis kerja ditolak dengan nilai r (korelasi) sebesar 0,028 dan nilai signifikansi (p) sebesar 0,876 (>0,05). Selain itu, nilai korelasi yang didapatkan memberikan arti bahwa korelasi antara *self compassion* dengan *self disclosure* bersifat

sangat lemah pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Artinya, tidak adanya hubungan antara *self compassion* (variabel X) dengan *self disclosure* (variabel Y) pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

Tidak adanya hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* menandakan bahwa terdapat faktor lain yang mempengaruhi pengungkapan diri (*self disclosure*). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari, Rejeki, & Mujab pada tahun 2006 menyatakan bahwa *self disclosure* atau pengungkapan diri remaja dipengaruhi oleh *self esteem* atau harga diri. Selain itu, pada penelitian yang telah dilakukan oleh Rizki (2016) menyatakan bahwa *self disclosure* dipengaruhi oleh kepercayaan diri atau *self confidence*. Dengan ini, dapat diketahui bahwa *self disclosure* tidak hanya dipengaruhi oleh *self compassion* saja tetapi juga terdapat faktor lain yang mempengaruhi *self disclosure* yaitu *self esteem* dan *self confidence*.

Tidak hanya itu saja, pembahasan pada hasil penelitian *self compassion* ini berhasil mengkategorikan subjek sesuai dengan tingkat *self compassion* yang dimiliki dalam dirinya. Untuk skor subjek yang berada pada kategori tinggi, terdapat 22 orang subjek dengan persentase 66,7%. Untuk skor kategori sedang terdapat sebanyak 10 orang subjek dengan persentase 30,3% dan untuk skor kategori rendah terdapat sebanyak 1 orang subjek dengan persentase 3,0%. Hal ini menandakan bahwa *self compassion* pada remaja di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta berada pada kategori tinggi. Tidak hanya pada penelitian *self compassion* saja, *self disclosure* juga menunjukkan kategori subjek sesuai dengan skor atau tingkat keterbukaan diri yang dimiliki. Untuk skor subjek yang berada pada kategori tinggi, terdapat 2 orang subjek dengan persentase 6,1%. Untuk skor kategori sedang terdapat sebanyak 20 orang subjek dengan persentase 60,6% dan untuk skor kategori rendah terdapat 11 orang subjek dengan persentase 33,3%. Hal ini menandakan bahwa *self disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta berada pada kategori sedang.

Kemudian, peneliti juga menemukan perbedaan analisis statistik deskriptif (empirik dengan hipotetik) pada skala *self compassion*, terdapat skor mean yang tidak sama. Pada analisis empirik, mean bernilai 30,21 sedangkan pada analisis hipotetik, mean bernilai 22. Hal ini menandakan bahwa skor empirik lebih besar daripada skor hipotetik. Artinya, *self compassion* yang dimiliki oleh remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta lebih besar daripada yang diperkirakan oleh alat ukut. Sedangkan pada skala *self disclosure*, nilai mean pada analisis hipotetik lebih besar daripada mean pada hasil uji empirik. Hal itu terbukti pada nilai mean empirik (90,48) yang lebih kecil dari mean hipotetik (100). Artinya, *self disclosure* yang dimiliki oleh remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta lebih kecil daripada yang diperkirakan oleh alat ukur.

Selanjutnya, analisis tambahan bertujuan untuk menambah penemuan dalam penelitian ini, analisis tambahan yang dilakukan adalah analisis setiap variabel penelitian berdasarkan jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan tingkat usia. Berikut akan diuraikan analisis tambahan yang telah dilakukan:

1. Analisis Variabel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin
   a. Variabel *Self Compassion*

      Variabel *self compassion* dengan subjek yang berjenis kelamin laki-laki lebih tinggi (22,50) dari pada subjek yang berjenis kelamin perempuan (16,02), tetapi tidak ditemukan perbedaan *self compassion* (0,166>0,05) antara subjek yang berjenis kelamin laki-laki dengan perempuan pada remaja di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti.

      Penelitian yang dilakukan oleh Henny & Yendi (2021) tentang Perbedaan *Self Compassion* Remaja Ditinjau dari Jenis Kelamin dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa remaja laki-laki memiliki *self compassion* yang lebih tinggi dari pada remaja perempuan. Begitu juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2021) tentang Perbedaan *Self Compassion*

Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia Pada Siswa MAN 4 Aceh Besar yang menyatakan bahwa *self compassion* laki-laki lebih tinggi dari pada *self compassion* perempuan. Dan pada penelitian ini juga ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan *self compassion* berdasarkan jenis kelamin. Yang menyatakan bahwa jenis kelamin belum tentu dapat menjadi faktor yang dapat membedakan tingkat *self compassion* antara siswa laki-laki dan siswa perempuan di MAN 4 Aceh Besar.

Hal ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Neff (2003), bahwa *self compassion* perempuan lebih rendah dari pada laki-laki. Sebab perempuan seringkali memikirkan hal negatif yang telah terjadi di masa lalu dimana hal tersebut menjadi akibat terjadinya kecemasan dan depresi. Tentunya temuan penelitian ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Santrock (2007) yang mengatakan bahwa perempuan memiliki empati yang lebih tinggi dan juga emosi yang lebih intens dari pada laki-laki.

b. *Self Disclosure*

Self disclosure dengan subjek yang berjenis kelamin perempuan (18,11) lebih tinggi dari pada subjek yang berjenis kelamin laki-laki (10,80). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Adelia (2021) tentang Perbedaan *Self Disclosure* Pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial "*Instagram*" Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin di Kota Banda Aceh yang mendapatkan hasil bahwa *self disclosure* laki-laki lebih rendah dari pada perempuan. Hal ini juga sejalan dengan teori dari Santrock (2003) yang mengatakan bahwa perempuan lebih cenderung memiliki tipe pembicara dan lebih menyenangi percakapan pribadi dibandingkan dengan laki-laki.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salsabila & Abdullah (2021) tentang Gambaran *Self Disclosure* Remaja yang Mengalami *Broken Home* dengan hasil

yang mengatakan bahwa jenis kelamin laki-laki memiliki *self disclosure* yang lebih rendah dari pada subjek dengan jenis kelamin perempuan. Pada penelitian ini peneliti juga menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan *self disclosure* antara subjek dengan jenis kelamin laki-laki dengan perempuan (0,119>0,05). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nuh (2024) tentang Perbedaan *Self Disclosure* Remaja dengan Orang Tua Mengenai Berpacaran Berdasarkan Jenis Kelamin. Penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam *self disclosure* diantara remaja laki-laki dengan remaja perempuan.

2. Analisis Variabel Penelitian Berdasarkan Tingkat Pendidikan & Usia
   a. *Self Compassion*

      Variabel *self compassion* dengan subjek yang memiliki tingkat pendidikan SMA lebih tinggi (17,20) dari pada subjek dengan tingkat pendidikan SMP (16,55). Hasil temuan ini hampir sama dengan temuan pada *self compassion* dengan subjek usia enam belas tahun lebih tinggi dari pada *self compassion* pada usia empat belas tahun. Subjek dengan usia enam belas tahun berada pada tingkat pendidikan SMA sedangkan subjek dengan usia empat belas tahun berada pada tingkat pendidikan SMP.

      Hasil penelitian ini berbeda dengan teori yang dikemukakan oleh Neff & Vonk (2009) yang mengatakan apabila individu telah mencapai tahap *integrity* maka *self compassion* yang dimiliki oleh individu tersebut akan tergolong tinggi. Semakin tinggi usia individu maka semakin tinggi pula *self compassion* yang dimiliki. Pada penelitian ini seharusnya subjek dengan usia tujuh belas tahun memiliki *self compassion* yang lebih tinggi dari pada subjek yang berusia enam belas tahun. Dan pada penelitian ini tidak ditemukan perbedaan *self compassion* berdasarkan tingkat pendidikan dan usia di Panti Asuhan Darrut Taqwa Ihsaniyya

Yogyakarta. Penemuan ini juga ditemukan oleh Harahap (2021) tentang Perbedaan *Self Compassion* Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia Pada Siswa MAN 4 Aceh Besar yang mendapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan *self compassion* berdasarkan tingkat pendidikan dan usia. Subjek dengan usia enam belas tahun memiliki *self compassion* yang lebih tinggi dibandingkan dengan subjek yang berusia tujuh belas tahun. Sehingga dapat dikatakan bahwa usia belum tentu menjadi faktor yang kuat untuk meningkatkan *self compassion* pada seseorang.

b. *Self Disclosure*

Self disclosure dengan tingkat pendidikan SMP (23,15) lebih tinggi dari pada subjek dengan tingkat pendidikan SMA (14,33). Hal tersebut juga terjadi pada kategori *self disclosure* tertinggi berada pada subjek dengan usia empat belas tahun (28,00) dan posisi terendah berada subjek dengan usia tujuh belas tahun (14,50). Subjek berusia 14 tahun memiliki pendidikan SMP dan subjek dengan usia 17 tahun memiliki pendidikan SMA. Pada penelitian tidak ditemukan perbedaan *self disclosure* berdasarkan tingkat usia di Panti Asuhan Darrut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Intani, Widyastuti, & Ridfah (2022) tentang Pengaruh *Self Disclosure* Terhadap Kecemasan Menghadapi Pandemi Pada Dewasa Awal yang Pernah Terinfeksi Covid-19 yang mendapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan *self disclosure* berdasarkan tingkat usia. *Self disclosure* seringkali dilakukan oleh individu yang berada pada rentang usia yang lebih muda karena pada masa tersebut ia berada pada masa untuk memperluas pertemanan sehingga seringkali membagi informasi pribadi dalam menjalin hubunngan pertemanan.

Tetapi apabila dibandingkan berdasarkan tingkat pendidikan, ditemukannya perbedaan *self disclosure* (0,016<0,05)

berdasarkan tingkat pendidikan di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Artinya, remaja yang berumur 14 tahun dengan pendidikan SMP lebih terbuka dibandingkan dengan remaja yang berumur 17 tahun dengan pendidikan SMA di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

Berdasarkan pembahasan dari analisis tambahan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwasanya tidak terdapat perbedaan jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan tingkat usia pada variabel *self compassion*. Hal tersebut juga berlaku pada variabel *self disclosure*, bahwa tidak ditemukannya perbedaan *self disclosure* berdasarkan jenis kelamin dan tingkat usia. Tetapi pada tingkat pendidikan, terdapat perbedaan *self disclosure* antara tingkat pendidikan SMP dengan SMA.

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disajikan terkait "Hubungan *Self Compassion* dengan *Self Disclosure* Pada Remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta", maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta, yang artinya hipotesis null (Ho) pada penelitian ini diterima. Sedangkan, hipotesis kerja (Ha) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta ditolak. Hasil pengujian hipotesis yang didapatkan sebesar 0,876 dengan nilai korelasi sebesar 0,028 yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan yang sangat lemah antara *self compassion* dengan *self disclosure* pada remaja di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka dapat diuraikan beberapa hal yang menjadi implikasi dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Implikasi Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya teori-teori psikologi tentang remaja terkhusus teori *self compassion* dengan *self disclosure.*

2. Implikasi Praktis

   Bagi pengelola panti asuhan, semoga hasil penelitian ini dapat digunakan untuk merancang program untuk dapat meningkatkan *self disclosure* pada diri remaja di Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta dengan tujuan untuk mendorong remaja lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan dan pengalaman yang mereka alami.

3. Implikasi Kebijakan

   Diharapkan penelitian ini dapat mendorong pemerintah dan organisasi sosial untuk mengembangkan kebijakan dengan menyediakan program yang dapat membantu meningkatkan *self*

disclosure pada diri remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta.

4. Implikasi Untuk Masyarakat

   Diharapkan masyarakat yang tinggal di sekitar wilayah Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta lebih peduli terhadap kebutuhan psikologis remaja. Dukungan sosial dari masyarakat dapat membantu remaja membangun *self disclosure* yang baik dalam dirinya.

C. Saran

Dari kesimpulan yang telah disajikan di atas, ada beberapa saran yang dapat bermanfaat untuk diaplikasikan dalam *self compassion* dengan *self disclosure* remaja Panti Asuhan Daarut Taqwa Ihsaniyya Yogyakarta. Adapun saran yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut:

1. Kepada pihak panti asuhan, seluruh warga panti asuhan agar dapat bekerjasama dalam memfasilitasi layanan ataupun program kegiatan yang dapat mengacu peningkatan *self disclosure* pada diri remaja.
2. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan pertimbangan untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait *self disclosure* dengan memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *self disclosure*.

DAFTAR PUSTAKA

Adelia, S. (2021). Perbedaan Self Disclosure Pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial "Instagram" Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin di Kota Banda Aceh. *Skripsi*. Fakultas Psikologi: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Ananda, S. W., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan Antara Kelekatan Orang Tua dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9 (4), 233-242.

Al-Azis, M. R., & Irwansyah. (2021). Fenomena Self Disclosure Dalam Penggunaan Platform Media Sosial. *Jurnal Teknologi dan Informasi Bisnis*, 3 (1), 120-130.

Ali, M., & Asrori, M. (2017). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.

Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social Penetration: The Development Or Interpersonal Relationship*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

Anggraini, R. (2021). Hubungan Antara Self Compassion dan Self Esteem dengan Self Disclosure Pada Remaja Panti Asuhan di Pekanbaru. *Skripsi*. Fakultas Psikologi: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Azwar, S. (2020). *Penyusunan Skala Psikologi*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, D. (1998). Five Domain Of Interpersonal Competence In Peer Relationship. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 55 (6), 991-1008.

Chaplin, J. P. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Daradjat, Z. (2009). *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: PT. Bulan Bintang.

Darmadi, H. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Desmita. (2017). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Desmita. (2019). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Devito, J. A. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta: Professional Books.

Devito, J. A. (2011). *Komunikasi Antar Manusia*. Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.

Gainau, M. B. (2009). Katerbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Sekolah Tinggi Agama Kristen Protestan Negeri (STAKPN) Papua*, 7 (2), 1-8.

Germer, C. K. (2009). *The Mindfull Path to Self Compassion: Freeing Yourself From Desdructive Thoughts and Emotion.* London: The Guilford Press.

Gillbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate Mind Training For People With Hight Shame And Self Cristism: Overview And Pilot Study Of A Group Therapy Approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13 (6), 353-421.

Hairani, R., & Yarni, L. (2021). Self Compassion Remaja Panti Asuhan Yayasan Darul Hikmah di Sorik Jorong Sentosa Kecamatan Panti Kabupaten

Pasaman. *Jubikops: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 1 (2), 134-143.

Hamdanah. (2017). *Mengenal Psikologi dan Fase-fase Perkembangan Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Handayani, S., Rahajeng, U.W., Basana, D., Aryani, P. X., Surijah, E. A., Pratiwi, M. M. S., Bawono, Y., Astuti, H. P., Wulandari, P. Y., Daulay, N., Warni, W. E., Prastuti, E., Haque, S. A., Patrika, F. J., Kusumaastuti, I. A. G., Ellsadayna, T. N., Valentina, T. D., Nugroho, D. A., Selviana, Adilah, S., Pertiwi, E. M., Khatami, M., Yudianto, D., Dewi, N., Hairina, Y., Imadduddin, Hendriani, W., Nur, H., Hidayati, N., Sulistiani, W., Ranagkuti, A. F. (2020). *Dinamika Perkembangan Remaja: Problematika dan Solusi Edisi Pertama*. Jakarta: Kencana.

Harahap, A. Y. (2021). Perbedaan Self Compassion Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia Pada Siswa MAN 4 Aceh Besar. *Skripsi*. Fakultas Psikologi: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Hargie, O. (2017). *Kemampuan Komunikasi Interpersonal: Penelitian, Teori, dan Praktek (Edisi 6)*. New York: Routledge.

Hasanah, U., & Minerty, P. B. (2018). Hubungan Antara Self Disclosure dengan Interaksi Sosial Pada Remaja di Kota Banda Aceh. *Jurnal Psikologi*, 1 (1), 1-6.

Hasmarlin, H., & Hirmaningsih. (2019). Self Compassion dan Regulasi Emosi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 15 (2), 148-156.

Henny, S. M., & Yendi, F. M. (2021). Self Compassion Of Adolescent Based Of Gender. *Journal of Health, Nursing and Society*, 1 (2), 38-43.

Hidayati, D. S. (2015). Self Compassion dan Loneliness. *Jurnal Ilmu Psikologi Terapan*, 3 (1), 154-164.

Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Intani, A. M. T., Widyastuti., & Ridfah, A. (2022). Pengaruh Self Disclosure Terhadap Kecemasan Menghadapi Pandemi Pada Dewasa Awal yang Pernah Terinfeksi Covid-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 13 (3), 294-306.

Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.

Jourard, S. M. (1964). *The Transparent Self: Self Disclosure And Well-Being*. New York: Van Nostrand Reinhold Company.

Jourard, S. M., & Lasakow, P. (1958). Some Factors In Self Disclosure. *The Journal Of Abnormal And Social Psychology*, 56 (1), 91-98.

Karinda, F. B. (2020). Belas Kasih Diri (Self Compassion) Pada Mahasiswa. *Cognicia*, 8 (2), 234-252.

Mandasari, Y. (2019). Validitas dan Praktikalitas Modul Pembelajaran Berbasis E-Learning Mata Kuliah Gastronomi. *Jurnal Pendidikan dan Keluarga*. 11(02), 117-131.

Mappiare, A. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.

Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture And The Self: Implication For Cognition, Emotion, And Motivation. *Psychological Review*, 98 (2), 224-253.

Nazir. (1999). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
Neff, K. D. (2003). Development And Validation Of A Scale To Measure Compassion. *Self Identity*, 2 (3), 223-250.
Neff, K. D. (2011). *Self Compassion: Stop Beating Yourself Up And Leave Insecurity Behind*. Texas: Harper Collins Publishers.
Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self Compassion And Psychological Resilience Among Adolescents And Young Adults. *Self And Identity*, 9 (3), 225-240.
Neff, K., Pisitsungkagarn, K., & Hsieh, Y. P. (2008). Self Compassion And Self Construal In The United States, Thailand, And Taiwan. *Journal Of Cross-Cultural Psychology*, 39 (3), 267-285.
Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self Compassion Versus Global Self Esteem: Two Different Ways Of Relating To Oneself. *Journal Of Personality*, 77 (1), 23-50.
Nuh, S. S. (2024). Perbedaan Self Disclosure Remaja dengan Orang Tua Mengenai Berpacaran Berdasarkan Jenis Kelamin. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Komunikasi: Univeristas Multimedia Nusantara Tangerang.
Pasaribu. (1975). *Pengantar Statistik*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25/Permenkes/SR.25/7/2014 tentang *Upaya Kesehatan Anak*.
Periantalo, J. (2020). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
Prihantoro, E., Damintana, K. P. L., & Ohorella, N. R. (2020). Self Disclosure Generasi Milenial Melalui Second Account Instagram. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18 (3), 312.
Salsabila, H. D., & Abdullah, E. S. P. S. (2021). Gambaran Self Disclosure Remaja yang Mengalami Broken Home. *Jurnal Psimawa*, 4 (2), 110-115.
Santrock, J. W. (2003). *Adolescent (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: PT. Erlangga.
Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Anak*. Jakarta: PT. Erlangga.
Sari, L. A., Nurihsan, J., & Yustiana, Y. R. (2020). Instrumen Self Compassion Usia Remaja (ISCIRA): Analisis Model Rasch. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 12 (3), 350-357.
Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
Sarwono, S. W. (2017). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
Satrio, H. P., & Budiani, M. S. (2018). Hubungan Pengungkapan Diri Melalui Media Sosial Instagram Dengan Makna Hidup Pada Mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5 (2), 1-5.
Septiani, D., Azzahra, P. N., Wulandari, S. N., Manuardi, A. R. (2019). Self Disclosure dalam Komunikasi Interpersonal: Kesetiaan, Cinta, dan Kasih Sayang. *Fokus*, 2 (6), 265-271.
Setianingsih, E. S. (2015). Katerbukaan Diri Siswa (Self Disclosure). *Empati Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2 (2), 46-64.

Sidemen, I. G., & Anggraeni, A. (2022). Determinan Self Disclosure Pada Responden Sensus. *Sosiologi: Jurnal Ilmiah Kajian Ilmu Sosial dan Budaya*, 24 (2), 270-289.

Smith, K., Mendez, F., & White, G. L. (2014). Narcissism As A Predictor Of Facebook User's Privacy Concern, Vigilance, and Exposure To Risk. *International Journal Of Technology And Human Interaction*, 10 (2), 78-95.

Steinberg, L. (2013). *Tenth Edition: Adolescence* (*Tentth Edit)*. Amerika: McGraw-Hill Higher Education.

Sugiyono, S. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono, S. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono, S. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuatitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono, S. (2019). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suryabrata, S. (2008). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Syafitri, D. (2023). Hubungan Antara Self Compassion dan Religiusitas dengan Self Disclosure Pada Remaja Panti Asuhan di Pekanbaru. *Skripsi*. Fakultas Psikologi: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Telussa, A.M., Persulessy, E. R., & Leleury, Z. A. (2013). Penerapan Analisis Korelasi Parsial Untuk Menentukan Hubungan Pelaksanaan Fungsi Manajemen Kepegawaian dengan Efektivitas Kerja Pegawai. *Jurnal Bakereng*, 7 (1), 15-18.

Triana., Erliana, Y. D., & Mustafa, K. (2019). Hubungan Antara Self Compassion dengan Self Disclosure Pada Remaja di Panto Asuhan Tritunggal Sumbawa. *Jurnal Psimawa: Jurnal Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 1 (1), 11-13.

Wheeless, L. R., & Grotz, J. (1976). The Measurement Of Trust And It's Relationship To Self Dislcosure. *Communication Research Report*, 2 (4), 338-346.

Wood, J. T. (2012). *Komunikasi Teori dan Praktik*. Jakarta: Salemba Humanika.

Yeni, F., Zen, Z., & Darmansyah. (2018). *Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Prenadamedia Group.

L A M P I R A N