

## HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA ANAK BINAAN LEMBAGA PEMBINAAN KHUSUS ANAK KUTOARJO DAN YOGYAKARTA

Sulhanuddin, Ruseno Arjanggi dan Diany Ufieta Syafitri

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung, Jl. Kaligawe Raya, No.4, Kota Semarang, 50112

Email: [ruseno@unissula.ac.id](mailto:ruseno@unissula.ac.id)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *self compassion* terhadap penyesuaian diri terhadap anak binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kutoarjo di Purworejo dan Lembaga Pembinaan Khusus Anak Yogyakarta di Gunung Kidul. Sampel sejumlah 45 anak binaan, terdiri dari 36 anak binaan di LPKA Kutoarjo dan 9 anak binaan LPKA Yogyakarta dipilih menggunakan *total sampling*. pengambilan data dilakukan dengan skala penyesuaian diri terdiri dari 34 aitem dan *self compassion* 13 aitem. Uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *product moment*. Indeks daya beda aitem berkisar 0,256-0,671 dan koefisien reliabilitas 0,895. Skala *self compassion* indeks daya beda aitem berkisar 0,275-0,578 dan koefisien reliabilitas 0,771. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara *self compassion* dengan penyesuaian diri diperoleh  $r_{xy} = 0,393$  dengan  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti hipotesis diterima. Sumbangan efektif yang diberikan variabel *self compassion* terhadap penyesuaian diri sebesar 15,4%.

**Kata Kunci** : penyesuaian diri dan *self compassion*

## RELATIONSHIP BETWEEN *SELF COMPASSION* AND SELF-ADJUSTMENT AMONG CHILDREN IN CORRECTIONAL FACILITY KUTOARJO AND YOGYAKARTA

### Abstract

*This study aimed to determine the role of self-compassion in the adjustment of children in a correctional facility located in Kutoarjo and Yogyakarta city. A sample of 45 children in the facility, consisted of 36 in Kutoarjo and 9 in Yogyakarta were selected using total sampling. Data were collected using two scales, a 34 items self-adjustment scale and a 13 item self-compassion scale. The hypothesis was tested using the product-moment correlation analysis. The discriminant index of the self-adjustment scale ranged from 0.256 to 0.671 and Alpha Cronbach 0.895. The discriminant index of the self-compassion scale ranged from 0.275 to 0.578 and Alpha Cronbach 0.771. The results of hypothesis testing showed a significant positive relationship between self-compassion and self-adjustment with  $r = 0.393$ ,  $p = 0.008$  ( $p < 0.05$ ). The self-compassion effectively contribute 15.4% to children's self-adjustment in a correctional facility.*

**Keyword** : *Self Adjustment, Self Compassion*

## Pendahuluan

Anak yang melanggar hukum akan mendapatkan label yaitu anak yang berhadapan dengan hukum, sehingga dapat menyebabkan anak tersebut harus mengikuti prosedur hukum yang ada. Anak dalam Undang-undang No.11 Tahun 2012 didefinisikan sebagai anak yang berusia 12 tahun sampai dengan 18 tahun atau masih dibawah umur, apabila melakukan tindak pidana anak tersebut dapat dijatuhi hukuman berupa penahanan di Lembaga yang telah di sediakan yaitu Lembaga Pembinaan Khusus Anak (UU SPPA No.11 tahun, 2012).

Anak yang berusia 12 sampai 17 tahun dalam ilmu psikologi termasuk dalam fase perkembangan remaja. Santrock (2012) menyebutkan bahwa masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa melalui terlebih dahulu yaitu masa remaja. Fase remaja merupakan pencarian pola hidup yang sesuai dengan identitas diri, remaja dapat dikatakan nakal apabila perbuatan yang dilakukan bertentangan dengan norma dan hukum yang berlaku dimasyarakat (Sumara, 2017). Kenakalan remaja digolongkan menjadi empat, yaitu melanggar hukum, perilaku yang menimbulkan korban rugi secara materi dan perilaku yang menimbulkan kekerasan fisik dan perilaku yang membuat orang dalam bahaya (Sarwono, 2010).

Data dari Kepala Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3AP2KB) Provinsi Jateng memaparkan pada tahun 2017 Anak Berhadapan dengan Hukum (ABH) tercatat mencapai 684 remaja dan di tahun 2018 terdapat 634 Remaja (Istibsaroh, 2019). Data dari DP3AP2KB Provinso D.I. Yogyakarta pada tahun 2017 dan 2018 menyebutkan terdapat anak berhadapan dengan hukum sebanyak 108 remaja terdiri dari laki-laki 104 dan 4 perempuan (DP3AP2KB Yogyakarta, 2019). Remaja yang melanggar hukum di lingkup wilayah Jawa Tengah akan dibina di LPKA Kutoarjo, sedangkan bagi remaja yang melanggar hukum di lingkup Yogyakarta akan dibina di LPKA Yogyakarta.

Remaja yang berada di lapas disebut dengan anak binaan lapas, di mana pada tahun 2020 LPKA Kutoarjo membina 36 anak binaan dan LPKA Yogyakarta sebanyak 9 anak binaan. Lembaga Pembinaan Khusus Anak merupakan wadah yang tepat dan menunjang sarana dan prasarana bagi pembinaan, pembimbingan, serta perawatan bagi anak yang terlibat dalam kasus tindak pidana.

Remaja yang berada pada lingkungan baru dituntut agar bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Maka penyesuaian diri remaja tersebut sebagai usaha remaja dalam mencapai selaras terhadap diri sendiri dan wilayah yang di tempati yang mencakup terhadap respon timbal balik dari tingkah laku serta usaha individu untuk mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya (Desmita, 2008). Remaja yang baru pertama kali menajalani proses pidana dituntut agar dapat menyesuaikan diri dengan peraturan yang menekan dari lapas, menajalakan rutinitas dengan narapidana yang lain yang akan berdampak dengan adanya keributan, pemerasan dan tindak kekerasan (Utami & Asih, 2017). Secara psikologis dalam perkembangan remaja melalui berbagai proses-proses diantaranya adalah penyesuaian diri (Agustiani, 2006).

Sementara itu, remaja merupakan masa dimana mencari jati diri mereka untuk melalui masa perkembangannya serta melalui proses penyesuaian diri dengan lingkungan yang ada dengan melakukan interaksi dengan individu lain dan di lingkungan yang di tempati. Remaja yang berada di lapas memerlukan sebuah proses penyesuaian diri yang baik dengan lingkungan lapas agar dapat mengembangkan diri seperti remaja yang lain dan dapat menjalani masa pidana dengan keadaan yang tidak tertekan.

Faktor dari penyesuaian diri terdapat dua faktor yaitu internal dan eksternal dari individu. Adapun faktor dalam diri tersebut adalah: Motif, konsep diri, persepsi, sikap remaja, inteligensi dan minat serta kepribadian. Faktor eksternal tersebut adalah: keluarga, kondisi sekolah, teman sebaya, masyarakat di lingkungan. Salah satu faktor yang berpengaruh untuk penyesuaian diri remaja adalah sikap remaja, remaja diharuskan untuk dapat berperilaku secara baik untuk menyesuaikan diri dengan orang lain. Untuk menentukan sikap yang memunculkan perilaku yang sesuai, maka remaja harus memiliki kemampuan untuk memahami dan tidak menghakimi diri ketika mengalami keadaan yang buruk, sehingga perilaku yang akan ditampilkan dipikirkan secara matang terlebih dahulu sebelum dilakukan (Neff, 2011). Hal tersebut sejalan dengan pengertian *self compassion* yaitu kemampuan individu dalam memberikan perhatian terhadap diri sendiri tanpa memberikan kritik atas penderitaan yang dialami, sehingga memahami akan pengambilan sikap yang baik (Neff, 2003b).

*Self compassion* adalah kemampuan individu terhadap menanggapi sebuah kegagalan dengan memberikan pemahaman untuk tidak menghakimi kegagalan tersebut dengan melibatkan rasa belas kasih terhadap diri sendiri dan membangkitkan keinginan untuk meringankan penderitaan yang sedang dialami, sehingga penderitaan yang dialami merupakan bagian dari pengalaman kehidupan yang dijalani individu (Neff, 2003a). *Self compassion* berhubungan negatif terhadap kritik diri, depresi, kecemasan, gangguan makan dan pikiran yang tertekan, dan mempunyai hubungan positif terhadap hubungan sosial, kematangan emosi dan determinasi diri (Akin, 2009). Terdapat penelitian Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Novitasari (2018) menunjukkan terdapat hubungan positif signifikan antara *self compassion* dan penyesuaian diri remaja berusia 12-20 tahun baik laki-laki ataupun perempuan di panti asuhan.

Kemampuan *self compassion* memberikan remaja bantuan untuk bisa berdamai dengan memberikan rasa belas kasih terhadap kegagalan yang pernah dialami sehingga kegagalan tersebut tidak menjadikan remaja mengkritik diri sendiri dan tidak menghalangi pengembangan diri remaja sehingga mampu menyesuaikan diri dengan baik. Penemuan penelitian tentang *self compassion* menjelaskan bahwa *self compassion* mempunyai perbedaan dengan *self pity*, pada *self pity* individu menanggapi kegagalan dengan berbelas kasih terhadap diri sendiri, tapi individu tersebut akan memiliki pandangan bahwa kegagalan yang dialami berbeda dengan kegagalan yang dialami individu lain, mereka lebih fokus dengan masalah sendiri dan melupakan bahwa individu lain juga mengalami kegagalan yang sama atau mungkin lebih buruk sehingga mereka akan terbawa perasaan mereka dan akan melebih-lebihkan tingkat penderitaan yang mereka alami (Neff, 2003b), sedangkan *self compassion* adalah kemampuan individu merasa terhubung dengan orang lain, sehingga menyadari kegagalan yang dialami merupakan bagian dari kehidupan manusia (Neff, 2003b).

Terdapat komponen yang penting dalam *self compassion* seperti *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* (Neff, 2003a). *Self kindness* dapat memberikan belas kasih atau kebaikan terhadap diri sendiri terhadap peristiwa yang tidak menyenangkan (Neff, 2003b). Pada remaja yang berada di lapas, mereka tidak mendapatkan sosok kehadiran orang tua atau mereka merasa akan berkurangnya waktu untuk bisa berkumpul bersama keluarga, remaja yang memiliki *self compassion* yang bagus, maka remaja akan menerima keadaan yang dialami, tanpa memberikan kritik dan menghakimi diri. Hal ini merupakan bentuk dari adaptasi remaja pada suatu peristiwa yang tidak menyenangkan yang dialami, hal ini senada dengan aspek penyesuaian diri yaitu *adaptation*.

Aspek selanjutnya adalah *common humanity*, dengan merasa bahwa banyak diluar sana individu yang memiliki nasib sama layaknya dirinya atau bahkan lebih buruk (Neff, 2003b). Maka, remaja yang

berada di lapas akan meniru cara orang lain dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar sebagai contoh untuk melakukan cara tersebut. Hal ini berkaitan dengan aspek dari penyesuaian diri yaitu *conformity*. Selanjutnya, *Mindfulness* merupakan kemampuan individu dalam menanggapi sebuah kegagalan yang dialami, hal ini berakibat pada kemampuan untuk merencanakan sikap pada situasi tertentu (Neff, 2003b). Maka *mindfulness* berhubungan dengan aspek *mastery*.

Komponen tersebut menawarkan kemampuan yang harus dimiliki oleh anak binaan lapas agar menganggap sebuah kegagalan yang telah dilakukan sebagai sebuah pengalaman yang juga dialami oleh individu lain bahkan lebih buruk dan tidak memberikan kritik dan penghakiman secara berlebihan sehingga dapat memberikan kemampuan adaptasi terhadap lingkungan baru yang ditempati.

Penelitian tentang *self compassion* remaja, penelitian ini mempertimbangkan antara hubungan *self compassion* terhadap narsisme, harga diri, agresi, dan masalah internal pada remaja, subjek penelitian ini berjumlah 251 remaja, penelitian ini menghasilkan korelasi negatif antara *self compassion* terhadap agresi dan narsisme dan berkorelasi positif terhadap dengan harga diri dan *self compassion* merupakan indikasi dari rasa positif remaja. Penelitian ini menunjukkan bahwa upaya intervensi dan konseptualisasi tentang bagaimana persepsi diri mungkin berperan dalam penyesuaian diri remaja melalui pertimbangan *self compassion* (Barry, Loflin, & Doucette, 2015).

*Self compassion* yang dimiliki oleh anak binaan lapas dapat membantu mengatasi permasalahan dalam penyesuaian diri anak yang berada dilapas sehingga menghasilkan pandangan yang positif terhadap menjalin kehidupan dilapas. Berdasarkan Paparan diatas mengenai *self compassion* dan penyesuaian diri, terdapat hubungan *self compassion* secara tidak langsung akan berhubungan dengan perilaku individu dengan lingkungan sekitar yang ditinggali, dengan melihat adanya hubungan dari faktor-faktor dan aspek-aspek dari penyesuaian diri dan *self compassion*.

Hal yang menjadi pembeda dengan penelitian sebelumnya terletak pada subjek dan tempat penelitian serta teknik analisis data yang digunakan berbeda, penelitian sebelumnya tentang *self compassion* dan penyesuaian diri dilakukan di panti asuhan dan menggunakan teknik analisis korelasi menggunakan *spearman's Rho*.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan populasi yang terdiri dari anak binaan di LPKA Kutoarjo di Kabupaten Purworejo dan Yogyakarta di Kabupaten Gunung Kidul. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total* sampling dan diperoleh total sampel sebanyak 45 anak binaan dengan rincian 36 anak binaan di LPKA Kutoarjo dan 9 anak binaan LPKA Yogyakarta. Metode pengumpulan data menggunakan skala likert dengan lima pilihan jawaban. Skala penelitian tersebut adalah skala penyesuaian diri yang menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Schneiders (1964), yang terdiri dari *adaptation*, *conformity*, *mastery*, dan *individual variation*. Skala dalam penelitian ini merupakan modifikasi skala yang telah disusun oleh Nadya Priscilia Syarafina (2019). Skala tersebut memiliki 34 aitem yang memiliki indeks daya beda aitem 0,256-0,671 dan estimasi koefisien reliabilitas 0,895. Skala *self compassion* berdasarkan pada aspek yang dikemukakan dari Neff (2003b), yang terdiri atas *self kindness*, *self judgement*, *common humanity*, *Isolation*, *mindfulness* dan *over identification*. Skala tersebut merupakan hasil modifikasi peneliti terhadap skala *self compassion* yang disusun dan dialihbahasakan oleh Widia Adelina Hasanah (2020). Skala tersebut memiliki 13 aitem dengan indeks daya beda aitem berkisar 0,275-0,578 dan diperoleh reliabilitas sebesar 0,771. Analisis pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dengan menggunakan *SPSS for Windows versi 20.0*.

**Tabel 1. Indeks Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur**

Alat Ukur	Jumlah Aitem Valid	Indeks Daya Beda Aitem	Koefisien Reliabilitas
Penyesuaian diri	34	0,256-0,671	0,895
<i>Self Compassion</i>	13	0,275-0,578	0,771

### Hasil Penelitian

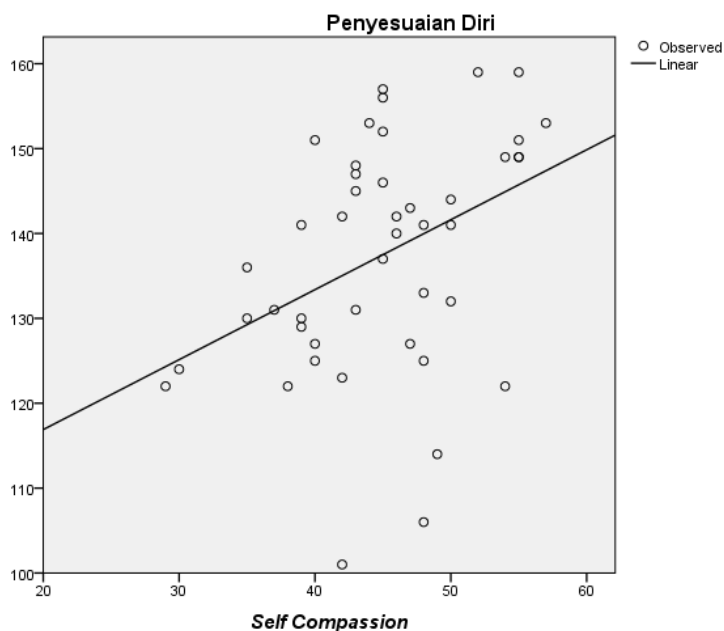
Proses penelitian dilakukan dengan membagikan skala kepada anak binaan di LPKA Kutoarjo dan Yogyakarta. Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi normalitas dan linieritas terlebih dahulu. Uji normalitas menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Z* dengan taraf signifikansi lebih besar dari 0,05.

**Tabel 2 Hasil Analisis Uji Normalitas**

Variabel	Mean	Std Dev	KS-Z	Sig	p	Keterangan
Penyesuaian Diri	137,44	13,841	0,755	0,620	> 0,05	Normal
<i>Self Compassion</i>	44,93	6,593	0,476	0,977	> 0,05	Normal

Hasil uji normalitas dengan jumlah responden sebanyak 45 anak binaan diketahui bahwa variabel penyesuaian diri diperoleh nilai K-S Z = 0,755 dengan  $p = 0,620$  ( $p > 0,005$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data penyesuaian diri memiliki distribusi yang normal. Hasil uji normalitas variabel *self compassion* dengan jumlah responden yang sama menunjukkan nilai K-S Z = 0,476 dengan  $p = 0,997$  ( $p > 0,05$ ), sehingga hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data *self compassion* memiliki distribusi yang normal.

Tahap selanjutnya peneliti melakukan uji linieritas, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan yang linier antar variabel. Hasil dari uji linieritas digunakan untuk melihat signifikansi hubungan antar variabel. Hasil uji linieritas hubungan antara *self compassion* dengan penyesuaian diri memperoleh  $F_{linier} = 7,834$  dengan  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ), hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *self compassion* dan penyesuaian diri memiliki hubungan yang linier.



**Gambar 1. Kurva Hasil Uji Linieritas**

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisis *product moment* diperoleh nilai  $r_{xy}$  sebesar 0,393 dengan taraf signifikansi  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima, terdapat hubungan positif signifikan antara *self compassion* dan penyesuaian diri pada anak binaan di LPKA Kutoarjo dan Yogyakarta, yaitu semakin tinggi *self compassion* maka semakin tinggi penyesuaian diri.

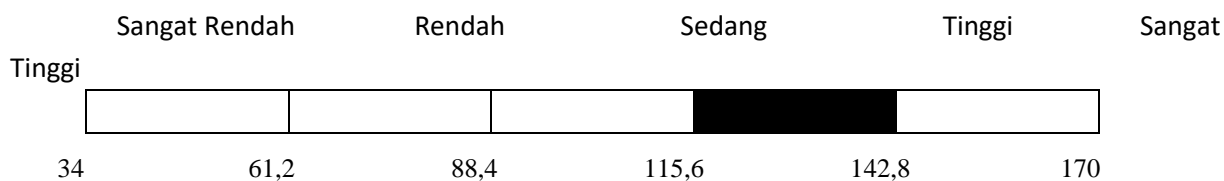
Deskripsi hasil penelitian dipergunakan untuk memberikan gambaran terkait dengan adanya hubungan antara *self compassion* dengan penyesuaian diri pada anak binaan, untuk mengetahui informasi mengenai keadaan subjek pada variabel yang diteliti dan dapat dijelaskan dengan adanya kategorisasi dengan skor paling tinggi dan skor paling rendah. Berdasarkan hasil pengumpulan data memperoleh hasil sebanyak 53,33% subjek memiliki penyesuaian diri dalam kategorisasi tinggi. Sebagian besar subjek, yakni sebanyak 44,44% memiliki *self compassion* yang berada pada kategori tinggi. Kategorisasi tersebut dapat dilihat di tabel dibawah ini :

**Tabel 3. Kategori Skor Skala Penyesuaian Diri**

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$142,8 < X \leq 170$	Sangat Tinggi	18	40%
$115,6 < X \leq 142,8$	Tinggi	24	53,33%
$88,4 < X \leq 115,6$	Sedang	3	6,37%
$61,2 < X \leq 88,4$	Rendah	0	0%
$34 < X \leq 61,2$	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>45</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa sebanyak 18 anak binaan memiliki penyesuaian diri yang sangat tinggi dengan persentase 40%. Hasil lain menunjukkan terdapat 24 anak binaan yang memiliki penyesuaian diri yang tinggi dengan persentase sebesar 53,33% dan sebanyak 3 anak binaan memiliki penyesuaian diri yang sedang dengan persentase 6,67%. Serta tidak ada yang

meiliki penyesuaian diri yang rendah bahkan sangat rendah. Sehingga dapat disimpulkan anak binaan memiliki penyesuaian diri tinggi.

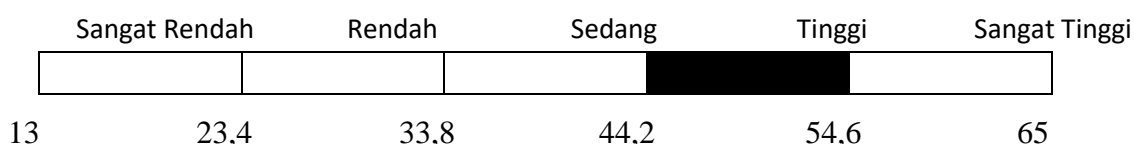


**Gambar 2. Rentang Skor Skala Penyesuaian Diri**

**Tabel 4. Kategori Skor Skala *Self Compassion***

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$54,6 < X \leq 65$	Sangat Tinggi	5	11,11%
$44,2 < X \leq 54,6$	Tinggi	20	44,44%
$33,8 < X \leq 44,2$	Sedang	18	40%
$23,4 < X \leq 33,8$	Rendah	2	4,44%
$13 < X \leq 23,4$	Sangat Rendah	0	0%
<b>Jumlah</b>		<b>45</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas, disimpulkan bahwa sebanyak 5 anak binaan memiliki *self compassion* yang sangat tinggi dengan persentase 11,11 % Hasil lain menunjukkan terdapat 20 anak binaan yang memiliki *self compassion* yang tinggi dengan persentase sebesar 44,44% dan sebanyak 18 anak binaan memiliki *self compassion* yang sedang dengan persentase 40%. Serta terdapat 2 anak binaan yang memiliki *self compassion* rendah dengan persentase 4,44% dan tidak ada yang memiliki *self compassion* sangat rendah. Sehingga dapat disimpulkan anak binaan memiliki *self compassion* tinggi.



**Gambar 3. Rentang Skor Skala *Self Compassion***

### Pembahasan

Penelitian kali ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan penyesuaian diri anak binaan di LPKA Kutoarjo dan LPKA Yogya. Hasil analisis hipotesis antara *self compassion* dengan penyesuaian diri pada anak binaan LPKA Kutoarjo dan LPKA Yogya menggunakan teknik analisis *product moment*, maka diperoleh linearitas = 7,834 dengan dengan taraf signifikan  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ).

Skor  $r_{xy}$  yang didapatkan dalam penelitian ini sebesar 0,393 dengan taraf signifikan  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ) yang dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *self compassion* dengan penyesuaian diri pada anak binaan LPKA Kutoarjo dan LPKA Yogya, yang artinya semakin tinggi *self compassion* maka semakin tinggi pula penyesuaian diri. Koefisien R Square untuk *self compassion* dan penyesuaian diri diperoleh 0,154. Sumbangan efektif *self compassion* sebesar 15,4% terhadap

penyesuaian diri. Sedangkan sisanya sebesar 84,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri. Penyesuaian diri melibatkan berbagai macam faktor diantaranya adalah faktor internal dan faktor eksternal dari individu. Adapun faktor internal tersebut adalah motif, konsep diri, persepsi, sikap remaja, inteligensi dan minat serta kepribadian. Faktor eksternal tersebut adalah: keluarga, kondisi sekolah, teman sebaya, masyarakat di lingkungan (Soeparwoto, 2004).

Anak binaan di LPKA Kutoarjo yang didominasi oleh kasus tindak pidana seperti pembunuhan, pencurian dan kenakalan remaja lainnya sehingga menunjukkan bahwa mereka memiliki penyesuaian diri yang buruk di lingkungan masyarakat. Namun, penelitian ini menunjukkan hasil dari analisis terhadap 36 anak binaan LPKA Kutoarjo yang menunjukkan hasil penyesuaian diri dan *self compassion* yang tinggi. Terdapat 15 anak binaan dengan penyesuaian diri dalam kategori sangat tinggi (dengan presentase 41,7%), 19 anak binaan dengan kategori penyesuaian diri yang tinggi (presentase 52,8%), 2 anak binaan yang memiliki penyesuaian diri dalam kategori sedang (presentase 5,6%) dan tidak ada yang memiliki penyesuaian diri yang rendah. Hasil analisis terhadap *self compassion* pada anak binaan di LPKA Kutoarjo menunjukkan bahwa 3 anak binaan memiliki *self compassion* dengan kategori sangat tinggi (dengan presentase 8%), 16 anak binaan dengan kategori tinggi (presentase 44%), dan 15 anak binaan dengan kategori sedang (presentase 42%), dan 2 anak binaan memiliki *self compassion* kategori rendah (presentase 6%) serta tidak ada anak binaan yang memiliki *self compassion* yang sangat rendah.

Hal tersebut terjadi karena pada saat menjalani proses pidana, anak binaan di LPKA Kutoarjo mendapatkan banyak program pembinaan yang sesuai dengan umur anak binaan yang telah diatur oleh Undang-Undang No. 11 Tahun 2012 seperti, pelatihan keterampilan, perawatan rohani dan jasmani, mendapatkan pendidikan dan pengajaran, makanan yang layak, mendapatkan bahan bacaan, mendapatkan program motivasi yang membuat anak binaan dapat menjadi lebih baik setelah menjalankan masa tahanannya. Sehingga lama masa tahanan dapat memberikan dampak pada penyesuaian diri dan *self compassion* pada anak binaan di LPKA Kutoarjo.

LPKA Yogyakarta membina 9 anak binaan dengan kasus pidana yaitu pembunuhan dan tindak kejahatan yang mana didominasi dengan kasus klitih. Klitih juga termasuk tindak pidana karena remaja atau anak di bawah umur melakukan tindak kejahatan dengan menggunakan senjata tajam dan aksi kekerasan yang dapat menimbulkan korban luka bahkan korban meninggal dunia, klitih umumnya terjadi di wilayah Yogyakarta sehingga LPKA Yogyakarta seringkali membina anak dengan kasus klitih. Analisis yang dilakukan terhadap 9 anak binaan di LPKA Yogyakarta menunjukkan *self compassion* dan penyesuaian diri yang dimiliki sangat baik karena berada pada kategori tinggi. Terdapat 3 anak binaan yang memiliki penyesuaian diri yang sangat tinggi (dengan presentase 33,3%), 5 anak binaan memiliki penyesuaian diri kategori tinggi (presentase 55,6%) dan 1 anak binaan yang memiliki penyesuaian diri yang sedang (presentase 11,1%). Pada analisis terhadap *self compassion* menunjukkan 2 anak binaan memiliki *self compassion* yang sangat tinggi (presentase 22,2%), 4 anak binaan memiliki *self compassion* tinggi (presentase 44,4%) dan 3 anak binaan memiliki *self compassion* dengan kategori sedang (presentase 33,3%).

Hasil pada analisis di LPKA Yogyakarta menunjukkan *self compassion* dan penyesuaian diri yang baik pada anak binaan. Hal tersebut terjadi dikarenakan anak binaan telah dibina dan berikan pendidikan yang baik dan sesuai dengan Undang-undang No.11 Tahun 2012, sehingga mereka mempunyai rasa kasih sayang terhadap diri yang baik serta penyesuaian diri menuju kearah yang baik. Penelitian ini juga menunjukkan bahwasannya *self compassion* juga dapat muncul pada remaja pelaku



tindak pidana yang mana mereka mendapatkan pembinaan dan pendidikan yang tepat serta dapat memperbaiki penyesuaian diri remaja, remaja yang melakukan tindak pidana maka mereka melanggar norma dan hukum yang berlaku sehingga mereka memiliki penyesuaian diri yang kurang baik di lingkungan.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self compassion* dengan penyesuaian diri sehingga hipotesis diterima. Semakin tinggi *self compassion* maka semakin tinggi pula penyesuaian diri yang dimiliki oleh anak binaan baik di LPKA Kutoarjo juga di LPKA Yoga.

Terdapat beberapa saran yang dapat diberikan untuk anak binaan yang masih harus menjalankan masa tahanannya, harus menanamkan pada diri bahwa situasi yang tidak menyenangkan adalah sebuah batu loncatan menuju kearah yang lebih baik. Sering mendengarkan pengalaman orang lain dan ambil hikmah yang terkandung didalamnya, bagi petugas yang berada di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Mengadakan kegiatan seperti konseling dan kegiatan yang memotivasi agar anak binaan menjadi lebih baik saat mereka selesai menjalani masa tahanan. Maka anak binaan diharapkan tidak mudah menyalahkan diri sendiri ketika dihadapkan dengan bebrbagai tekanan ataupun penderitaan dalam menjalani hidup dan bagi Peneliti Selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan faktor yang mempengaruhi lainnya dari penyesuaian diri anak binaan di LPKA. Serta memperhatikan waktu pelaksanaan sehingga hasil akan lebih maksimal dan bervariasi.

### Daftar Pustaka

- Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri PAda Remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Akin, A. (2009). Self-compassion and submissive behavior. *Egitim ve Bilim*, 34(152), 138–147.
- Barry, C. T., Loflin, D. C., & Doucette, H. (2015). Adolescent self-compassion: Associations with narcissism, self-esteem, aggression, and internalizing symptoms in at-risk males. *Personality and Individual Differences*, 77, 118–123. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.036>
- Desmita, R. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- DP3AP2KB Yogyakarta. (2019). Data Gender dan Anak D.I. Yogyakarta.
- Hasanah, W. A. (2020). *Subjective Well-Being Pada Mahasiswa Perantau Ditinjau Dari Tingkat Koping Religius dan Self Compassion*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Istibsaroh, N. (2019). Anak berhadapan hukum di Jateng masih tinggi. Retrieved March 16, 2020, from <https://jateng.antaranews.com/berita/263548/anak-berhadapan-hukum-di-jateng-masih-tinggi>
- Neff. (2003a). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*. <https://doi.org/10.1080/15298860390129863>
- Neff. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 1–12. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x>

- Neff, K. D. (2003b). Self-Compassion Scale. *Self and Identity*, 2, 223–250.  
<https://doi.org/10.1080/15298860390209035>
- Novitasari, D. (2018). *Hubungan antara self-compassion dan penyesuaian diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan x*. Universitas Islam Indonesia.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* (13th ed.). Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2010). *Psikologi Remaja* (Revisi). Jakarta: Rajawali Pers.
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Brosh Publishing Company.
- Soeparwoto, D. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Semarang: Unees Press.
- Sumara, D. dkk. (2017). Kenakalan Remaja Dan Penanganannya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14393>
- Syarafina, N. P. (2019). *Hubungan Antara Konsep Diri Dan Perilaku Overprotective Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII Mts Negeri Pemasang*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Utami, R. R., & Asih, M. K. (2017). Konsep Diri Dan Rasa Bersalah Pada Anak Didik Lembaga Pemasangan Anak Kelas Iia Kutoarjo. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 18(1), 123.  
<https://doi.org/10.26623/jdsb.v18i1.563>
- UU SPPA No.11 tahun. Undang Undang Republik Indonesia Nomor 11 tahun 2012 Tentang Sistem Peradilan Anak (2012).