

KORELASI ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN *AUTHENTIC HAPPINESS*
PADA SISWA *BROKEN HOME*

Lussy Yani Saputri¹, Rudi Haryadi², Yulizar Abidarda³

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjary Banjarmasin

e-mail :

Lussyyani25@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *Self Compassion* (Belas Kasih Diri) dan *Authentic Happiness* (Kebahagiaan Sejati) pada siswa *Broken Home* di SMP Negeri 27 Banjarmasin yang orang tuanya bercerai. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif Korelasional. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala *Self Compassion* berdasarkan teori dari Neef dan skala *Authentic Happiness* berdasarkan teori Seligman. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 87 siswa dan jumlah sampel 71 siswa yang orang tuanya bercerai. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Random Sampling. Analisis data yang digunakan adalah Korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai korelasi pearson sebesar $r = -0,299$ hal tersebut berarti tingkat hubungan rendah dan signifikansi sebesar $p = 0,011$. Hasil menunjukkan ada korelasi negatif dan signifikan antara *Self Compassion* Dengan *Authentic Happiness* Pada Siswa *Broken Home* (yang orang tuanya bercerai) Di SMP Negeri 27 Banjarmasin. Hal ini bermakna tidak searah semakin tinggi tingkat *Self Compassion*, maka semakin rendah tingkat *Authentic Happiness* yang dimiliki siswa. Begitu juga sebaliknya jika semakin rendah tingkat *Self Compassion*, maka semakin tinggi tingkat *Authentic Happiness* yang dimiliki siswa. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan memeriksa kembali hubungan antara *Self Compassion* (Belas Kasih Diri) dan *Authentic Happiness* (Kebahagiaan Sejati) pada siswa *Broken Home* dengan menggunakan jumlah sampel yang lebih luas.

Kata Kunci : Belas Kasih Diri, Kebahagiaan Sejati, *Broken Home*, Siswa

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between Self Compassion and Authentic Happiness in Broken Home students at SMP Negeri 27 Banjarmasin whose parents divorced. This research is a quantitative research with the design used in this research is Correlational Descriptive. The questionnaire used in this study uses the Self Compassion scale based on Neef's theory and the Authentic Happiness scale based on Seligman's theory. The population in this study were 87 students and the sample size was 71 students whose parents were divorced. Sampling in this study using Random Sampling. The data analysis used is the Pearson Product Moment Correlation. The results showed that the Pearson correlation value was $r = -0.299$, which means a low level of relationship and a significance

of $p = 0,011$. The results show that there is a negative and significant correlation between Self Compassion and Authentic Happiness in Broken Home students (whose parents are divorced) at SMP Negeri 27 Banjarmasin. This means that the higher the level of self-compassion, the lower the level of authentic happiness that students have. Vice versa if the lower the level of Self Compassion, the higher the level of Authentic Happiness the students have. Future researchers are expected to re-examine the relationship between Self Compassion and Authentic Happiness in Broken Home students by using a wider sample size.

Keywords : *Self Compassion, Authentic Happiness, Broken Home, Student*

REFERENSI

- Agustina, R. (2019). Hubungan *Gratitude* Dengan *Happiness* Pada Remaja Panti Asuhan Nirmala Di Kota Banda Aceh. (Skripsi Sarjana, UIN Ar-Raniry Banda Aceh). <https://dspace.uin.ac.id/handle/123456789/14187>
- Alimiyah, R. (2019). Hubungan Antara *Self Compassion* dengan *Gratitude* Pada Mahasiswa Pondok Pesantren. (Skripsi Sarjana, UIN Sunan Ampel Surabaya). <http://digilib.uinsby.ac.id/35497/>
- Amalia, A., & Rositawati, S. (2020). Studi Deskriptif *Self-Compassion* Anak yang Orangtuanya Bercerai Saat Remaja Pada Anggota Komunitas *Broken Home* Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(1), 52-53. doi: 10.29313/v0i0.20603
- Hardani., A. H., Ustiawaty, J., Utami, E, F., Istiqomah, R,R., Fardani, R, A., Sukmana, D, J., & Auliya, N, H. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu Group. <https://www.researchgate.net/publication/340021548>
- Hayati, S. A., & Aminah. (2020). Konseling Logoterapi Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Anak *Broken Home*. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 6(1), 1-6. doi: 10.31602/jmbkan.v6i1.2498
- Heizomi, H., Allahverdipour, H., Jafarabdi, M, A., Safaian, A. (2015). Happiness and its relation to psychological well-being of adolescents. *Asian journal of psychiatry*, 16, 55-60. doi: 0.1016/j.ajp.2015.05.037
- Hermansyah, M. T. (2019). Hubungan antara *self compassion* dan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta).<https://dspace.uin.ac.id/handle/123456789/14187>
- Khatib, N. A. (2023). *An Examination of Adolescents Self-Compassion in Relation to Happiness*. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 13(6),1084-1086. doi: 10.6007/IJARBS/b13-i6/17559
- Lie, F., Ardini, P, P., Utoyo, S., & Juniarti, Y. (2019). Tumbuh Kembang Anak *Broken Home*. *Jurnal Pelita PAUD*, 4(1), 116-121.
- Masi, L. M. (2021). Analisis Kondisi Psikologis Anak dari Keluarga Tidak Utuh pada Siswa SMA PGRI Kupang. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 7(1), 216-217. doi: 10.33394/jk.v7i1.2968
- Norhandayani, N., & Haryadi, R. (2022). Rebt mengatasi negative thinking pada anak broken home. *Proceeding: Islamic University of Kalimantan*, 465-466.
- Pastore, O. L., Brett, B., & Fortier, M. S. (2022). *Self-Compassion and Happiness: Exploring the Influence of the Subcomponents of Self-Compassion on Happiness and Vice Versa*. *Psychological Reports*, 0 (0). doi: 10.1177/00332941221084902

- Putri, B. M., & Uyun, Z. (2019). *Makna Kebahagiaan Pada Remaja Korban Perceraian*. (Naskah Publikasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta). <http://eprints.ums.ac.id/75498/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- Rahmi, R. (2023). *Hubungan Self Compassion Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Di SOS Childrens Village Meulaboh*. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Banda Aceh). <https://repository.arraniry.ac.id/id/eprint/29266>
- Rahmawati., Arni., & Imadduddin. (2020). Persepsi Kebahagiaan Pada Masyarakat Banjar di Desa Gandaraya Kecamatan Anjir Pasar Kabupaten Barito Kuala. *Jurnal Al Husna*, 78-80 Vol.1, No. 1.
- Sahila, C, T, G., & Kurniawan, A. (2021). Gambaran Authentic Happiness Pada Remaja Yang Memiliki Keluarga Broken Home. *Jurnal Syntax Admiration*, 2291-2295 Vol. 2 No. 12.
- Sari, L. N. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kebahagiaan Pada Siswa Yatim Piatu Di SMA Negeri 8 Banda Aceh*. (Skripsi Sarjana, UIN Ar-Raniry). <https://repository.arraniry.ac.id/id/eprint/25340/>
- Sarmadi, S. (2018). *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Titah Surga.
- Sarwono, S. W. (2018). *Pengantar psikologi umum*. Depok: Rajawali Pers.
- Sonya, S. G. (2021). *Self compassion dan resiliensi remaja dari orang tua bercerai*. (skripsi sarjana, universitas muhammadiyah malang). <https://eprints.umm.ac.id/77791/>
- Sugiyono. (2019.). *Metode Penelitian Kuantitatif (Cetakan Kedua)*. Bandung: Alfabeta .
- Sukendra, I., Kadek., & Atmaja, I, K, S. (2020). *Instrumen Penelitian*. Pontianak: Mahameru Press.
- Supriadi, G. (2021). *Statistik Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Uny Press. <http://digilib.iain-palangkaraya.ac.id/id/eprint/3702>
- Wulandari, D., & Fauziah, N. &. (2019). Pengalaman remaja korban broken home (studi kualitatif fenomenologis). *Jurnal Empati*, 8(1), 2-3. [doi: 10.14710/empati.2019.23567](https://doi.org/10.14710/empati.2019.23567)