

**BELAS KASIH DIRI REMAJA YANG PERNAH MENJADI KORBAN
KEKERASAN PADA MASA KANAK-KANAK DALAM KELUARGA**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun oleh :

Inna Islamiyati
NIM: 18107010019

Dosen Pembimbing :

Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.
NIP. 19840703 201503 2 002

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2023

Pernyataan Keaslian Penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Inna Islamiyati
NIM : 18107010019
Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa selama melakukan penelitian dan membuat laporan penelitian, saya tidak melanggar etika akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data, dan manipulasi data. Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar kode etik akademik, maka saya sanggup menerima konsekuensi berupa dicabutnya gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Banjarnegara, 31 Januari 2023

Yang menyatakan


METERAI
TEMPEL
5CB38AKX007629622

Inna Islamiyati
NIM. 18107010019

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing, saya menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Inna Islamiyati

NIM : 18107010019

Prodi : Psikologi

Judul : Belas Kasih Diri Remaja Yang Pernah Menjadi Korban Kekerasan Pada Masa Kanak-kanak Dalam Keluarga

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam program studi Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut di atas dapat segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqasyah. Demikian
Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 31 Januari 2023

Pembimbing,



(Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.)
NIP. 19840703 201503 2 002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-265/Un.02/DSH/PP.00.9/03/2023

Tugas Akhir dengan judul : **Belas Kasih Diri Remaja Yang Pernah Menjadi Korban Kekerasan Pada Masa Kanak-kanak Dalam Keluarga**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : INNA ISLAMİYATI
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010019
Telah diujikan pada : Rabu, 15 Februari 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketna Sidang
Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.
SIGNED

Valid ID: 6407290c38e14



Penguji I
Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED

Valid ID: 640b17ac8865



Penguji II
Ratna Mustika Handayani, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 638f922976c72



Yogyakarta, 15 Februari 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 64117485c11cc

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

Kegagalan dan perasaan kekurangan adalah sebuah ujian yang datang dari Allah SWT untuk menguji keimanan manusia.

“Apakah manusia itu mengira bahwa mereka akan dibiarkan untuk mengatakan, ‘kami telah beriman’ tanpa diuji? Sungguh Kami telah menguji orang-orang sebelum mereka, sehingga Allah benar-benar tahu orang-orang yang tulus dan orang-orang yang dusta“
(QS. Al-Ankabut: 2-3)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini, penulis persembahkan kepada Yang Maha Kuasa Allah SWT, Sutradara terbaik yang telah merancang skenario kehidupan dengan setiap *scene* yang luar biasa indahnya.

Kedua orang tua, kakak, adik dan seluruh keluarga besar yang selalu menjadi *support* terbaik.

Diri saya sendiri yang hebat dan sudah kuat bisa sampai di titik ini.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya peneliti diberi kekuatan sehingga dapat menyelesaikan penulisan tugas akhir skripsi ini yang berjudul “Belas Kasih Diri Remaja yang pernah menjadi korban Kekerasan Pada Masa Kanak-kanak Dalam Keluarga”. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman kegelapan, kebodohan menuju zaman yang penuh dengan cahaya ilmu.

Tugas akhir ini tentunya tidak akan terselesaikan tanpa adanya do'a dan dukungan dari orang-orang baik disekitar peneliti. Maka dari itu, peneliti banyak bersyukur dan ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang terlibat dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung, yaitu :

1. Prof. Dr. Phil Al Makin, S.Ag., M.A. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Moch. Sodik, S.Sos., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Miftahun Ni'mah Suseno M.A., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sudah membersamai dan memberikan nasehat selama penulis menempuh studi.
5. Ibu Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah mencurahkan ilmu, perhatian dan tenaganya dalam membimbing, mengarahkan serta memotivasi saya selama penyusunan tugas akhir skripsi ini.
6. Ibu Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi., selaku Penguji I sekaligus juga memberikan arahan dan bimbingan dalam penulisan tugas akhir skripsi saya ini.

7. Segenap Dosen Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas semua pengalaman dan ilmu yang telah diberikan selama ini.
8. Seluruh jajaran karyawan Tata Usaha Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas segala bantuannya selama perkuliahan hingga penyusunan tuas akhir.
9. Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi, yang selalu mendo'akan, berkorban dan mendukung peneliti yang jasanya tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata.
10. Kakak dan adik saya, kak Puji Astuti, kak Salasatun Mutoharoh, kak Khusni Dzoni Niati, dan Cahayani Ramadhani yang selalu mendo'akan dan memberikan dukungan tiada hentinya untuk peneliti.
11. Seluruh informan yang telah bersedia dan meluangkan waktunya untuk berbagi pengalaman dengan peneliti.
12. Umi Dra. Hj. Syamsiyah dan keluarga besar PP Zuhriyah Yogyakarta, terimakasih atas ilmu dan pengalaman yang sangat berharga selama peneliti tinggal di pondok pesantren.
13. Sahabat-sahabat saya di grup "Ayok Rajin" Tsuaibatul Fitria A, Salsa Nabilah Iskandar dan Ariqah Bias Hayuningratri, terimakasih sudah menemani selama masa-masa perkuliahan hingga akhir!
14. Terimakasih juga untuk teman-teman PP Zuhriyah kamar Aspi; Mba Zaki Haqiqoh AM, Mba Atik Rahmawati, Mba Fauzizah Nurul, Mba Muaini yang selalu bersama peneliti selama di pesantren.
15. Teman-teman psikologi kelas A dan seluruh mahasiswa prodi psikologi angkatan 2018, saya bangga pernah mengenal dan bertukar cerita dengan kalian.
16. Teman-teman "*Earnest Learning of Islamic Psychology (ELIPs-Club)*", terimakasih sudah berbagi ilmu dan pengalamannya selama ini.

Dan semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan dan do'a yang tidak pernah padam. Terima kasih dan semoga Allah membalas kebaikan Anda sekalian.

Penulis,



Inna Islamiyati

NIM. 18107010019



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
INTISARI.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
A. <i>Literatur Review</i>	7
B. Dasar Teori.....	12
1. Belas Kasih Diri	12
2. Remaja.....	18
3. Kekerasan terhadap Anak.....	21
4. Keluarga	25

C. Kerangka Teoritik	26
D. Pertanyaan Penelitian	29
BAB III	30
METODE PENELITIAN.....	30
A. Metode dan Pendekatan Penelitian	30
B. Fokus Penelitian	31
C. Sumber Data.....	31
D. Informan dan Setting Penelitian.....	31
E. Metode dan Teknik Pengumpulan Data.....	32
F. Teknik Analisis dan Interpretasi Data.....	32
G. Keabsahan Data Penelitian.....	34
BAB IV	35
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
A. Orientasi Kacah dan Persiapan.....	35
B. Pelaksanaan Penelitian	38
C. Hasil Penelitian	39
D. Pembahasan.....	74
BAB V.....	85
KESIMPULAN DAN SARAN.....	85
A. Kesimpulan	85
A. Saran.....	86
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN.....	95

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Diri Informan.....	35
Tabel 2. Proses Pengambilan Data.....	38



DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teoritik	29
Bagan 2. Dinamika Psikologis Belas Kasih Diri Informan SF.....	50
Bagan 3. Dinamika Psikologis Belas Kasih Diri Informan RA	60
Bagan 4. Dinamika Psikologis Belas Kasih Diri Informan AB	73
Bagan 5. Dinamika Psikologis Belas Kasih Diri Remaja yang pernah menjadi korban kekerasan pada masa kanak-kanak dalam keluarga.....	84



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Pedoman Wawancara	95
Lampiran 2. INFORMED CONSENT	97
Lampiran 3. SURAT PERSETUJUAN RESPONDEN	98
Lampiran 4. Transkrip Wawancara Informan SF	101
Lampiran 5. Transkrip Wawancara Significant Other Informan SF.....	122
Lampiran 6. Hasil Reduksi Data Informan SF.....	127
Lampiran 7. Kategorisasi Tema Informan SF.....	134
Lampiran 8. Transkrip Wawancara Informan RA	146
Lampiran 9. Hasil Reduksi Data Informan RA.....	169
Lampiran 10. Kategorisasi Tema Informan RA.....	175
Lampiran 11. Transkrip Wawancara Informan AB	186
Lampiran 12. Hasil Reduksi Data Informan AB.....	221
Lampiran 13. Kategorisasi Tema Informan AB.....	228
Lampiran 14. Curriculum Vitae.....	241



INTISARI

Belas Kasih Diri Remaja Yang Pernah Menjadi Korban Kekerasan Pada Masa Kanak-Kanak Dalam Keluarga

Inna Islamiyati
18107010019

Kekerasan terhadap anak akan memberikan dampak negatif terhadap stabilitas hidupnya hingga usia remaja bahkan sampai dewasa seperti mengalami trauma, depresi, stres dan lain-lain. Namun, ketika pada usia remaja memiliki belas kasih dalam dirinya akan lebih mudah menangani masalah traumatiknya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan belas kasih diri remaja yang pernah menjadi korban kekerasan pada masa kanak-kanak dalam keluarga. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kualitatif fenomenologis dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara semi terstruktur. Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria seorang remaja yang memiliki riwayat kekerasan di masa kecilnya. Informan yang terlibat dalam penelitian ini merupakan tiga orang remaja yang pernah menjadi korban kekerasan pada masa kanak-kanak dalam keluarga. Analisis hasil wawancara dilakukan menggunakan model analisis Miles dan Huberman yang terdiri dari reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran belas kasih diri remaja korban kekerasan pada masa kanak-kanak yang muncul yaitu *self-kindness* berupa rasa kasih sayang terhadap diri, peduli dan menerima diri sendiri, bersyukur dan bangga terhadap diri sendiri; *common humanity* ditunjukkan dengan menyadari bahwa setiap orang memiliki kesulitan hidup dan mereka tidak sendiri dalam menghadapi kesulitan tersebut; *mindfulness* yang ditunjukkan yakni dengan menerima kondisi saat ini atas kekerasan yang pernah terjadi di masa lalu.

Kata kunci : belas kasih diri, remaja, kekerasan terhadap anak

ABSTRACT

Self-Compassion for Adolescents Who Have Been Victims of Childhood Violence in the Family

Inna Islamiyati
18107010019

Violence against children will have a negative impact on the stability of their lives until they are teenagers and even into adulthood, such as experiencing trauma, depression, stress and others. However, when a teenager has compassion within him, it will be easier for him to deal with his traumatic problems. This study aims to describe the self-compassion of adolescents who have been victims of childhood violence in the family. The method used in this study is a phenomenological qualitative research method with data collection techniques in the form of semi-structured interviews. Informants were selected using a purposive sampling technique with the criteria of a teenager who had a history of violence in his childhood. The informants involved in this study were three adolescents who had been victims of childhood violence in their families. Analysis of the results of the interviews was carried out using the Miles and Huberman analysis model which consisted of data reduction, data presentation and drawing conclusions. The results of the study show that the image of self-compassion among adolescent victims of childhood violence that emerges is self-kindness in the form of self-compassion, caring and self-acceptance, gratitude and pride in oneself; common humanity is shown by realizing that everyone has difficulties in life and they are not alone in facing these difficulties; Mindfulness is shown by accepting the current conditions for violence that has occurred in the past.

Keywords: *self-compassion, adolescents, violence against children*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga merupakan unit sosial utama dalam pembentukan pondasi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga kepribadian seorang anak sangat bergantung pada segala baik dan buruknya keluarga dalam mendidik anak. Keluarga juga tidak hanya tempat berkumpulnya ayah, ibu dan anak, akan tetapi lebih dari itu, tempat yang berfungsi sebagai tempat pendidikan, sosialisasi, perlindungan, ekonomi, dan lain-lain (Satya Yoga et al., 2015).

Dalam lingkungan keluarga, anak pertama kalinya memperoleh kesempatan merasakan pergaulan dengan sesama manusia bahkan pertama kalinya juga anak mendapatkan perlindungan dan kasih sayang dari orang-orang terdekatnya (Samsudin, 2019). Seorang anak seharusnya mendapatkan kesempatan yang seluas-luasnya untuk dapat tumbuh dan berkembang secara optimal baik fisik, psikis, sosial, maupun spiritualnya (Maryam, 2017). Kebutuhan utama sang anak dalam keluarga harus dapat terpenuhi, seperti kebutuhan biologis, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan akan rasa kasih sayang dan dihargai, serta kebutuhan aktualisasi diri dimana hal itu sebagai cara untuk menunjang perkembangan anak kedepannya. Selain itu, anak juga harus mendapatkan hak-haknya untuk dilindungi dan disejahterakan (Muarifah et al., 2020).

Kehadiran anak dalam lingkungan keluarga akan tetapi tidak selamanya bisa mendapatkan perlindungan secara layak, khususnya dari orang tuanya sendiri. Sebagian anak yang kurang beruntung, mereka akan merasakan perlakuan keras, penyiksaan bahkan penelantaran oleh orang tuanya. Hal tersebut dapat mengakibatkan tidak terpenuhinya kebutuhan utama sang anak, seperti kebutuhan rasa kasih sayang dan dihargai, kebutuhan untuk dilindungi maupun kebutuhan untuk disejahterakan (Muarifah et al., 2020).

Fenomena kasus kekerasan terhadap anak masih menjadi perhatian oleh masyarakat. Laporan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan

Anak (Kemen PPPA) dalam catatan waktu tiga tahun terakhir, kasus kekerasan terhadap anak dan perempuan meningkat. Angka yang tercatat dalam laporan, kasus kekerasan pada anak pada tahun 2019 sejumlah 11.057, kasus pada tahun 2020 sejumlah 11.278, kemudian pada tahun 2021 jumlah kasus meningkat menjadi 14.517 (Ramadhan, 2022). Berdasarkan tempat kejadian, kasus penganiayaan atau kekerasan terhadap anak paling sering terjadi di dalam keluarga khususnya oleh orang tua (Ramadhan, 2022).

Kekerasan terhadap anak (*child abuse*) menurut WHO (*World Health Organization*) adalah sikap perlakuan yang salah seperti kekerasan fisik, kekerasan emosional, kekerasan seksual, penelantaran dan eksploitasi yang memiliki dampak atau dapat menimbulkan bahaya bagi kesehatan, perkembangan atau harga diri anak (Said et al., 2017). Pendapat lain dari Leeb, penganiayaan masa kanak-kanak merupakan setiap tindakan atau kelalaian orang tua atau pengasuh yang dapat menyebabkan bahaya, berpotensi untuk menyakiti, atau ancaman bagi anak (Hou et al., 2020). Perilaku-perilaku yang dianggap abuse adalah semua perilaku yang dilakukan yang akibatnya menimbulkan luka atau kematian pada anak. Luka yang dimaksud bukan hanya luka yang tampak oleh indera mata saja atau disebut luka fisik, akan tetapi juga perilaku melukai yang dapat merusak rasa aman dan nyaman dalam diri anak yakni luka psikis (Hidayani dkk, 2020). Kekerasan terhadap anak mengakibatkan anak tidak berdaya dan itu berdampak negatif terhadap perkembangan psikologisnya (Muarifah et al., 2020).

Dampak yang ditimbulkan akibat perlakuan kekerasan sangat beragam, salah satu dampaknya adalah trauma yang dapat mempengaruhi psikologis dan emosional seseorang. Trauma merupakan istilah untuk menyebutkan kejadian negatif yang dapat menimbulkan korban mengalami penderitaan (Puriani et al., 2021). Trauma yang dirasakan oleh anak-anak yang pernah mengalami kekerasan dalam keluarga akan sangat rumit karena dapat memberikan banyak pengaruh negatif terhadap stabilitas hidupnya dan dapat mempengaruhinya hingga usia remaja bahkan sampai dewasa (Pertiwi & Lestari, 2021). Seseorang yang sedari dini sudah mendapatkan pengalaman trauma dalam hidupnya, baik secara fisik

maupun psikis, mereka lebih cenderung tumbuh dan berkembang menjadi anak yang depresif.

Sejalan dengan hasil penelitian Nurria dan Nurchayati bahwa remaja yang pernah mengalami kekerasan di masa kecilnya mengalami dampak psikologis, sosial dan akademik. Dampak psikologis yang dirasakan yaitu adanya gejala-gejala gangguan kejiwaan seperti depresi, gangguan bipolar, mengalami *mood swing*, mengalami luka batin dan merasa stress. Dampak sosial yang dirasakan yakni sulit mempercayai dan membangun hubungan dengan orang lain. Kemudian dampak akademik yang dirasakan yaitu mengalami penurunan nilai dalam bidang akademik (Yasmein & Nurchayati, 2021). Belas kasih diri penting untuk dimiliki dalam diri remaja korban kekerasan pada masa kanak-kanak, karena belas kasih diri ini akan mulai tumbuh dan berkembang saat seseorang memasuki fase remaja.

Pada masa remaja, belas kasih diri atau *self-compassion* ini termasuk fase pengembangan yang tepat untuk pemulihan bagi remaja yang pernah menjadi korban penganiayaan emosional (Tanaka et al., 2011). Lary juga menyebutkan bahwa individu korban kekerasan akan lebih mudah melakukan tindakan yang bijak apabila memiliki belas kasih diri dalam dirinya sehingga dapat menangani masalah traumatik (Ramadhan et al., 2022). Sejalan dengan hasil penelitian Qinglu Wu, bahwa belas kasih diri dapat membantu pencegahan perkembangan gejala depresi pada seseorang yang memiliki riwayat penganiayaan di masa kanak-kanak (Wu et al., 2018).

Menurut Neff, belas kasih diri merupakan kesadaran yang mendalam akan penderitaan dari diri sendiri dan orang lain serta memiliki keinginan untuk meringankan penderitaan itu dengan memerlukan kasih sayang, kehangatan dan pengertian terhadap diri sendiri dari pada mengkritik diri (Germer & Neff, 2013)..

Belas kasih diri menurut Neff (2018) terdiri dari 6 aspek yaitu *self-kindness vs self-judgement*, *mindfulness vs overidentification*, dan *common humanity vs isolation*. Aspek *self-kindness* merupakan kebaikan diri yang dapat membuat individu menjadi hangat dan memahami diri sendiri ketika sedang menghadapi kesulitan atau kegagalan. Aspek *mindfulness* merupakan sebuah perhatian yang

dapat menjadikan individu sepenuhnya paham dan mengetahui dengan apa yang sebenarnya terjadi dan dirasakan dalam dirinya. Aspek *common humanity* merupakan bentuk penerimaan bahwa segala kegagalan dalam hidup juga merupakan bagian dari pengalaman hidup manusia yang lainnya. Aspek belas kasih diri yang berperan secara berlawanan yakni *self-judgement*, *overidentification* dan *isolation*. *Self-judgement* merupakan perilaku menyerang dan mengkritik diri sendiri, *overidentification* yakni individu cenderung berlebihan dalam menanggapi masalah yang terjadi, sedangkan *isolation* adalah merasa bahwa masalah dalam hidup hanya dialami oleh dirinya dan tidak terjadi pada orang lain.

Fungsi dari belas kasih diri ini akan memudahkan seseorang untuk menumbuhkan pikiran positif atas penerimaan emosi dan perasaan negatif yang dialaminya. Selain itu, belas kasih diri juga dapat mengurangi efek negatif dari masalah-masalah traumatis (Boykin et al., 2018). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa belas kasih diri bisa menjadi pendukung keberhasilan individu dalam menghadapi suasana hati yang buruk dimana belas kasih diri berperan untuk menangani masalah ketidakstabilan emosional (Hazzard et al., 2021).

Indikator belas kasih diri dalam diri individu akan tercermin dari adanya aspek *self-kindness*, *common humanity*, & *mindfulness*. *Self-kindness*; a. menerima kekurangan, kegagalan dan kesalahan diri sendiri, b. berusaha memberikan ketenangan dan perhatian pada diri sendiri ketika mengalami keterpurukan, c. tidak memberi penilaian buruk dan meremehkan diri sendiri, d. tidak fokus terhadap kelemahan diri sendiri. *Common humanity*; a. menyadari bahwa manusia itu memiliki ketidaksempurnaan, bisa gagal dan bisa berbuat kesalahan, b. tidak merasa terisolasi ketika mengalami kegagalan, c. tidak menyalahkan keadaan maupun orang lain ketika ada yang salah pada dunia luar. *Mindfulness*; a. dapat menerima dengan ketenangan hati baik pengalaman positif, negatif atau netral, b. tidak lari dari masalah yang terjadi dengan mendramatisir kejadian yang dialami diri sendiri, c. mampu melihat segala kondisi yang terjadi dengan sudut pandang yang lebih luas (Septiania et al., 2019).

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah di atas, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana gambaran belas kasih diri remaja yang pernah menjadi korban kekerasan pada masa kanak-kanak dalam keluarga.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran belas kasih diri remaja yang pernah menjadi korban kekerasan pada masa kanak-kanak dalam keluarga?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana gambaran belas kasih diri remaja yang pernah menjadi korban kekerasan pada masa kanak-kanak dalam keluarga.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan diharapkan dapat memiliki manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dalam bidang psikologi klinis mengenai belas kasih diri terutama pada konteks remaja korban kekerasan pada masa kanak-kanak.

2. Manfaat praktis

a. Bagi remaja korban kekerasan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi remaja korban kekerasan pada masa kanak-kanak dalam keluarga untuk menyadari berbagai bentuk kekerasan dan dampak yang dapat terjadi sebagai dasar untuk mencari bantuan. Remaja korban kekerasan juga diharap mampu menjadikan belas kasih diri sebagai salah satu cara memulihkan luka.

b. Bagi orang tua dan keluarga

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, orang tua dan keluarga dapat mengetahui dan menghindari perilaku kekerasan terhadap anak, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang dengan lebih baik.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian mengenai belas kasih diri remaja korban kekerasan pada masa kanak-kanak diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya dengan segala kelebihan dan kekurangannya, mengingat bahwa masih banyaknya kekerasan yang dilakukan oleh orang dewasa terhadap anak yang akan mempengaruhi dampak fisik maupun psikologis anak di usia remaja bahkan sampai dewasa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bentuk kekerasan yang dialami oleh remaja yang pernah menjadi korban kekerasan pada masa kanak-kanak dalam keluarga terdiri dari kekerasan fisik dan kekerasan psikologis. Kekerasan fisik yang terjadi pada informan berupa di tampar, di pukul, di tonjok, di tendang, di injak, dan di lempari menggunakan benda. Kekerasan verbal berupa di caci maki atau di marah-marahi menggunakan kata-kata kasar. Sedangkan kekerasan emosional berupa pengabaian fisik pada informan.

Kekerasan yang dialami informan memunculkan berbagai dampak berupa dampak fisik, dampak psikologis, dampak sosial dan dampak akademik. Dampak fisik yang dirasakan seperti merasa kesakitan. Dampak psikologis yang muncul seperti merasa stres, trauma, sedih, kecewa, tertekan, takut dengan pelaku kekerasan, dan adanya pikiran untuk mengakhiri hidupnya. Dampak sosial yang dialami informan yaitu terpengaruh teman-teman untuk melakukan hal negatif yang beresiko seperti membolos sekolah, merokok, dan mengonsumsi minuman keras. Dampak akademik yang terjadi pada informan yakni putus sekolah dan minat sekolah yang rendah.

Hasil penelitian menunjukkan adanya sikap belas kasih diri pada informan yang tercermin dari tiga aspek yaitu mengasihi diri, kemanusiaan umum dan *mindfulness*. Sikap mengasihi diri tercermin dari sikap bersyukur, menerima diri sendiri dan keadaan dengan ikhlas. Pemaknaan kemanusiaan umum tampak dengan menyadari bahwa kesulitan yang dialami informan juga di alami oleh manusia pada umumnya. *Mindfulness* ditunjukkan dengan bersyukur dan menerima dengan kehidupannya saat ini.

B. Saran

1. Bagi remaja korban kekerasan

Remaja yang pernah menjadi korban kekerasan diharap mampu menyadari bentuk dan dampak kekerasan apa saja yang dialami. Kesadaran mengenai hal-hal tersebut dapat menjadi awal bagi remaja yang pernah menjadi korban kekerasan untuk mencari bantuan, baik dari tenaga kesehatan mental maupun organisasi atau lembaga yang bergerak dalam menangani kasus kekerasan terhadap anak dan perempuan. Remaja yang pernah menjadi korban kekerasan juga diharap mampu mengembangkan belas kasih pada diri sendiri agar tidak terus menerus tenggelam dalam keterpurukan dan penderitaan yang dialami.

2. Bagi tenaga professional dan pihak yang berwenang

Bagi tenaga professional yang berkarya di bidang kesehatan mental diharapkan dapat memperkenalkan konsep belas kasih diri kepada remaja yang pernah menjadi korban kekerasan di masa kecilnya sebagai salah satu cara untuk memulihkan luka dalam diri. Belas kasih diri dapat menjadi salah satu cara yang dilakukan oleh tenaga kesehatan mental untuk membantu remaja yang pernah menjadi korban kekerasan dalam mengembangkan belas kasih diri.

Bagi pihak yang berwenang atau lembaga yang menangani kasus-kasus kekerasan diharapkan dapat membantu para korban untuk lebih berbelas kasih terhadap diri sendiri.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam menentukan kategori informan korban kekerasan serta pada teknik pengumpulan data. Maka dari itu, bagi peneliti selanjutnya agar menggunakan form skrining kekerasan anak dari *World Health Organization* (WHO) sebagai cara untuk menentukan informan yang pernah mengalami kekerasan. Selain itu, penelitian juga harus diperdalam lagi menggunakan teknik pengambilan data yang lebih komprehensif serta penambahan jumlah informan agar data

yang diperoleh lebih kaya. Menggali informasi mengenai latar belakang keluarga informan, dampak dari kekerasan yang pernah di alami seperti dampak fisik, psikologis, sosial, akademik serta indikator dari belas kasih diri harus lebih diperhatikan bagi peneliti selanjutnya.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif* (M. S. Dr. Patta Rapanna, SE. (ed.); Edisi Kesa). CV. Syakir Media Press.
- Agustriyana, N. A. (2017). Fully Human Being Pada Remaja Sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.26737/jbki.v2i1.244>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi ke-1). PT Rineka Cipta.
- Ayatila, S., & Savira, S. I. (2021). Self-Compassion Pada Perempuan Yang Pernah Menjadi Korban Bullying: Studi Kasus. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 212–226.
- Barlow, M. R., Goldsmith, R. E., & Gerhart, J. (2017). Child Abuse & Neglect Trauma appraisals , emotion regulation difficulties , and self-compassion predict posttraumatic stress symptoms following childhood abuse. *Child Abuse & Neglect*, 65, 37–47. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.01.006>
- Boykin, D. M., Himmerich, S. J., Pinciotti, C. M., Miller, L. M., Miron, L. R., & Orcutt, H. K. (2018). Barriers to self-compassion for female survivors of childhood maltreatment: The roles of fear of self-compassion and psychological inflexibility. *Child Abuse and Neglect*, 76(October 2017), 216–224. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.11.003>
- Braehler, C., & Neff, K. (2020). Self-compassion in PTSD. In *Emotion in Posttraumatic Stress Disorder: Etiology, Assessment, Neurobiology, and Treatment*. Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-816022-0.00020-X>
- Chi, X., Jiang, W., Guo, T., Hall, D. L., Luberto, C. M., & Zou, L. (2022). Relationship between adverse childhood experiences and anxiety symptoms among Chinese adolescents: The role of self-compassion and social support. *Current Psychology*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02534-5>

- Fadli, M. R. (2021). *Memahami desain metode penelitian kualitatif*. 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.
- Garrido, E. F., Weiler, L. M., & Taussig, H. N. (2018). Adverse Childhood Experiences and Health-Risk Behaviors in Vulnerable Early Adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 38(5), 661–680. <https://doi.org/10.1177/0272431616687671>
- Germer, C. K., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 856–867. <https://doi.org/10.1002/jclp.22021>
- Gruhn, M. A., & Compas, B. E. (2020). Effects of maltreatment on coping and emotion regulation in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Child Abuse and Neglect*, 103(March). <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104446>
- Hanastashya Rahmah Naichiendami, & Dewi Sartika. (2022). Hubungan Self compassion dengan Psychological Well Being pada Remaja Korban Perundungan di Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(1). <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i1.981>
- Hardani. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (H. Abadi (ed.); edisi 1). Pustaka Ilmu.
- Hazzard, V. M., Yoon, C., Emery, R. L., Mason, S. M., Crosby, R. D., Wonderlich, S. A., & Neumark-sztainer, D. (2021). Child Abuse & Neglect Adverse childhood experiences in relation to mood-, weight-, and eating-related outcomes in emerging adulthood: Does self-compassion play a buffering role? *Child Abuse & Neglect*, 122(June), 105307. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.105307>
- Hildayani dkk, R. (2020). *Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus* (Cetakan ke).
- Homan, K. J. (2014). A mediation model linking attachment to God, self-compassion, and mental health. *Mental Health, Religion and Culture*, 17(10), 977–989. <https://doi.org/10.1080/13674676.2014.984163>
- Hou, X., Bian, X., Zuo, Z., Xi, J., Ma, W., & Owens, L. D. (2020). *Childhood maltreatment on young adult depression : A moderated mediation model of negative automatic thoughts and self-compassion*.

<https://doi.org/10.1177/1359105320918351>

- Huraerah, A. (2012). *Kekerasan terhadap anak*. Nuansa Cendekia.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan* (D. R. M. Sijabat (ed.); Kelima). Erlangga.
- J. Moleong, L. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Edisi ke-3). PT Remaja Rosdakarya.
- Jannah, M. (2016). *Remaja dan Tugas-tugas Perkembangannya dalam Islam*. 1(April), 243–256.
- Kadir, A., & Handayaningsih, A. (2020). Kekerasan Anak dalam Keluarga. *Wacana*, 12(2), 133–145. <https://doi.org/10.13057/wacana.v12i2.172>
- Karakurt, G., Smith, D., & Whiting, J. (2014). Impact of Intimate Partner Violence on Women's Mental Health. *Journal of Family Violence*, 29(7), 693–702. <https://doi.org/10.1007/s10896-014-9633-2>
- Karinda, F. B. (2020). *Belas Kasih Diri (Self Compassion) pada Mahasiswa Cognicia*. 8(2), 234–252.
- Mardiyati, I. (2015). Dampak Trauma Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Raheema: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 2(1), 26–35. <https://core.ac.uk/download/pdf/291677026.pdf>
- Maryam, S. (2017). Gambaran Pendidikan Orang Tua dan Kekerasan pada Anak dalam Keluarga di Gampong Geulanggang Teungoh Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen Siti Maryam Siti Maryam adalah Staf Pengajar Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, 3(1), 69–76.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1992). *Analisis Data Kualitatif* (P. Simbolon (ed.); Edisi Pert). Universitas Indonesia (UI-Press).
- Muarifah, A., Wati, D. E., & Puspitasari, I. (2020). Identifikasi Bentuk dan Dampak Kekerasan pada Anak Usia Dini di Kota Yogyakarta. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 757. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.451>
- Naz, M., & Malik, N. I. (2018). Domestic violence and psychological well-being of survivor women in Punjab, Pakistan. *Journal of Psychology & Clinical*

- Psychiatry*, 9(2), 184–189. <https://doi.org/10.15406/jpcpy.2018.09.00519>
- Neely, M. E., Schallert, D. L., Mohammed, S. S., Roberts, R. M., & Chen, Y. J. (2009). Self-kindness when facing stress: The role of self-compassion, goal regulation, and support in college students' well-being. *Motivation and Emotion*, 33(1), 88–97. <https://doi.org/10.1007/s11031-008-9119-8>
- Neff, K. (2003a). *Self-Compassion : Sebuah Konseptualisasi Alternatif dari Sikap Sehat Terhadap Diri Sendiri*. 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860390129863>
- Neff, K. (2003b). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. (2018). *Self-Compassion*. <https://self-compassion.org/the-three-elements-of-self-compassion-2/>
- Neff, K., Rude, S. S., & Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 908–916. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.08.002>
- Neff, Whittaker, T. A., & Karl, A. (2017). Examining the Factor Structure of the Self-Compassion Scale in Four Distinct Populations: Is the Use of a Total Scale Score Justified? *Journal of Personality Assessment*, 99(6), 596–607. <https://doi.org/10.1080/00223891.2016.1269334>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking Rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400–424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Nothling, J., Suliman, S., Martin, L., Simmons, C., & Seedat, S. (2019). Differences in Abuse, Neglect, and Exposure to Community Violence in Adolescents With and Without PTSD and Depression. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(21–22), 4357–4383. <https://doi.org/10.1177/0886260516674944>
- Nurrachmawati, A., Nurohma, N., & Rini, P. (2012). Potret Kesehatan Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Studi Kasus Di Pusat Pelayanan

- Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak Kalimantan Timur). *Indonesian Journal of Reproductive Health*, 3(1), 24–37.
- Pentiernitasari, E., & Eliza, D. (2021). *Upaya Pencegahan Perlakuan Yang Salah Terhadap Anak (Child Abuse)*. 5, 9541–9546.
- Pertiwi, A. D., & Lestari, T. (2021). *Dampak Terhadap Perkembangan Psikososial Anak yang Pernah Mengalami Kekerasan dalam Keluarga*. 5, 1860–1864.
- Puriani, D. N., Diniari, N. K. S., Lesmana, C. B. J., & Ernawati, D. K. (2021). *Karakteristik dan Proporsi Trauma Masa Kanak pada Remaja di Kota Denpasar*. 10(12), 28–32.
- Rachma, D., Tsani, K., Elishabeth, M. P., Psikologi, F., Profesi, M. P., & Surabaya, U. (2020). *Self Compassion Intervention untuk Menurunkan Depresi*. 5(2).
- Ramadhan, A. (2022). *Laporan Kasus Kekerasan Terhadap Anak dan Perempuan Meningkat 3 Tahun Terakhir*. Di akses pada tanggal 07 Juli 2022 dari <https://nasional.kompas.com/read/2022/01/20/12435801/laporan-kasus-kekerasan-terhadap-anak-dan-perempuan-meningkat-3-tahun>
- Ramadhan, Nadia, & Achmad, C. (2022). *Hubungan Self-Compassion dengan Psychological Well Being Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Volume 2 N.
- Ross, N. D., Kaminski, P. L., & Herrington, R. (2019). From childhood emotional maltreatment to depressive symptoms in adulthood: The roles of self-compassion and shame. *Child Abuse and Neglect*, 92(October 2018), 32–42. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.03.016>
- Said, A., Budiati, I., Ayuni, S., Reagan, H. A., Susianto, Y., Avenzora, A., Larasaty, P., Setiyawati, N., Pratiwi, A. I., & Riyadi. (2017). *Mengakhiri Kekerasan Terhadap Perempuan dan Anak di Indonesia*.
- Salim dan Syahrudin, D. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Haidir (ed.); Edisi Keli). Citapustaka Media.
- Samsudin, S. (2019). Pentingnya Peran Orangtua Dalam Membentuk Kepribadian Anak. *SCAFFOLDING: Jurnal Pendidikan Islam Dan Multikulturalisme*, 1(2), 50–61. <https://doi.org/10.37680/scaffolding.v1i2.119>

- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Satya Yoga, D., Suarmini, N. W., & Prabowo, S. (2015). Peran Keluarga Sangat Penting dalam Pendidikan Mental, Karakter Anak serta Budi Pekerti Anak. *Jurnal Sosial Humaniora*, 8(1), 46. <https://doi.org/10.12962/j24433527.v8i1.1241>
- Septiania, A. A., Annisa, R., Ardiany, M., & Aprilia, N. S. (2019). *Laporan Penyusunan Alat Ukur Skala Psikologi Self-Compassion pada Mahasiswa di wilayah Jawa Timur. December.* <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.24546.07369>
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental : Konsep, Cakupan, Dan Perkembangannya* (A. H. Triyuliana (ed.); Ed.I).
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)* (ke-22). Alfabeta.
- Suteja, J., & Ulum, B. (2019). Dampak Kekerasan Orang Tua terhadap Kondisi Psikologis Anak dalam Keluarga. *Equalita: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 1(2), 169. <https://doi.org/10.24235/equalita.v1i2.5548>
- Tanaka, M., Wekerle, C., Schmuck, M. Lou, & Paglia-Boak, A. (2011). The linkages among childhood maltreatment, adolescent mental health, and self-compassion in child welfare adolescents. *Child Abuse and Neglect*, 35(10), 887–898. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.07.003>
- Ulfiah. (2016). *Psikologi Keluarga : Pemahaman Hakikat keluarga dan Pananganan Problematika Rumah Tangga* (S. dan Jamaludin (ed.); Edisi 1). Ghalia Indonesia.
- Wong, N., Kim, K., Pei, P., Ren, R., Liu, W. S., Oh, S. S., Sherry, N. S., Stewart, H., & Wekerle, C. (2022). *Ketangguhan des enfants et des teens Self-Compassion Di Antara Remaja dengan Penganiayaan Anak Sejarah dan Tekanan Psikologis : Tinjauan Pelingkupan Machine Translated by Google.* 9.
- Wu, Q., Chi, P., Lin, X., & Du, H. (2018). Child maltreatment and adult

depressive symptoms: Roles of self-compassion and gratitude. *Child Abuse and Neglect*, 80(March), 62–69. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.013>

Yasmein, N., & Nurchayati. (2021). Kenangan Remaja tentang Pengalaman di Masa Kanak-kanak sebagai Interpretatif. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi Kekerasan*, 8(2), 175–186.

