

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP KECERDASAN
EMOSIONAL PADA GURU SEKOLAH DASAR LUAR BIASA
NEGERI DI JAKARTA**



**Oleh:
R.A MEGA ADINDA KUSUMA
1125143027
Psikologi**

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2018**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG
SKRIPSI**

Judul Skripsi : Pengaruh *Self-compassion* terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri di Jakarta

Nama Mahasiswa : R.A Mega Adinda Kusuma

Nomor Registrasi : 1125143027

Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 7 Agustus 2018

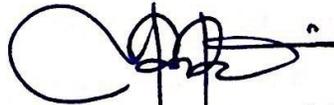
Pembimbing I



Mauna, M.Psi

NIP. 198410142015042001

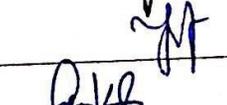
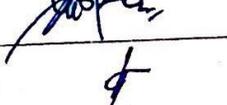
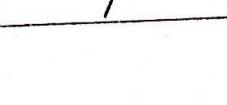
Pembimbing II



Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D

NIP. 197512152006042001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		17 / 8
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		13 / 8
Prof.Dr.Yufiarti, M.Psi (Ketua Penguji)***		17 / 8
Dwi Kencana Wulan, M.Psi (Anggota)****		10 / 8
Erik, M.Si (Anggota)****		10 / 8

Catatan :

- * Dekan FPPSI
- ** Pembantu Dekan I
- *** Ketua Penguji
- **** Dosen Penguji selain pembimbing dan Ketua Program Studi

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : R.A Mega Adinda Kusuma
Nomor Registrasi : 1125143027
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri di Jakarta” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian saya pada bulan Mei 2018.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/ karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 23 Agustus 2018

Yang membuat pernyataan



R.A Mega Adinda Kusuma

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Dan Bersama kesulitan ada kemudahan” (Qs.Al Insyirah : 5-6)

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang tidak pernah putus untuk memberikan doa, dukungan dan kasih sayang serta untuk mamah dan kakak yang selalu mendukung

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : R.A Mega Adinda Kusuma
NIM : 1125143027
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri di Jakarta”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 23 Agustus 2018
Yang menyatakan



(R.A Mega Adinda Kusuma)

R.A Mega Adinda Kusuma

Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah

Dasar Luar Biasa Negeri di Jakarta

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

(2018)

ABSTRAK

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru sekolah dasar luar biasa negeri di Jakarta.

Teknik sampling *purposive* digunakan dalam pengumpulan data, dengan sampel sebanyak 70 orang guru sekolah dasar luar biasa negeri. *Emotional Intelligence Questionnaire* digunakan untuk mengukur variabel kecerdasan emosional, sementara *Self Compassion Scale* (SCS) untuk mengukur variabel *self-compassion*.

Hasil menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru sekolah dasar luar biasa negeri di Jakarta dengan persamaan regresi $Y = 116,514 + 0,574X$. Pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional sebesar 15%. Implikasi dari penelitian ini adalah guru memiliki perasaan terbuka dan mampu berbelas kasih terhadap diri sendiri ketika menghadapi kesulitan saat mengajar anak berkebutuhan khusus

Kata kunci : *Self-compassion*, kecerdasan emosional, guru sekolah dasar luar biasa negeri

R.A Mega Adinda Kusuma

Effect of Self-Compassion on Emotional Intelligence In Public Special Elementary School Teacher In Jakarta

SKRIPSI

Jakarta: Departement of Psychology Education

Faculty of Psychology Education

State University of Jakarta

ABSTRACT

This study was conducted to determine the effect of self-compassion on emotional intelligence in the public special elementary school teachers in Jakarta.

The purposive sampling technique was used in data collection, with a sample of 70 public special elementary school teachers in Jakarta. Emotional Intelligence Questionnaire is used to measure the variable of emotional intelligence, while the Self Compassion Scale (SCS) to measure the variable self-compassion

The results show that there is a significant effect of self-compassion on emotional intelligence in public special elementary school teachers in Jakarta with the regression equation $Y = 116,514 + 0,574X$. The effect of self-compassion on emotional intelligence is 15%. The implication of this study that teachers have an openness and are able to be compassionate towards one self when teaching special need students.

Keywords : Self-compassion, emotional intelligence, public special elementary school teachers

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkah, rahmat dan anugerah-Nya sehingga dapat terselesaikannya penelitian ini dengan judul “Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru SDLB Negeri di Jakarta”.

Adapun tujuan dari penelitian ini untuk memenuhi dan melengkapi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana pada program studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari dalam penyusunan penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan. Untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang berguna untuk kesempurnaan penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa berkat dukungan, dorongan, dan bimbingan dari berbagai pihak akhirnya penelitian ini dapat selesai tepat pada waktunya. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti dengan rasa hormat dan ketulusan hati, ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu peneliti dalam penyusunan penelitian ini, terutama kepada :

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Aryani, Ph.D selaku Ketua Prodi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Mauna, M.Psi selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, motivasi, dukungan, dan waktunya sehingga penelitian ini dapat selesai dengan baik dan tepat waktu.
4. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan sehingga penelitian ini dapat selesai dengan baik.
5. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Seluruh staff administrasi Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
7. Kedua orang tua Ayah Soesetyono dan Ibu Diana Pangastuti yang senantiasa mendukung dalam doa, memberikan semangat dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Kakak tercinta Dytiana, Mamah Honi, Om Bayu, Rasta, Keevan yang selalu memberikan dukungan moral kepada saya.

9. Rizqie Apriliansyah yang selalu memberikan dukungan, bantuan dan motivasi kepada saya.
10. Teman-teman sepayungan Aviana, Mitha dan Meisha yang selalu berjuang bersama dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Maratini Shaliha Aisyawati sahabat yang selalu ada di saat susah dan senang, sahabat untuk berbagi kecemasan dan kerecehan pada kondisi-kondisi sulit.
12. Teman-teman dekat selama perkuliahan Chilchilia, Erda, Fatmala, Hana, Jessica, Ratih, Sabilul, Sandra, Tiara yang telah memberikan semangat, motivasi dan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini.
13. Teman-teman kelas C 2014 yang telah mewarnai hari-hari selama 4 tahun perkuliahan.
14. Teman-teman SMA Amelia, Anvero, Ega, Tami, Indah, Jeane, Lidya, Ochi, Tama, Tami Ulfah, Widita yang telah memberikan semangat.
15. Semua teman-teman dan kerabat yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah mendukung dalam penulisan skripsi ini.

Jakarta, 23 Agustus 2018

Penulis,

R.A Mega Adinda Kusuma

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN DAN GRAFIK	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	7
1.3. Pembatasan Masalah	8
1.4. Perumusan Masalah	8
1.5. Tujuan Penelitian	8
1.6. Manfaat Penelitian	8
1.6.1. Manfaat Teoritis	8
1.6.2. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Kecerdasan Emosional	10
2.1.1 Definisi Kecerdasan Emosional	10
2.1.2 Aspek-aspek Kecerdasan Emosional	11
2.1.3 Faktor-faktor yang memengaruhi Kecerdasan Emosional	14
2.2. <i>Self-compassion</i>	15
2.2.1. Definisi <i>Self-compassion</i>	15
2.2.2. Aspek-aspek <i>Self-compassion</i>	16
2.2.3. Hubungan Antar Dimensi <i>Self-compassion</i>	17

2.2.4.	Faktor-faktor yang memengaruhi <i>Self-compassion</i>	18
2.2.5.	Manfaat <i>Self-compassion</i>	20
2.3.	Guru	21
2.3.1.	Definisi Guru.....	21
2.3.2.	Guru SDLB	21
2.4.	Hubungan Antar Variabel	22
2.5.	Kerangka Berpikir.....	23
2.6.	Hipotesis.....	25
2.7.	Hasil Penelitian yang Relevan	25
BAB III METODE PENELITIAN		
3.1.	Tipe Penelitian	28
3.2.	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	28
3.2.1.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	28
3.2.2.	Definisi Konseptual.....	29
3.2.2.1	Definisi Konseptual Kecerdasan Emosional.....	29
3.2.2.2	Definisi Konseptual <i>Self-Compassion</i>	29
3.2.3.	Definisi Operasional	29
3.2.3.1	Definisi Operasional Kecerdasan Emosional.....	29
3.2.3.2	Definisi Operasional <i>Self-Compassion</i>	29
3.3.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	30
3.3.1.	Populasi	30
3.3.2.	Sampel	30
3.4.	Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.4.1.	Instrumen Kecerdasan Emosional.....	31
3.4.2	Instrumen <i>Self-Compassion</i>	33
3.5.	Uji Coba Instrumen	35
3.5.1.	Uji Coba Instrumen Kecerdasan Emosional	37
3.5.2.	Uji Coba Instrumen <i>Self-Compassion</i>	40
3.6	Analisis Data.....	44
3.6.1.	Uji Statistik	44
3.6.1.1.	Uji Normalitas	44
3.6.1.2.	Uji Linearitas.....	44
3.6.1.3.	Uji Korelasi	44

3.6.1.4. Uji Analisis Regresi	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1. Deskripsi Subyek	46
4.1.1. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	46
4.1.2. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia	48
4.1.3. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Lama Mengajar	49
4.1.4. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir ...	50
4.2. Prosedur Penelitian.....	51
4.2.1. Persiapan Penelitian	51
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian	52
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	52
4.3.1. Data Deskriptif Kecerdasan Emosional	52
4.3.1.1. Kategorisasi Skor Data Kecerdasan Emosional.....	54
4.3.2. Data Deskriptif <i>Self-compassion</i>	54
4.3.2.1. Kategorisasi Skor Data <i>Self-compassion</i>	55
4.3.3. Uji Normalitas.....	56
4.3.4. Uji Linearitas.....	57
4.3.5. Uji Korelasi	58
4.3.6. Uji Hipotesis	59
4.4. Pembahasan.....	61
4.5. Keterbatasan Penelitian.....	63
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
5.1. Kesimpulan	64
5.2. Implikasi.....	64
5.3. Saran.....	65
5.3.1. Bagi Sekolah	65
5.3.2. Bagi Guru	65
5.3.3. Bagi Peneliti Selanjutnya	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Skoring skala kecerdasan emosional.....	32
Tabel 3.2. Blue print skala kecerdasan emosional	32
Tabel 3.3. Skoring skala <i>self-compassion</i>	34
Tabel 3.4. <i>Blueprint</i> skala <i>self-compassion</i>	34
Tabel 3.5. Kaidah reliabilitas model <i>rasch</i>	36
Tabel 3.6. Hasil uji validitas skala kecerdasan emosional	37
Tabel 3.7. <i>Blueprint</i> final skala kecerdasan emosional	39
Tabel 3.8. Koefisien item reliabilitas skala kecerdasan emosional	40
Tabel 3.9. Hasil uji validitas skala <i>self-compassion</i>	40
Tabel 3.10. <i>Blueprint</i> final skala <i>self-compassion</i>	42
Tabel 3.11. Koefisien item reliabilitas skala <i>self-compassion</i>	43
Tabel 4.1. Distribusi jenis kelamin subyek penelitian.....	47
Tabel 4.2. Distribusi usia subyek penelitian.....	48
Tabel 4.3. Distribusi lama mengajar subyek penelitian	49
Tabel 4.4. Distribusi pendidikan terakhir subyek penelitian.....	50
Tabel 4.5. Distribusi deksriptif data kecerdasan emosional.....	53
Tabel 4.6. Kategorisasi skor kecerdasan emosional.....	54
Tabel 4.7. Distribusi deskriptif data <i>self-compassion</i>	55
Tabel 4.8. Kategorisasi skor <i>self-compassion</i>	56
Tabel 4.9. Uji Normalitas	57
Tabel 4.10. Uji Linearitas.....	57
Tabel 4.11. Uji Korelasi	58
Tabel 4.12. Uji Signifikansi Keseluruhan	59
Tabel 4.13. Uji Persamaan Regresi	60
Tabel 4.14. <i>Model Summary</i>	60

DAFTAR BAGAN DAN GRAFIK

Bagan	2.1. Kerangka Pemikiran	24
Grafik	4.1. Distribusi jumlah responden berdasarkan jenis kelamin	47
Grafik	4.2. Distribusi jumlah responden berdasarkan usia	48
Grafik	4.3. Distribusi jumlah responden berdasarkan lama mengajar	49
Grafik	4.4. Distribusi jumlah responden berdasarkan pendidikan terakhir	50
Grafik	4.5. Data deskriptif kecerdasan emosional	53
Grafik	4.6. Data deskriptif <i>self-compassion</i>	55
Grafik	4.7. Linearitas antara variabel kecerdasan emosional dengan <i>self Compassion</i>	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Proses adaptasi alat ukur kecerdasan emosional.....	71
Lampiran 2	Proses adaptasi alat ukur <i>self-compassion</i>	72
Lampiran 3	Instrumen uji validitas dan reliabilitas.....	74
Lampiran 4	Analisis data statistik kecerdasan emosional <i>Rasch</i> Model.....	82
Lampiran 5	Analisis data statistik <i>self-compassion Rasch</i> Model	83
Lampiran 6	Instrumen final.....	85
Lampiran 7	Data demografis.....	92
Lampiran 8	Data deskriptif kecerdasan emosional dan <i>self-compassion</i>	93
Lampiran 9	Uji normalitas <i>self-compassion</i> dan kecerdasan emosional.....	97
Lampiran 10	Uji linearitas.....	98
Lampiran 11	Uji korelasi.....	99
Lampiran 12	Uji hipotesis	99
Lampiran 13	Surat <i>expert judgement</i> kecerdasan emosional	101
Lampiran 14	Surat <i>expert Judgement Self-compassion</i>	102
Lampiran 15	Surat izin meneliti.....	103
Lampiran 16	Surat telah mengambil data	108

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara (Undang-Undang No.20 tahun 2003). Setiap orang berhak untuk mendapatkan pendidikan yang layak tidak melihat dari status, agama, suku, ras, maupun golongan tertentu. Hal tersebut sudah diatur dalam undang-undang tentang pendidikan pasal 31 ayat 1 yang menyatakan bahwa “setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan”. Untuk itu anak yang memiliki kebutuhan khusus mempunyai hak yang sama untuk mendapatkan pendidikan.

Heward dan Orlansky (dalam Nida, 2013) mendefinisikan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) merupakan anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi, atau fisik. ABK terbagi menjadi beberapa kategori antara lain anak tunarungu, anak tunagrahita, anak tunanetra, anak tunadaksa, anak tunalaras, anak tunaganda.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah ABK di Indonesia mencapai angka 1,6 juta anak, tetapi hanya sekitar 702.000 anak yang sudah memperoleh pendidikan yang tersebar di Sekolah Luar Biasa (SLB) dan sekolah inklusi. Hal ini disebabkan oleh terhambatnya pembangunan SLB dikarenakan masalah anggaran dan administrasi, serta kurangnya kesadaran orang tua dari ABK untuk mendaftarkan anaknya ke sekolah yang sesuai (Maulipaksi, 2017).

Di Indonesia terdapat 6 kategori SLB yaitu SLB A khusus untuk anak tunanetra, SLB B khusus untuk anak tunarungu, SLB C khusus untuk anak tunagrahita, SLB D khusus untuk anak tunadaksa, SLB E khusus untuk anak tunalaras, SLB G khusus

untuk anak tunaganda. Adanya hambatan fisik dan karakteristik khusus maka ABK memerlukan pelayanan pendidikan khusus yang mengoptimalkan kemampuan mereka.

Terdapat 81 SLB di DKI Jakarta yang terbagi menjadi dua kategori yaitu SLB Negeri dan SLB swasta (publikasi.data.kemdikbud.go.id). Menurut undang-undang No.16 Tahun 2007 mengenai bentuk satuan dan lama pendidikan luar biasa maka SLB terbagi menjadi tingkat Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB), Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama Luar Biasa (SMPLB), Sekolah Menengah Luar Biasa (SMALB), dan bentuk lain yang ditetapkan oleh Menteri.

Dalam mengoptimalkan pelayanan pendidikan yang diberikan oleh SLB maka dibutuhkan peranan guru. Guru sebagai tenaga profesional memiliki tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah (Undang-Undang No 14 Tahun 2005). Guru rentan terhadap situasi menekan yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan kerja, oleh karenanya sebagai guru, kecakapan dan intelektualitas tidaklah cukup untuk melaksanakan tugas, sehingga diperlukan juga kemampuan mengelola emosi dengan tepat (Mulyasa, dalam Wulandari & Ratnaningsih, 2017).

SLB terbagi menjadi beberapa tingkat untuk itu guru yang menangani setiap tingkat pada SLB tentu berbeda khususnya untuk tingkat SDLB. Guru SDLB memiliki tanggung jawab yang berbeda dari guru lainnya karena pendidikan dasar ABK dimulai pada tingkatan ini. Guru tingkat SDLB mempunyai tanggung jawab mengajarkan ABK beberapa kemampuan dasar antara lain kemampuan bina diri. Adanya tuntutan yang berat bagi guru SDLB inilah yang menjadikan guru SDLB sebaiknya memiliki kemampuan untuk mengelola emosi karena adanya perbedaan kebutuhan dan karakteristik anak. Pada setiap guru SLB terdapat perbedaan dalam cara pengelolaan emosi contohnya seperti yang terjadi pada guru SLB di Yogyakarta dan Bandung.

Salah satu guru yang terdapat di SLB Negeri 1 Yogyakarta yang telah mengajar ABK selama 20 tahun menuturkan bahwa kebahagiaannya yang dirasakan saat mengajar adalah melihat adanya perkembangan dari anak didiknya seperti pada saat pertama kali mengikuti kegiatan belajar para murid sering menendang meja dan berdiri diatas meja

tetapi kemudian anak didiknya mengalami kemajuan seiring proses belajar dan mengajar berlangsung. Perkembangan yang diharapkan bukan hanya dari bidang akademik tetapi aspek sikap yang dianggap lebih penting. Metode pengajaran guru akan disesuaikan dengan anak didiknya agar semua anak dapat menguasai materi yang diberikan (Septia, 2017). Di sisi lain terdapat guru yang melakukan kekerasan fisik di SLB di Bandung. Kekerasan fisik dilakukan oleh oknum pengajar SLB. Menurut orang tua ABK ditemukan luka lebam dan luka bakar di tubuh anak tersebut (Sadikin, 2014).

Perbedaan dalam mengelola emosi yang tidak menyenangkan ini diduga akibat dari kurangnya kemampuan dalam pengelolaan emosi. Salah satu guru SLB Maranatha Manado mengakui bahwa sangat sulit mengajar ABK pada saat awal mengajar ia sempat frustrasi akibat kondisi ABK yang memerlukan perhatian lebih dibandingkan mengajar anak reguler (Rompis, 2017).

Studi pendahuluan telah dilakukan pada tiga guru SDLB X di Jakarta Selatan. Hasil wawancara yang dilakukan menunjukkan bahwa guru SDLB merasa senang berhubungan dengan ABK dan menerima kekurangan yang dimiliki oleh setiap anak. Hal ini disebabkan karena saat mereka memilih untuk menjadi guru SDLB, mereka sudah mengetahui resiko yang akan di hadapi. Pada beberapa kondisi guru merasa kesal saat proses mengajar. Perasaan itu muncul saat *mood* anak mudah berubah, kondisi kelas berisik, pertengkaran yang terjadi diantara anak dan tidak adanya peningkatan kemampuan anak. Selain itu masalah lain yang dimiliki guru disekolah salah satunya adalah tuntutan dari orang tua anak yang tidak sabar melihat kurangnya perkembangan anak dan menuntut para guru untuk memberikan pekerjaan rumah (PR) untuk anak-anak mereka. Orang tua juga sering membandingkan metode guru dalam mengajar sehingga guru merasa tidak nyaman. Upaya yang dilakukan guru dalam menghadapi masalah-masalah yang dialami adalah dengan memberikan pengertian kepada orang tua anak bahwa setiap anak memiliki kemampuan yang berbeda. Masalah yang dihadapi oleh guru bukan hanya disekolah tetapi juga dengan keluarga dan orang disekitarnya.

Pada beberapa kondisi siswa sulit untuk diatur seperti berlari-lari di kelas, melempar barang-barang, dan ada yang melukai diri sendiri. Tindakan guru dalam

menghadapi kondisi ini dengan berteriak untuk mengatur kelas, bahkan guru mencubit siswa jika sudah tidak sabar menghadapi kondisi tersebut. Guru juga kerap menangis ketika rasa kesal telah memuncak saat proses mengajar bahkan guru memilih untuk tidak mengajar selama beberapa hari karena tuntutan mengajar yang berat.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dengan tiga guru SDLB X di Jakarta Selatan. Tantangan-tantangan yang terlihat dalam wawancara adalah perlunya dimiliki kemampuan guru untuk mengelola emosinya dan mengelola emosi orang lain agar dapat tetap bertahan dalam memenuhi tugas dan tanggung jawab dalam mengajar ABK. Kemampuan dalam mengelola emosi merupakan salah satu bagian dari kecerdasan emosional. Menurut Goleman (dalam Prastadila & Paramita, 2013) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain sehingga dapat membina hubungan yang baik dengan orang lain. Kecerdasan emosional diperkirakan memiliki peran penting dalam menghasilkan kinerja yang baik pada tenaga pendidik (Jennings & Greenberg, dalam Hosseini dan Zirak, 2016). Menurut Patton (dalam Wulandari & Ratnaningsih, 2017) kecerdasan emosional diperlukan untuk mengatasi masalah dalam kehidupan dan merupakan dasar yang penting untuk menjadi manusia yang bertanggung jawab, penuh perhatian, produktif serta optimis untuk menghadapi masalah. Kecerdasan emosional bukan berarti memberikan kebebasan pada perasaan untuk berkuasa melainkan mengelola perasaan sehingga terekspresikan dalam bentuk tindakan yang tepat dan efektif (Goleman, dalam Prastadila & Paramita, 2013).

Terdapat cara-cara yang dapat dilakukan oleh guru SDLB dalam mengelola perasaan. Upaya yang dapat dilakukan para guru dalam mengatasi emosi yang kurang menyenangkan adalah dengan memiliki sikap terbuka terhadap kesulitan yang dirasakan dan memiliki keinginan untuk meringankan kesulitan tersebut. Sikap ini disebut *self-compassion*. *Self-compassion* berasal dari anggapan bahwa setiap manusia berarti dan berharga terlepas dari karakteristik fisik dan prestasi mereka (Orsillo & Roemer, dalam Tebeb & Awamleh, 2013). Menurut Germer, *self-compassion* merupakan kesediaan diri untuk tersentuh dan terbuka kesadarannya saat

mengalami kesulitan dan tidak menghindari kesulitan tersebut (Hidayati & Maharani, 2013). Definisi lain dikemukakan oleh Neff (2003b) menambahkan bahwa *self-compassion* merupakan respon individu dengan berbuat baik dan memahami diri sendiri saat mengalami suatu kegagalan dengan tidak menjadi terlalu keras terhadap diri sendiri, mengkritisi diri sendiri, dan melihat kegagalan sebagai bagian dari kehidupan manusia. Individu yang mempunyai *self-compassion* tinggi mempunyai ciri mampu menerima kelebihan maupun kelemahan diri sendiri, mampu menerima kesulitan atau kegagalan sebagai sebuah hal umum yang juga dialami oleh orang lain dan mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu (Hidayati & Maharani, 2013).

Self-compassion sangat penting bagi kehidupan kita, untuk membantu manusia dalam menghadapi kesulitan dalam kehidupan dan membantu untuk berhenti menyalahkan diri kita sendiri untuk hal-hal yang tidak dapat dikendalikan. Hal ini dapat memberikan dukungan sosial dan mendorong kepercayaan interpersonal (Crocker & Canevello, dalam Neff & Germer, 2013). Sebagai seorang individu yang berprofesi menjadi guru SDLB tidak mudah untuk menghadapi tuntutan dan tekanan yang berasal dari sekolah, orang tua ABK, dan lingkungan sekitar.

Berdasarkan tuntutan dan tekanan yang telah dikemukakan oleh guru SDLB di Jakarta Selatan. Guru berusaha untuk menerima segala kekurangan serta kondisi-kondisi yang tidak diinginkan seperti naik turunnya kemampuan anak dalam proses belajar dan tidak memaksakan kemampuan anak. Para guru tetap percaya diri, memiliki keyakinan dalam mengajar, dan mencari solusi ketika sedang menghadapi masalah. Mengajar ABK membuat para guru lebih bersyukur dengan kondisi yang lebih baik. Upaya para guru ketika menghadapi masalah dengan melakukan kegiatan di luar sekolah seperti berjalan-jalan dengan rekan kerja, menonton film dengan keluarga dan bercerita mengenai masalah yang dihadapi dengan orang terdekat.

Berdasarkan permasalahan yang telah di jelaskan oleh peneliti, tantangan yang dimiliki guru SDLB adalah menerima dan menghadapi masalah baik masalah pribadi maupun masalah di sekolah. Kondisi ini mengakibatkan guru berusaha untuk menilai dan mengontrol emosi yang dirasakan dan dituntut untuk mengerti kondisinya

sendiri dan kondisi anak yang berbeda-beda serta tuntutan orang tua ABK. Pentingnya upaya mengelola emosi yang dimiliki oleh guru SDLB diperkirakan untuk mencegah tindakan kekerasan pada ABK karena tuntutan mengajar anak dengan kebutuhan dan karakteristik yang berbeda-beda serta mencegah tindakan yang merugikan guru. Peneliti menggunakan subyek guru SDLB Negeri karena rasio antara jumlah ABK dengan jumlah guru tidak sesuai hal ini menambah tuntutan dan tantangan saat mengajar khususnya untuk siswa tunagrahita yang memerlukan 5 guru dalam satu kelas tetapi karena keterbatasan jumlah guru maka hanya terdapat 1 guru untuk menangani siswa tunagrahita (Umbari, 2017). Tentunya tuntutan dan tantangan mengajar pada tingkat SDLB lebih sulit dibandingkan dengan tingkat SMPLB dan SMALB karena ABK memerlukan perhatian lebih dalam beberapa kondisi salah satunya adalah bina diri.

Menurut Akin (2010) terdapat beberapa penelitian yang menyatakan bahwa *self-compassion* memiliki hubungan negatif dengan depresi, *self-critism*, kecemasan, *thought suppression & rumination* dan memiliki hubungan positif dengan kecerdasan emosional, *self-determination*, *interpersonal cognition distortion*, *submissive behavior* dan kepuasan hidup.

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk melihat hubungan antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional yaitu penelitian dari Heffernan, Quinn, Griffin, McNulty, dan Fitzpatrick pada tahun 2010 yang berjudul “*Self-compassion and Emotional Intelligence in Nurses*” hasil dari penelitian ini terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional pada perawat. Penelitian lainnya dilakukan oleh Tebeb dan Awamleh pada tahun 2013 yang berjudul “*The Relationship Between Self-compassion and Emotional Intelligence for University Student*” hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional.

Terdapat penelitian yang telah dilakukan untuk melihat perbandingan antara *self-compassion* dan kecerdasan emosional yaitu penelitian dari Sonal pada tahun 2015 yang berjudul “*Self-Compassion and Emotional Intelligence Of Engineering and Medical College Student*” hasil dari penelitian ini pada mahasiswa teknik dan

kedokteran tidak terdapat perbedaan *self-compassion* tetapi terdapat perbedaan pada kecerdasan emosional.

Berdasarkan penelitian sebelumnya dijelaskan bahwa *self-compassion* berhubungan dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa keperawatan (Senyuva, Kaya, Isik , & Bodur, 2010). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa *self-compassion* dan kecerdasan emosional merupakan dua karakteristik yang memiliki interaksi timbal balik. Kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan seseorang dalam pengaturan diri, kepekaan terhadap pendapat dan emosi diri sendiri dan orang lain, serta memiliki kesediaan untuk melakukan kritik terhadap diri sendiri dalam menemukan solusi untuk suatu masalah diri sendiri maupun orang lain. *Self-compassion* merupakan suatu strategi yang memiliki manfaat dalam pengaturan emosi, terdapat pengalaman emosi yang tidak menyenangkan hal itu merupakan suatu hal yang wajar untuk setiap orang. *Self-compassion* mendorong sikap yang lembut dan baik hati terhadap kesulitan daripada menghindari pengalaman ini dengan memberikan belas kasih terhadap diri sendiri. Seseorang dengan *self-compassion* memiliki pemahaman yang jelas pada situasi yang sedang dialami dengan mengubah emosi negatif menjadi positif.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta. Penelitian ini dilakukan karena masih minimnya penelitian yang menggunakan subyek guru SDLB di Indonesia khususnya untuk pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *self-compassion* pada guru SDLB Negeri di Jakarta?
2. Bagaimana gambaran kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta?
3. Apakah terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta?

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka penulis membatasi permasalahan pada pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta”

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah, dapat dirumuskan masalah “Pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta.

1.6. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah:

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi pembaca.
- b. Memberikan sumbangan yang berguna bagi pengembangan ilmu psikologi.
- c. Menjadi referensi bagi penelitian di masa mendatang.

1.6.2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah:

a. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta.

b. Bagi guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional.

c. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai *self-compassion* dengan kecerdasan emosional.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kecerdasan Emosional

2.2.1. Definisi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk menilai, menerima dan mengelola emosi diri sendiri dan emosi orang lain. Kecerdasan emosional dapat menentukan potensi seseorang untuk mempelajari keterampilan praktis yang di dasarkan pada dua kompetensi yaitu kompetensi pribadi dan sosial (Goleman, 2007). Kecerdasan emosional dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk merasakan emosi, kemudian mengintegrasikan ke dalam pemikiran untuk memahaminya dan mengelolanya (Mayer & Salovey, dalam Bhagat, 2015). Menurut Goleman (2000) kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali dan mengelola perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain sehingga mencapai suatu tujuan. Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu untuk menyadari emosi diri sendiri dan orang lain untuk mengidentifikasi, menilai, dan mengendalikan serta keterampilan untuk memahami pemicu yang menyebabkan emosi (Stanley & Konrath, dalam Teleb 2013). Kecerdasan emosional merupakan serangkaian kemampuan, kompetensi, dan keterampilan non kognitif yang memengaruhi seseorang dalam keberhasilan mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan (Bar-on, 2010). Menurut Goleman (dalam Hosseini & Zirak, 2016) kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam merasakan dan memahami emosi diri sendiri dan orang lain serta mengekspresikan emosi dengan cara yang tepat.

Kecerdasan emosional dapat didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengidentifikasi dan mengelola perasaan orang lain melalui penalaran, pemecahan masalah, pengambilan keputusan, dan komunikasi (Brackett et al, dalam Tok & Dolapcioglu, 2013). Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi mampu memahami tentang perasaan mereka sendiri dan orang lain lalu

mengkomunikasikan perasaan ini dan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain. Kecerdasan emosional membantu seseorang dalam memahami dan mengatur emosi untuk mendorong perkembangan emosi dan intelektualitas.

Kecerdasan emosional dapat dikaitkan dengan perhatian terhadap perasaan, upaya memperbaiki kondisi perasaan dan optimisme. Mayer dan Salovey (dalam Loannidou & Konstantikaki, 2008) beranggapan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam membedakan penilaian mengenai emosi diri sendiri dan orang lain untuk membimbing tingkah laku dan tindakan.

Berdasarkan definisi yang telah dijelaskan diatas, penulis menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam menilai, menerima serta mengontrol emosi diri sendiri dan orang lain yang berkaitan dengan tindakan yang tepat dan efektif dalam menghadapi tekanan dan tuntutan lingkungan sosial.

2.1.2. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Menurut Mayer dan Salovey (dalam Goleman, 1995) kecerdasan emosional terbagi menjadi lima aspek antara lain;

a. Mengenali emosi diri

Kemampuan dalam mengenali dan mengakui emosi yang dirasakan saat timbulnya emosi. Kemampuan dalam mengenali emosi dari waktu ke waktu merupakan dasar dari pemahaman diri. Seseorang yang memiliki kemampuan dalam mengenali dan menilai emosi akan berkaitan dengan pengambilan keputusan yang tepat dalam suatu tindakan.

b. Mengontrol emosi

Kemampuan dalam mengendalikan emosi yang dirasakan agar emosi tersebut dapat terungkap dengan tepat. Seseorang yang memiliki kemampuan dalam mengendalikan emosi akan lebih mudah dalam menangani emosi yang dirasakan dengan cara yang tepat.

c. Memotivasi diri sendiri

Kemampuan dalam mengatur emosi yang dirasakan merupakan suatu hal yang berkaitan dengan cara seseorang dalam memotivasi dan menguasai diri sendiri

serta untuk berkreasi. Dalam memotivasi diri sendiri terdapat suatu upaya untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati.

d. Mengenali emosi orang lain

Kemampuan ini dapat disebut dengan empati. Empati merupakan kemampuan yang berkaitan dengan kesadaran diri. Seseorang yang mampu untuk memberikan empati akan mudah dalam menilai dan memberikan sesuatu yang dibutuhkan atau dikehendaki oleh orang lain.

e. Membina hubungan

Kemampuan dalam mengelola emosi dan membina suatu hubungan dengan orang lain. Kemampuan ini merupakan salah satu penunjang dalam hubungan interpersonal. Seseorang yang dapat membina hubungan dengan orang lain akan berhasil dalam suatu bidang yang berkaitan dengan hubungan sosial.

Menurut Goleman (dalam Loannidou & Konstantikaki, 2008) kecerdasan emosional terbagi menjadi lima aspek antara lain;

a. Kesadaran diri

Kemampuan seseorang untuk mengenali dan menyimpulkan atau memahami dan menghargai emosi yang dirasakan, serta memiliki tolak ukur yang realistis terhadap kelemahan dan kelebihan yang dimiliki serta kepercayaan diri yang kuat.

b. Empati

Kemampuan seseorang untuk memahami emosi orang lain, mengenali sudut pandang yang berbeda, memperhatikan perasaan orang lain tanpa menghakimi atau bersikap menghindar serta menumbuhkan hubungan saling percaya dengan orang lain.

c. Kemampuan sosial

Kemampuan seseorang dalam menilai dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain ketika berinteraksi dengan orang lain pada situasi tertentu sehingga terbentuknya interaksi yang baik. Kemampuan ini dapat memengaruhi seseorang dalam proses bermusyawarah dan bekerja sama dalam sebuah kelompok.

d. Pengelolaan emosi

Kemampuan seseorang dalam mengendalikan dan merasakan suatu emosi yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan. Dalam pengelolaan emosi bukan berarti menyangkal atau menekan emosi yang dirasakan tetapi mengungkapkan emosi dengan cara yang tepat.

e. Motivasi

Kemampuan untuk menggerakkan seseorang dalam mencapai suatu sasaran dan melakukan inisiatif pada suatu kondisi untuk bertahan menghadapi kegagalan dan kecemasan.

Menurut Reuven-Bar On (2010) kecerdasan emosional terbagi menjadi lima aspek antara lain:

a. Intrapersonal

Kemampuan seseorang dalam menilai serta memahami diri sendiri, mengetahui dan memahami suatu emosi yang dirasakan kemudian menunjukkan emosi tersebut secara efektif dan berusaha untuk mencapai tujuan dan mengaktualisasikan potensi diri sendiri. Aspek ini terbagi menjadi 5 subfaktor yaitu *self regard*, kesadaran emosi diri, ketegasan, kemerdekaan, dan aktualisasi diri.

b. Interpersonal

Kemampuan seseorang dalam membangun suatu hubungan yang baik dengan orang lain atau kelompok sosial dalam bentuk kerja sama serta menyadari dan memahami perasaan orang lain. Aspek ini terbagi menjadi 3 subfaktor yaitu empati, tanggung jawab sosial, dan hubungan interpersonal.

c. Adaptabilitas

Kemampuan seseorang dalam membuktikan dan menyesuaikan perasaan dan pemikiran seseorang serta kemampuan dalam memecahkan suatu masalah secara efektif yang bersifat pribadi maupun dengan orang lain. Aspek ini terbagi menjadi 3 subfaktor yaitu *reality testing*, fleksibilitas, dan penyelesaian masalah.

d. Pengelolaan stress

Kemampuan dalam menangani peristiwa dan situasi tidak menyenangkan dengan mengelola dan mengendalikan emosi yang dirasakan. Aspek ini terbagi menjadi 2 subfaktor yaitu toleransi terhadap stres dan *impulse control*.

e. Suasana hati

Kemampuan untuk merasa puas dengan kehidupan, serta menikmati kebersamaan dengan orang lain serta membangun sikap positif ketika dihadapkan dengan kesulitan. Aspek ini terbagi menjadi 2 subfaktor yaitu kebahagiaan dan optimisme.

Berdasarkan aspek-aspek yang telah dijelaskan, peneliti menggunakan aspek kecerdasan emosi dari Goleman yaitu kesadaran diri, empati, kemampuan sosial, pengelolaan emosi, motivasi. Aspek-aspek ini sesuai dengan karakteristik yang harus dimiliki oleh guru SDLB karena tuntutan dan tantangan dalam proses mengajar anak didik dengan karakteristik dan kebutuhan yang berbeda untuk mencegah tindakan kekerasan atau tindakan negatif yang merugikan anak maupun guru.

2.1.2. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kecerdasan Emosional

a. Faktor Jenis Kelamin

Menurut Kafetsios (dalam Goleman, 1995) menemukan adanya perbedaan signifikan kecerdasan emosional antara laki-laki dan perempuan. Perempuan dapat memahami emosi lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini terkait dengan lingkungan sosial yang lebih menekankan emosi kepada perempuan dibandingkan dengan laki-laki.

b. Faktor Fisik

Joseph LeDoux (dalam Goleman, 1995) menjelaskan bahwa amigdala merupakan bagian otak yang berfungsi sebagai pusat tindakan. Terdapat perbedaan pada setiap orang dalam seberapa mudah emosi dipicu, lama emosi berlangsung, dan intensitas

emosi. Hal ini akan meninggalkan bekas ingatan pada amigdala yang memengaruhi dalam kemampuan mengelola emosi.

c. Faktor Keluarga

Lingkungan keluarga memiliki peran penting dalam proses pembelajaran emosi. Hal ini terkait dengan suatu hal yang diucapkan dan dilakukan oleh orang tua kepada anak dalam hal emosi. Anak akan cenderung meniru cara orang tua dalam menilai dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain serta bereaksi terhadap emosi tersebut (Goleman, 1995).

d. Faktor Budaya

Menurut Goleman (1995) terdapat suatu norma di Jepang bahwa seseorang diminta untuk meminimalkan tampilan emosi dengan memasang wajah tanpa perasaan atau melebih-lebihkan apa yang dirasakan seseorang dengan membesar-besarkan ungkapan emosi. Sedangkan budaya di Asia memiliki suatu kebiasaan untuk menutupi emosi yang dirasakan.

Beberapa faktor yang telah dijelaskan di atas memengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Perempuan dapat lebih memahami emosi dibandingkan dengan laki-laki, perbedaan amigdala pada setiap orang memengaruhi dalam kemampuan pengelolaan emosi, anak cenderung meniru cara orang tua dalam menilai dan mengelola emosi, perbedaan budaya memengaruhi dalam menunjukkan tampilan emosi.

2.2. *Self-compassion*

2.2.1. Definisi *Self-compassion*

Self-compassion merupakan sebuah konsep yang di ambil dari filosofi Buddha mengenai cara seseorang untuk mengasihani diri sendiri layaknya mengasihani orang lain yang mengalami kesulitan (Neff, 2003b, dalam Hidayati & Maharani 2013). *Self-compassion* merupakan kasih sayang yang diarahkan ke dalam, berkaitan dengan diri seseorang sebagai objek perhatian dan kepedulian saat menghadapi pengalaman menderita (Neff, 2003a). *Self-compassion* melibatkan kepedulian dan kasih sayang

terhadap diri sendiri dalam menghadapi kesulitan atau ketidakmampuan yang dirasakan (Bennett-Goleman, 2001; Brach, 2003; Hanh, 1997; KornWeld, 1993; Salzberg, 1997). *Self-compassion* merupakan sikap tersentuh dan terbuka atas kesulitan sendiri, bukan menghindari atau melepaskan dari kesulitan tersebut, melainkan memiliki keinginan untuk meringankan kesulitan individu dan menyembuhkan diri sendiri dengan kebaikan (Amstrong, dalam Hidayati & Maharani 2013).

Self-compassion sangat penting bagi kehidupan karena membantu seseorang dalam mengatasi suatu kesulitan dan dapat membantu seseorang berhenti menyalahkan diri sendiri untuk hal-hal yang tidak dapat dikendalikan (Crocker & Canvello, dalam Germer & Neff, 2013). Seseorang yang memiliki *self-compassion* yang tinggi mampu untuk menerima kelebihan dan kelemahan diri sendiri, menilai kesalahan dan kegagalan sebagai hal umum yang dirasakan setiap orang, mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu (Hidayati & Maharani, 2013). Berdasarkan definisi yang telah dijelaskan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa *self-compassion* adalah sikap mengasihi diri sendiri akibat suatu kesulitan yang dirasakan, tidak menghindar terhadap suatu kesulitan dan beranggapan bahwa suatu kesulitan dialami oleh setiap orang dan memaknai kesulitan tersebut sebagai suatu hal positif.

2.2.2. Aspek-Aspek *Self-compassion*

Neff (dalam Germer, 2009) menjelaskan *self-compassion* terdiri dari tiga dimensi;

a. *Self Kindness vs Self Judgment*

Self kindness merupakan suatu komponen untuk menjelaskan kemampuan seseorang dalam memahami dan memaknai suatu kegagalan. *Self kindness* berisi pernyataan positif bahwa seseorang pantas untuk mendapatkan cinta, kebahagiaan, dan kasih sayang walaupun dalam kondisi terburuk sehingga tercipta kenyamanan dalam diri sendiri (Neff, 2011). Dengan *self kindness* seseorang menanggapi kesulitan dengan cara yang hangat dan penuh pengertian.

Self judgment merupakan cara seseorang dalam menilai dan menanggapi kesulitan yang dialami dengan cara memberikan kritik terhadap diri sendiri serta merespon secara berlebihan kesulitan tersebut.

b. *Common Humanity vs Isolation*

Pengakuan terhadap diri sendiri bahwa tidak selalu mendapatkan apa yang diinginkan karena manusia tidak sempurna. Kesadaran akan kegagalan dan kesulitan merupakan suatu hal yang dialami oleh setiap orang. Dengan *common humanity* seseorang merasa kesulitan yang dihadapi merupakan suatu hal yang lumrah.

Isolation merupakan cara seseorang dalam merespon kesulitan yang dirasakan dengan memberikan anggapan bahwa kesulitan tersebut hanya dirasakan oleh dirinya sehingga muncul perasaan malu dan berusaha untuk menarik diri dari lingkungan (Hidayati & Maharani, 2013).

c. *Mindfulness vs Overidentification*

Mindfulness merupakan suatu komponen mengenai kemampuan seseorang dalam menyeimbangkan pikiran ketika dalam situasi yang menekan atau menimbulkan kesulitan (Neff, 2003b). Konsep dasar *mindfulness* adalah melihat segala sesuatu seperti apa adanya dalam artian tidak dilebih-lebihkan atau dikurangi sehingga mampu menghasilkan respon yang benar-benar obyektif dan efektif (Neff, 2011). *Mindfulness* membantu kita dalam mengenali dan memberi jalan keluar mengenai kesulitan yang sedang kita rasakan, dengan tidak mengkritik dan mengisolasi diri sendiri.

Over identification merupakan cara seseorang dalam merespon kesulitan yang dirasakan dengan hilangnya kontrol emosi atau reaksi berlebihan sehingga dapat menyebabkan depresi dan kecemasan.

2.2.3. Hubungan Antar Dimensi *Self-compassion*

Menurut Neff (2003b) ketiga dimensi *self-compassion* secara konseptual berbeda tetapi memengaruhi antara satu dengan yang lainnya.

Self kindness memengaruhi *common humanity* dan *mindfulness*. Seseorang yang bersikap perhatian dan dapat memahami kesulitan yang dialami tidak merasa malu dan tidak menarik diri dari lingkungan sosial. Seseorang dengan *self kindness* berusaha

untuk memberikan makna positif terhadap suatu kesulitan, sehingga memaknai kesulitan tersebut dialami oleh setiap orang dengan tidak melebih-lebihkan kesulitan yang di hadapi.

Common humanity memengaruhi *self kindness* dan *mindfulness*. Menyadari bahwa kesulitan merupakan suatu hal yang di alami oleh setiap orang maka seseorang tidak menyalahkan diri sendiri terhadap kesulitan yang dialami melainkan memberikan perhatian positif terhadap kesulitan yang dialami dan dapat menyeimbangkan pikiran dalam situasi yang menekan.

Mindfulness memengaruhi *self kindness* dan *common humanity*. Seseorang yang menyadari penyebab dari suatu kesulitan tidak akan menghakimi diri sendiri dan menyadari bahwa kesalahan dapat dilakukan oleh semua orang. Ketika seseorang melihat segala sesuatu tidak dilebih-lebihkan atau dikurangi maka respon yang diberikan terhadap suatu kesulitan akan obyektif dan efektif.

2.2.4. Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Self-compassion*

a. Kepribadian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan *self-compassion* berhubungan dengan *The Big Five Personality*. *Self-compassion* memiliki hubungan positif dengan *agreeableness*, *extroversion*, *conscientiousness* dan memiliki hubungan negatif dengan *neuroticism* (Neff, Rude, & Kirkpatrick, 2007b). Seseorang yang memiliki *agreeableness* dan *extroversion* yang tinggi mampu menjalin hubungan sosial yang baik sehingga mampu untuk bersikap baik terhadap orang lain dan diri sendiri serta melihat kesulitan sebagai suatu situasi yang dialami semua manusia.

b. Usia

Pengaruh faktor usia dapat dikaitkan dengan teori tahap perkembangan Erikson yang menjelaskan seseorang yang memiliki *self-compassion* yang tinggi telah mencapai tahap *integrity* hal ini berhubungan dengan penerimaan diri secara positif. *Self-compassion* cenderung berhubungan dengan pengalaman remaja pada penerimaan diri dan kebaikan diri serta mengarah pada sedikitnya penilaian negatif saat mengalami kesulitan. Aspek *mindfulness* membantu mencegah remaja dari peristiwa negatif

dimasa depan yang menimbulkan kecemasan dan perasaan pesimis yang menyebabkan disfungsi psikologis (Nolen & Hoeksema, 1991). Remaja dengan *self-compassion* memiliki hubungan sosial yang baik, sedikit kecemasan dan depresi, serupa dengan penelitian sebelumnya pada orang dewasa (Neff, 2003a; Neff, Pisitsungkagarn, & Hsieh, 2008).

c. Jenis Kelamin

Adanya perbedaan tingkat *self-compassion* antara perempuan dan laki-laki. Perempuan lebih kritis terhadap diri mereka sendiri dan lebih sering menggunakan *self talk* negatif daripada laki-laki (Devore, 2013; Leadbeater, Kuperminc, Blatt, & Hertzog, 1999). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa laki-laki memiliki tingkat *self-compassion* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Perempuan lebih cenderung untuk mengasihi orang lain (Eisenberg & Lennon, dalam Yarnell et al., 2015). Hal ini dipengaruhi oleh peran perempuan dalam masyarakat yang menekankan pada peran pengasuhan dan pengorbanan diri.

d. Budaya

Thailand memiliki tingkat *self-compassion* lebih tinggi dibandingkan dengan Amerika dan Taiwan dalam dimensi *self kindness, mindfulness, common humanity* (Neff, Pisitsungkagarn, & Hsieh, 2008). Markus dan Kitayama (dalam Neff, Pisitsungkagarn, & Hsieh, 2008) mengemukakan teori bahwa orang dalam budaya kolektif Asia mengatakan memiliki konsep diri interdependent berkaitan dengan ketergantungan antara individu satu dengan yang lain, perhatian terhadap orang lain, dan konformitas sosial sedangkan orang dengan budaya individualistik dalam budaya Barat mengatakan memiliki konsep diri independent berkaitan dengan otonomi, memenuhi kebutuhan pribadi dan keunikan individu. *Self-compassion* secara umum dapat ditemukan dalam konsep diri interdependent karena berhubungan dengan *common humanity* dan keterikatan antar individu.

Beberapa faktor yang telah dijelaskan diatas memengaruhi *self-compassion* seseorang. Seseorang yang memiliki kepribadian *agreeableness* dan *extroversion* yang tinggi mampu menjalin hubungan sosial yang baik dan melihat kesulitan sebagai suatu

situasi yang dialami semua manusia, tahap perkembangan seseorang yang telah mencapai tahap *integrity* berkaitan dengan penerimaan diri secara positif, laki-laki memiliki tingkat *self-compassion* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan karena perempuan lebih sering menggunakan *self talk* negatif, konsep diri interdependent yang dimiliki oleh budaya Asia berkaitan dengan *common humanity* dan keterikatan antar individu.

2.2.5. Manfaat *Self-compassion*

a. Care Giver

Orang tua dengan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) akan mengalami stres yang unik dan sulit setiap hari ini disebabkan oleh kebutuhan dan karakteristik anak yang berbeda. Karakteristik pribadi orang tua dalam mendampingi ABK akan memengaruhi bagaimana orang tua menghadapi tekanan dan kesulitan. Hasil menunjukkan bahwa *self-compassion* memainkan peran dalam kaitannya dengan kesejahteraan orang tua anak dengan *autism* (Neff & Faso, 2014). Salah satu aspek *self-compassion* yang memengaruhi kesejahteraan adalah *mindfulness*. Aspek ini berhubungan dengan cara seseorang dalam memberikan perhatian terhadap suatu kejadian dengan sikap terbuka dan rasa ingin tahu (Bishop dkk, dalam Neff & Faso, 2014).

b. Emotional Well Being

Beberapa penelitian menyatakan bahwa *self-compassion* berhubungan negatif dengan depresi dan kecemasan. *Self-compassion* dapat mengurangi dampak dari peristiwa emosi yang tidak menyenangkan. Seseorang dengan *self-compassion* yang tinggi memiliki pandangan yang berbeda terhadap masalah yang dihadapi dengan tidak mengisolasi diri dari lingkungan dan menganggap bahwa masalah yang sedang dihadapi dapat dialami oleh setiap orang (Leary et al., 1997 dalam Neff & Dahm, 2015). Dengan *self-compassion* seseorang memberikan penilaian positif terhadap emosi negatif.

c. Hubungan Interpersonal

Self-compassion dapat meningkatkan hubungan interpersonal. Seseorang yang memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi dapat melihat suatu kesulitan sebagai suatu hal yang wajar di alami oleh setiap orang. Salah satu penelitian menunjukkan seseorang dengan *self-compassion* memberikan dukungan sosial dan mendorong kepercayaan interpersonal (Crocker & Canvelo, 2008 dalam Neff & Dahm, 2015).

Beberapa manfaat *self-compassion* yang telah dijelaskan diatas menunjukkan bahwa *self-compassion* memainkan peran dalam kesejahteraan orang tua dengan anak *autism* yang berkaitan dengan cara memberikan perhatian terhadap suatu kejadian dengan sikap terbuka dan rasa ingin tahu, *self-compassion* dapat mengurangi dampak dari emosi yang tidak menyenangkan hal ini berkaitan dengan memberikan penilaian positif terhadap emosi negatif, *self-compassion* memberikan kepercayaan interpersonal hal ini berkaitan dengan penilaian pada suatu kesulitan merupakan suatu hal yang dialami oleh setiap orang.

2.3. Guru

2.3.1. Definisi Guru

Guru memiliki peran penting dalam kegiatan mengajar bagi peserta didik. Menurut Undang Undang Nomor 14 tahun 2005 pasal 1, guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru sebagai pendidik memiliki fungsi untuk meningkatkan mutu pendidikan. Guru memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan siswa agar siwa dapat mengoptimalkan kemampuan yang mereka miliki.

2.3.2. Guru SDLB

Tenaga pendidik pada satuan pendidikan luar biasa merupakan tenaga kependidikan yang memiliki kualifikasi khusus sebagai guru pada satuan pendidikan luar biasa (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 1991). Guru

pendidikan luar biasa merupakan salah satu komponen pendidikan yang secara langsung memengaruhi tingkat keberhasilan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) dalam tahap perkembangannya. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 16 Tahun 2007 Guru pada SDLB/SMPLB/SMALB, atau bentuk lain yang sederajat harus memiliki kualifikasi akademik pendidikan minimum diploma empat (D-IV) atau sarjana (S1) program pendidikan khusus atau sarjana yang sesuai dengan mata pelajaran yang diajarkan atau diampu, dan diperoleh dari program studi yang terakreditasi.

2.4 Dinamika Hubungan Kecerdasan Emosional dengan *Self-compassion*

Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali dan mengelola perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri (Goleman, 2000). Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi mampu memahami perasaan mereka sendiri dan orang lain, dapat mengkomunikasikan perasaan ini sehingga memiliki hubungan yang baik dengan orang lain. Kecerdasan emosional membantu seseorang dalam menilai dan mengelola emosi untuk mendorong perkembangan emosi dan intelektualitas. Kecerdasan emosional terbagi menjadi lima aspek antara lain kesadaran diri, mengelola emosi, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Kecerdasan emosional dianggap sebagai suatu cara pengelolaan diri yang didalamnya terdapat kemampuan dalam menilai emosi diri sendiri dan orang lain, serta kemampuan seseorang untuk melakukan kritik terhadap diri sendiri dalam menemukan solusi terhadap masalah yang sedang dihadapi. Pengelolaan emosi berkaitan dengan cara seseorang dalam menangani emosi yang kurang menyenangkan dengan mengungkapkan emosi tersebut dengan cara yang tepat. Upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi emosi yang kurang menyenangkan adalah dengan memaknai suatu kesulitan dengan memiliki sikap mengasihi diri sendiri atau belas kasih terhadap diri sendiri. Upaya ini disebut dengan *self-compassion*.

Self-compassion merupakan kasih sayang yang diarahkan ke dalam, berkaitan dengan diri seseorang sebagai objek perhatian dan kepedulian saat menghadapi pengalaman menderita (Neff, 2003a). *Self-compassion* terbagi menjadi tiga dimensi

yaitu *self kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*. Menurut Neff (2010) *self-compassion* yang tinggi memiliki korelasi positif dengan kecerdasan emosional, kepuasan hidup, inisiatif diri, keingintahuan, kebahagiaan, optimisme, dan perasaan positif. *Self-compassion* memiliki manfaat dalam upaya mengatasi suatu kesulitan dengan tidak menyalahkan diri sendiri.

2.5 Kerangka Pemikiran

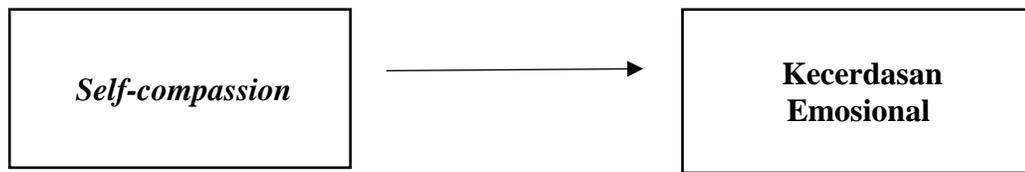
Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Undang-Undang No.20 tahun 2003). Guru memiliki kedudukan sebagai tenaga profesional pada jenjang pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan. Guru pendidikan luar biasa merupakan salah satu komponen pendidikan yang secara langsung memengaruhi tingkat keberhasilan Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) dalam tahap perkembangannya.

Salah satu permasalahan guru SDLB adalah pengelolaan emosi karena tantangan mengajar ABK dengan karakteristik dan kebutuhan yang berbeda serta tuntutan orang tua ABK jika terdapat penurunan tingkat kemampuan anak. Guru SDLB tidak hanya memiliki masalah di sekolah melainkan dengan keluarga maupun lingkungan sekitar. Setiap guru diharapkan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Hal ini dikarenakan apabila seorang guru memiliki kecerdasan emosional yang rendah maka diperkirakan akan mengarah pada tindakan kekerasan pada ABK dan tindakan yang merugikan guru. Seperti pada contoh kasus yang terjadi di Bandung seorang guru SLB melakukan tindakan kekerasan dengan ditemukannya luka lebam dan luka bakar pada tubuh ABK (Tribunnews.com).

Salah satu penyebab tindakan kekerasan diperkirakan karena ketidakmampuan dalam menilai suatu emosi yang kurang menyenangkan. Tindakan kekerasan diperkirakan dapat diminimalisir dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi

pada seorang guru. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi mampu untuk menghadapi emosi yang kurang menyenangkan dengan mengendalikan emosi tersebut serta memahami tentang perasaan mereka sendiri dan orang lain serta mampu mengkomunikasikan perasaan ini dan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain. Hal ini dilakukan untuk menghambat dan meredakan emosi yang dirasakan. Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam mengelola emosi yang kurang menyenangkan dengan sikap tersentuh dan terbuka terhadap suatu kesulitan dengan cara menyeimbangkan pikiran ketika dalam situasi menekan. Salah satu variabel yang memiliki kaitan dengan kecerdasan emosional adalah *self-compassion*. Menurut Neff (2003b) *self-compassion* memiliki tiga dimensi yaitu *self kindness vs self judgment, common humanity vs isolation, mindfulness vs over identification*. *Self-compassion* memiliki kaitan dengan cara seseorang dalam mengelola emosi yang dirasakan. Seseorang dengan *self-compassion* dapat menghadapi kesulitan yang dialami dengan tindakan yang tidak merugikan diri sendiri serta mampu mengubah emosi negatif menjadi emosi positif. Dengan tuntutan dan tantangan yang dimiliki guru SDLB diperlukan untuk memiliki kemampuan dalam memaknai suatu kegagalan dengan tepat dan menilai kegagalan tersebut sebagai suatu hal yang wajar dirasakan oleh setiap orang serta mampu menyeimbangkan pikiran ketika mengalami suatu kesulitan atau kegagalan.

Berdasarkan uraian di atas dan masalah yang dialami oleh guru SDLB, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri. Beberapa penelitian sebelumnya telah ditemukan hubungan antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional akan tetapi minim sekali penelitian dengan subyek guru SDLB Negeri di Indonesia. Maka peneliti ingin melihat adanya pengaruh antara *self-compassion* dan kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta.



Bagan 2.1. Kerangka Pemikiran

2.6. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh antara *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta.

2.7. Hasil Penelitian yang Relevan

Dalam membuat suatu penelitian baru diperlukan penelitian terdahulu. Hal ini berguna untuk memberikan suatu gambaran dan perbandingan dalam penelitian selanjutnya. Dalam penelitian ini, terdapat beberapa hasil penelitian yang relevan dengan topik yang akan diteliti, yaitu;

- a. Penelitian yang telah dilakukan oleh Heffernan, Quinn, McNulty, dan Fitzpatrick tahun 2010 yang berjudul *Self-compassion and Emotional Intelligence in nurses*. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dan *emotional intelligence* pada perawat. Subyek dari penelitian ini adalah perawat yang berasal dari tujuh rumah sakit di daerah New York, USA. Data diperoleh dari 135 perawat. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dengan *emotional intelligence* pada perawat.
- b. Penelitian yang telah dilakukan oleh Senyuva, Kaya, Isik, dan Bodur tahun 2013 yang berjudul *Relationship between self-compassion and emotional intelligence in nursing student*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui korelasi antara *self-compassion* dan *emotional intelligence* pada mahasiswi keperawatan, Subyek dari penelitian ini adalah mahasiswi keperawatan dengan jumlah 571

- orang. Hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi positif antara *self-compassion* dengan *emotional intelligence* pada mahasiswi keperawatan.
- c. Penelitian yang telah dilakukan oleh Teleb dan Awamleh tahun 2013 yang berjudul *The Relationship Between Self-compassion and Emotional Intelligence for University Student*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dan *emotional intelligence* pada mahasiswa. Subyek dari penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Assiut dan Universitas King Khalid Arab dengan jumlah 373 orang. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara *self-compassion* dan *emotional intelligence*.
 - d. Penelitian yang telah dilakukan oleh Andi tahun 2016 yang berjudul *Hubungan Self-Compassion Dengan Kecerdasan Emosional Perawat Di Instalasi Rawat Inap*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dan kecerdasan emosional perawat di Instalasi Rawat Inap. Subyek dari penelitian ini adalah 60 perawat di Instalasi Rawat Inap RS. X. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional.
 - e. Penelitian yang telah dilakukan oleh Sonal pada tahun 2015 yang berjudul *Self-compassion and Emotional Intelligence Of Engineering and Medical College Student*. Penelitian dilakukan untuk melihat perbandingan antara *self-compassion* dan kecerdasan emosional pada mahasiswa dan mahasiswi di fakultas teknik dan kedokteran. Subyek penelitian ini adalah 30 mahasiswa dan 30 mahasiswi teknik dan kedokteran. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan *self-compassion* pada mahasiswa dan mahasiswi teknik dan kedokteran tetapi terdapat perbedaan kecerdasan emosional pada mahasiswa teknik dan kedokteran.
 - f. Penelitian yang telah dilakukan oleh Dyah dan Resnia pada tahun 2017 yang berjudul *Peran Self-Compassion Terhadap Kecerdasan Emosi Pada Remaja Tuna Daksa*. Penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan dan pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional remaja tuna daksa. Subyek penelitian ini adalah 40 remaja tuna daksa. Hasil penelitian menunjukkan

terdapat korelasi positif antara *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional. Aspek *self kindness* dalam *self-compassion* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan emosional remaja tunadaksa.

- g. Penelitian yang telah dilakukan oleh Merry Magdalena pada tahun 2014 yang berjudul Studi Korelasional Mengenai Hubungan Antara *Self-Compassion* dan Kecerdasan Emosional Pada Guru SLB-C di Kota Bandung. Penelitian ini dilakukan untuk melihat korelasi antara *self-compassion* dan kecerdasan emosional pada guru SLB-C Kota Bandung. Hasil penelitian ini *self-compassion* berkorelasi secara signifikan terhadap kecerdasan emosional pada guru SLB-C Kota Bandung.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Tipe Penelitian

Penelitian merupakan kegiatan ilmiah untuk memperoleh pengetahuan yang benar tentang suatu masalah (Sangadji & Sopiah 2010). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Menurut Carmines dan Zeller (dalam Sangadji & Sopiah 2010) penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang datanya dinyatakan dalam angka dan dianalisis dengan teknik statistik. Penelitian kuantitatif memiliki kejelasan unsur tujuan, pendekatan, subyek, sampel, dan sumber data (Cooper & Emory, dalam Sangadji & Sopiah 2010). Pada penelitian kuantitatif ini dalam menganalisis data menggunakan analisis regresi. Penelitian ini ingin melihat apakah terdapat pengaruh antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta.

3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian

3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Sangadji dan Sopiah (2010) variabel adalah konstruk yang diukur dengan berbagai macam nilai untuk memberikan gambaran lebih nyata mengenai fenomena-fenomena. Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016).

Menurut Sekaran (dalam Sangadji & Sopiah 2010) berdasarkan fungsinya variabel dapat dibedakan menjadi dua, yaitu :

- a. Variabel independen adalah tipe variabel yang menjelaskan atau memengaruhi variabel lain. Variabel independen dalam penelitian ini adalah *self-compassion* karena variabel ini tidak dipengaruhi oleh variabel lain.

- b. Variabel dependen adalah tipe variabel yang dijelaskan atau dipengaruhi oleh variabel independen. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional karena variabel ini dipengaruhi oleh variabel independen.

3.2.2. Definisi Konseptual

3.2.2.1 Definisi Konseptual Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam menilai, menerima, mengelola serta mengontrol emosi diri sendiri dan orang lain yang berkaitan dengan suatu tindakan yang tepat dan efektif.

3.2.2.2. Definisi Konseptual *Self-compassion*

Self-Compassion adalah sikap terbuka dan mengasihi diri sendiri akibat suatu kesulitan yang dirasakan, tidak menghindar terhadap suatu kesulitan dan beranggapan bahwa suatu kesulitan dialami oleh setiap orang dan memaknai kesulitan tersebut sebagai suatu hal positif.

3.2.3. Definisi Operasional

3.2.3.1. Definisi Operasional Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan skor total hasil pengukuran pengisian instrumen kecerdasan emosional. Skala disusun berdasarkan pada teori Goleman yang di sesuaikan dengan tujuan penelitian. Kecerdasan emosional diukur dengan mengacu pada dimensi kesadaran diri, pengelolaan emosi , motivasi , empati, keterampilan sosial.

3.2.3.2. Definisi Operasional *Self-compassion*

Self-compassion merupakan skor total hasil pengukuran pengisian instrumen *self-compassion*. Skala disusun berdasarkan pada teori Kristin Neff yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. *Self-compassion* diukur dengan mengacu pada dimensi *self kindness, common humanity, mindfulness, self judgment, isolation, overidentification*.

3.3. Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini populasi adalah guru SDLB Negeri di Jakarta yang menangani lebih dari satu disabilitas dengan jumlah 120 orang.

3.3.2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi untuk dijadikan sebagai bahan penelaahan dengan harapan contoh yang diambil dari populasi tersebut dapat mewakili populasinya (Suryaratri & Rangkuti, 2014). Sampel dapat digunakan ketika populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua karena adanya keterbatasan dana, tenaga dan waktu. Sampel yang diambil dari populasi harus bersifat representatif (Sugiyono, 2016). Sampel pada penelitian ini adalah guru SDLB Negeri di Jakarta yang menangani lebih dari satu disabilitas. Hal ini dikarenakan tuntutan dan tantangan yang lebih besar dibandingkan dengan guru yang mengajar hanya satu disabilitas. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 70 orang.

Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *non-probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk menjadi anggota sampel (Rangkuti, 2015). Pengumpulan data menggunakan *sampling purposive* yang merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu. Adapun kriteria yang ditetapkan antara lain:

1. Guru SDLB Negeri
2. Menangani lebih dari satu disabilitas
3. Aktif mengajar di Jakarta
4. Laki laki ataupun perempuan

3.4. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data menggunakan skala psikologi. Skala merupakan alat ukur psikologi berupa pernyataan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pernyataan tersebut (Azwar, 2012). Bentuk skala yang digunakan adalah skala langsung dimana peneliti memberikan skala kepada sampel untuk menjawab atau mengisi skala. Skala langsung yang diberikan kepada sampel dalam bentuk kuesioner. Menurut Sugiyono (2016) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Dengan menggunakan kuesioner maka pengumpulan data bersifat efisien karena peneliti sudah menetapkan terlebih dahulu variabel yang akan diukur. Kuesioner dapat digunakan untuk pengumpulan data dengan responden berjumlah besar. Pada penelitian ini kuesioner di berikan secara langsung oleh peneliti dengan menemui guru SDLB Negeri di Jakarta. Skala yang diberikan terdiri dari skala untuk variabel kecerdasan emosional serta skala untuk variabel *self-compassion*. Skala pengukuran pada penelitian ini adalah skala *likert*. Menurut Sugiyono (2016) skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, dan pendapat seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.

3.4.1. Instrumen Kecerdasan Emosional

Pada penelitian ini skala kecerdasan emosional yang digunakan merupakan *Emotional Intelligence Questionnaire* yang dibuat oleh Daniel Goleman dan telah dipublikasikan oleh *National Health Service* (NHS). Skala ini dibuat mengacu pada aspek aspek yang telah di kemukakan oleh Daniel Goleman yaitu kesadaran diri, pengelolaan emosi, empati, motivasi dan keterampilan sosial. Skala kecerdasan emosional tersebut telah digunakan oleh peneliti sebelumnya yaitu Miftah (2015) dengan menggunakan subyek guru Sekolah Dasar Negeri di Jakarta Timur.

Pernyataan pada skala kecerdasan emosional disusun menggunakan skala likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (ST), Sangat Sesuai (SS).

Tabel 3.1.
Skoring Skala Kecerdasan Emosional

Kategori Jawaban	Butir <i>Favorable</i>
Sangat Sesuai	5
Sesuai	4
Netral	3
Tidak Sesuai	2
Sangat Tidak Sesuai	1

Tabel 3.2.
***Blueprint* Skala Kecerdasan Emosional**

Aspek	Indikator	Item	Total
Kesadaran diri	Mampu menyadari apa yang dirasakan	1, 6, 11, 16, 21, 34	6
	Mengetahui bagaimana menghadapi situasi dengan emosi yang tepat	26, 36, 46	3
	Mengetahui pengaruh emosi terhadap kemampuan diri	31, 41	2
Mengelola Emosi	Mampu mengendalikan emosi	7, 12, 17, 42, 47	5
	Mampu mengendalikan diri terhadap berbagai situasi	2, 22, 27, 32, 37	5

Motivasi	Memiliki dorongan diri yang kuat	3, 13, 18, 38, 48	5
	Mampu mengatasi hambatan yang datang	8, 23, 28, 33, 43	5
Empati	Memahami apa yang orang lain rasakan	4, 9, 14, 44	4
	Memiliki kesadaran diri terhadap apa yang terjadi di lingkungan	19, 24, 29, 39, 49	5
Keterampilan Sosial	Mampu menjalin hubungan dengan orang lain	5, 10, 20, 35, 40, 45	6
	Mampu bekerja sama dalam kelompok	15, 25, 30, 50	4
TOTAL			50

3.4.2. Instrumen *Self-compassion*

Pada penelitian ini skala *self-compassion* yang digunakan merupakan *Self-compassion Scale* (SCS) yang dibuat oleh Kristin Neff pada tahun 2013. Skala ini dibuat mengacu pada aspek yang telah dikemukakan oleh Neff yaitu *self kindness, common humanity, mindfulness, self judgment, isolation, over identification*. Skala *self-compassion* telah digunakan oleh peneliti sebelumnya yaitu Nur (2017) dengan subyek guru honorer Sekolah Dasar Negeri di Jakarta Utara.

Pernyataan pada skala *self-compassion* disusun menggunakan skala likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban yaitu Tidak Pernah (TP), Jarang (JR), Kadang-kadang (KD), Sering (SR), Selalu (SL). Untuk penskoran pada aspek *self-judgment, isolation, overidentification* skor akan *direverse*.

Tabel 3.3.
Skoring Skala *Self-compassion*

Kategori Jawaban	Butir <i>Favorable</i>
Selalu	5
Sering	4
Kadang-kadang	3
Jarang	2
Tidak Pernah	1

Tabel 3.4.
Blueprint Skala Self-compassion

Aspek	Indikator	Item	Total
<i>Self kindness</i>	Memperlakukan diri sendiri dengan kepedulian lebih saat tertimpa masalah	5, 12, 19, 23, 26	5
<i>Common humanity</i>	Menyadari bahwa masalah merupakan hal yang lumrah bagi semua orang	3, 7, 10, 15	4
<i>Mindfulness</i>	Keterlibatan seseorang pada kesadaran terhadap kejadian masa sekarang secara jelas dan dengan cara yang seimbang, sehingga seseorang tidak menghindar maupun terhanyut dalam aspek diri maupun aspek kehidupan yang tidak disukai	9, 14, 17, 22	4

<i>Self judgement</i>	Melakukan kritik terhadap diri sendiri secara keras dan merespon secara berlebihan pada situasi sulit	1, 8, 11, 16, 21	5
<i>Isolation</i>	Pemikiran irasional seseorang yang menyebabkan sikap menarik diri dari lingkungan	4, 13, 18, 25	4
<i>Over identification</i>	Perasaan terhanyut terlalu dalam oleh kisah menyakitkan yang dialami oleh seseorang di masa lalunya	2, 6, 20, 24	4
TOTAL			26

3.5. Uji Coba Instrumen

Pada penelitian ini uji coba instrumen dilakukan untuk menentukan validitas dan reliabilitas pada instrumen sebelum digunakan untuk data final. Uji validitas dilakukan untuk mengukur seberapa jauh instrumen tersebut mengukur apa yang seharusnya diukur. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengukur seberapa jauh instrumen menghasilkan data yang sama bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama. Pada penelitian ini uji validitas dan uji reliabilitas menggunakan Model *Rasch* kemudian diproses menggunakan aplikasi *Winsteps*.

Model *Rasch* digunakan pada penelitian ini karena skor yang dihasilkan bukan merupakan skor mentah melainkan skor murni yang bebas dari error. Model *Rasch* telah memenuhi kriteria pengukuran yang obyektif dan menghasilkan data yang terbebas dari pengaruh karakteristik penilai, jenis subyek, dan karakteristik alat ukur (Sumintono & Widhiarso, 2014). Uji coba instrumen dilakukan pada subyek dengan kriteria guru SDLB Negeri di Jakarta.

Menurut Sugiyono (2016) validitas dapat dikatakan bahwa instrumen tersebut dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Uji validitas pada penelitian ini

menggunakan kriteria Model *Rasch* yang berlaku menurut Sumitono & Widhiarso (2014) yaitu;

- a. Menggunakan nilai INFIT MNSQ dari setiap butir soal dan dibandingkan dengan jumlah SD (*Standar Deviation*) dan MEAN. Jika nilai INFIT MNSQ lebih besar dari jumlah MEAN dan SD maka butir soal tersebut tidak dapat digunakan
- b. Nilai *Outfit Mean Square* (MNSQ) yang diterima: $0.5 < \text{MNSQ} < 1.5$
- c. Nilai *Outfit Z-Standar* (ZSTD) yang diterima: $-2.0 < \text{ZSTD} < +2.0$
- d. Nilai *Point Measure Correlation* (Pt Mean Corr): $0.4 < \text{Pt Mean Corr} < 0.85$

Pada penelitian ini, uji validitas menggunakan kriteria a yaitu menggunakan nilai INFIT MNSQ dari setiap butir soal dan dibandingkan dengan jumlah SD (*Standar Deviation*) dan MEAN. Jika nilai INFIT MNSQ lebih besar dari jumlah MEAN dan SD maka butir soal tersebut tidak dapat digunakan.

Menurut Sugiyono (2016) menjelaskan bahwa reliabilitas mengacu pada instrumen yang dapat menghasilkan data yang sama walaupun telah digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama. Pada penelitian ini uji reliabilitas menggunakan kriteria Model *Rasch* yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.5.

Kaidah reliabilitas model *Rasch*

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
>0,94	Istimewa
0,91 – 0,94	Bagus Sekali
0,81 – 0,90	Bagus
0,67 – 0,80	Cukup
< 0,67	Lemah

3.5.1. Uji Coba Instrumen Kecerdasan Emosional

Skala kecerdasan emosional merupakan skala unidimensi karena memiliki variance raw score sebesar 25,2%. Pada proses uji coba instrumen ini akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas untuk mendapatkan item-item soal yang gugur. Proses perhitungan validitas dan reliabilitas dilakukan secara terpisah. Uji validitas item kecerdasan emosional dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 3.6.
Hasil uji validitas skala kecerdasan emosional

Dimensi	Indikator	Item Gugur	Item yang dapat digunakan	Total
Kesadaran Diri	Mampu menyadari apa yang dirasakan		1, 6, 11, 16, 21, 34	6
	Mengetahui bagaimana menghadapi sesuatu dengan emosi yang tepat		26, 36, 46	3
Mengelola Emosi	Mengetahui pengaruh emosi terhadap kemampuan diri	31	41	1
	Mampu mengendalikan emosi	17	7, 12, 42, 47	4
	Mampu mengendalikan		2, 22, 27, 32, 37	5

	diri terhadap berbagai situasi			
Motivasi	Memiliki dorongan diri yang kuat	3, 48	13, 18, 38	3
	Mampu mengatasi hambatan yang dating	28	8, 23, 33, 43	4
Empati	Memahami apa yang orang lain rasakan		4, 9, 14, 44	4
	Memiliki kesadaran diri terhadap apa yang terjadi di lingkungan		19, 24, 29, 39, 49	5
Keterampilan Sosial	Mampu menjalin hubungan dengan orang lain	35	5, 10, 20, 40, 45	5
	Mampu bekerjasama dalam kelompok	30	15, 25, 50	3
TOTAL		7		43

Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan maka terdapat 43 butir item valid, adapun 7 item yang gugur dalam uji validitas ini antara lain item 17, 28, 31, 35, 30, 3, 48.

Tabel 3.7.
Blueprint final skala uji coba kecerdasan emosional

Dimensi	Indikator	Item	Total
Kesadaran Diri	Mampu menyadari apa yang dirasakan	1, 6, 11, 16, 21, 34	6
	Mengetahui bagaimana menghadapi sesuatu dengan emosi yang tepat	26, 36, 46	3
Mengelola Emosi	Mengetahui pengaruh emosi terhadap kemampuan diri	41	1
	Mampu mengendalikan emosi	7, 12, 42, 47	4
Motivasi	Mampu mengendalikan diri terhadap berbagai situasi	2, 22, 27, 32, 37	5
	Memiliki dorongan diri yang kuat	13, 18, 38	3
Empati	Mampu mengatasi hambatan yang dating	8, 23, 33, 43	4
	Memahami apa yang orang lain rasakan	4, 9, 14, 44	4
	Memiliki kesadaran diri terhadap apa yang terjadi di lingkungan	19, 24, 29, 39, 49	5
Keterampilan Sosial	Mampu menjalin hubungan dengan orang lain	5, 10, 20, 40, 45	5
	Mampu bekerjasama dalam kelompok	15, 25, 50	3
Total			43

Tabel 3.8.
Koefisien *item reliability* skala kecerdasan emosional

Skala	Koefisien Reliabilitas	Kriteria
Kecerdasan Emosional	0, 81	Bagus

Berdasarkan uji reliabilitas maka dapat diketahui bahwa reliabilitas skala kecerdasan emosional termasuk dalam kriteria bagus dengan koefisien reliabilitas sebesar 0, 81.

3.5.2. Uji Coba Instrumen *Self-compassion*

Tabel 3.9.
Hasil uji validitas skala *self-compassion*

Dimensi	Indikator	Item Gugur	Item yang dapat digunakan	Total
<i>Self kindness</i>	Memperlakukan diri sendiri dengan kepedulian lebih saat tertimpa masalah		5, 12, 19, 23, 26	5
<i>Common humanity</i>	Menyadari bahwa masalah merupakan hal yang lumrah bagi semua orang	3, 15, 7	10	1
<i>Mindfulness</i>	Keterlibatan seseorang pada kesadaran terhadap kejadian masa sekarang secara		9, 14, 17, 22	4

	jelas dan dengan cara yang seimbang, sehingga seseorang tidak menghindar maupun terhanyut dalam aspek diri maupun aspek kehidupan yang tidak disukai			
<i>Self judgment</i>	Melakukan kritik terhadap diri sendiri secara keras dan merespon secara berlebihan pada situasi sulit		1, 8, 11, 16, 21	5
<i>Isolation</i>	Pemikiran irasional seseorang yang menyebabkan sikap menarik diri dari lingkungan		4, 13, 18, 25	4
<i>Over identification</i>	Perasaan terhanyut terlalu dalam oleh kisah menyakitkan yang dialami oleh seseorang di masa lalunya	24	2, 6, 20	3
Total		4		22

Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan terdapat 22 item valid, adapun 4 item gugur dalam uji validitas ini antara lain item 15, 24, 3, 7.

Tabel 3.10.

Blueprint final skala self-compassion

Dimensi	Indikator	Item	Total
<i>Self kindness</i>	Memperlakukan diri sendiri dengan kepedulian lebih saat tertimpa masalah	5, 12, 19, 23, 26	5
<i>Common humanity</i>	Menyadari bahwa masalah merupakan hal yang lumrah bagi semua orang	10	1
<i>Mindfulness</i>	Keterlibatan seseorang pada kesadaran terhadap kejadian masa sekarang secara jelas dan dengan cara yang seimbang, sehingga seseorang tidak menghindar maupun terhanyut dalam aspek diri maupun aspek kehidupan yang tidak disukai	9, 14, 17, 22	4

<i>Self judgment</i>	Melakukan kritik terhadap diri sendiri secara keras dan merespon secara berlebihan pada situasi sulit	1, 8, 11, 16, 21	5
<i>Isolation</i>	Pemikiran irasional seseorang yang menyebabkan sikap menarik diri dari lingkungan	4, 13, 18, 25	4
<i>Over identification</i>	Perasaan terhanyut terlalu dalam oleh kisah menyakitkan yang dialami oleh seseorang di masa lalunya	2, 6, 20	3
Total			22

Tabel 3.11.

Koefisien *item reliability* skala *self-compassion*

Skala	Koefisien Reliabilitas	Kriteria
<i>Self-compassion</i>	0, 81	Bagus

Berdasarkan uji reliabilitas maka dapat diketahui bahwa reliabilitas skala *self-compassion* termasuk dalam kriteria bagus dengan koefisien reliabilitas sebesar 0, 81.

3.6. Analisis Data

3.6.1. Uji Statistik

Pada penelitian ini proses penganalisisan data menggunakan aplikasi Winstep 3.73 dan analisis hipotesis menggunakan aplikasi SPSS 16.0.

3.6.1.1. Uji Normalitas

Menurut Rangkuti (2012) uji normalitas bertujuan untuk mengukur data sampel apakah berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Pada penelitian ini uji normalitas menggunakan rumus residu Kolmogorov.

3.6.1.2. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel. Jika p lebih kecil dari α (0,05) maka kedua variabel tersebut dapat dikatakan bersifat linear antara satu sama lain.

3.6.1.3. Uji Korelasi

Uji korelasi bertujuan untuk menunjukkan hubungan timbal balik antara kedua variabel (Rangkuti, 2015). Pada penelitian ini uji korelasi menggunakan korelasi *product moment*.

3.6.1.4. Uji Analisis Regresi

Analisis regresi bertujuan untuk mengetahui hubungan sebab akibat antara variabel terikat dengan variabel bebas. Analisis regresi dapat dilakukan jika terdapat korelasi yang signifikan antara dua variabel penelitian (Rangkuti, 2015). Pada penelitian ini jenis analisis regresi yang digunakan adalah analisis regresi linier satu prediktor. Alasan menggunakan analisis ini karena hanya terdapat satu variabel prediktor untuk memprediksi variabel kriterium (Rangkuti, 2015). Rumus yang digunakan untuk menghitung analisis regresi linier satu prediktor sebagai berikut :

$$Y = a+bX$$

Keterangan :

Y : Variabel yang diprediksi

X : Variabel Prediktor

a : Konstanta

b : Koefisien Prediktor

3.7. Hipotesis Statistik

Ho : $r = 0$

Ha : $r \neq 0$

Ho : Tidak terdapat pengaruh antara *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional

Ha : Terdapat pengaruh antara *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Deskripsi Subyek

Pada penelitian ini peneliti menggunakan subyek guru SDLB negeri di Jakarta dengan jumlah subyek sebanyak 70 orang berdasarkan karakteristik yang telah ditentukan, maka responden dalam penelitian ini adalah guru SDLB negeri yang mengajar aktif di Jakarta dan mengajar lebih dari satu disabilitas.

4.1.1. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

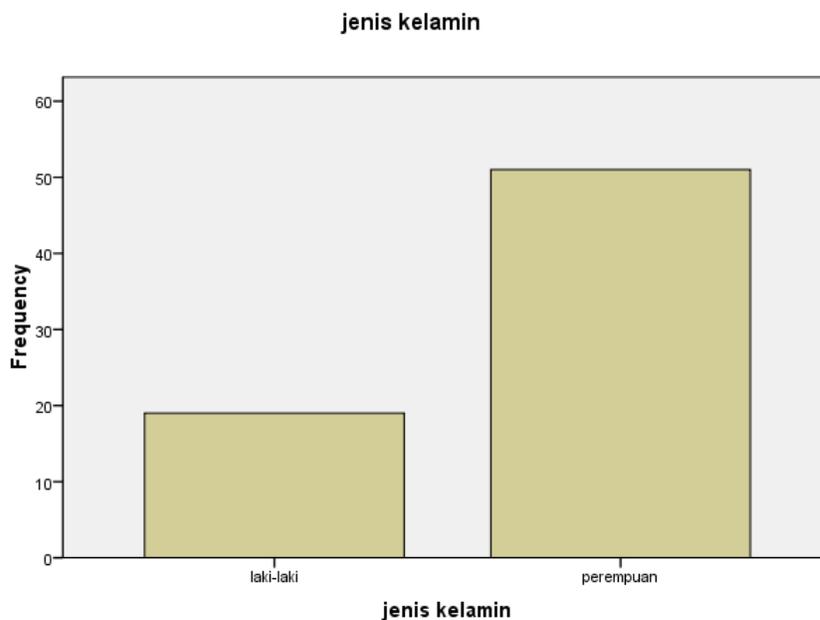
Gambaran subyek penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.1.

Distribusi jenis kelamin subyek penelitian

Jenis Kelamin	N	Persentase
Laki-laki	19	27,1%
Perempuan	51	72,9%
Total	70	100%

Berdasarkan data pada tabel 4.1 diketahui jumlah dan presentase jenis kelamin dalam penelitian ini dengan subyek sebanyak 70 orang. Subyek dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 19 orang dengan presentase (27,1%) dan subyek dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 51 orang dengan presentase (72,9%). Data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa subyek perempuan lebih banyak di bandingkan dengan subyek laki-laki. Bentuk penggambaran berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada grafik 4.1 berikut ini:



Grafik 4.1. Distribusi jumlah responden berdasarkan jenis kelamin

4.1.2. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia

Gambaran subyek penelitian berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel berikut ini:

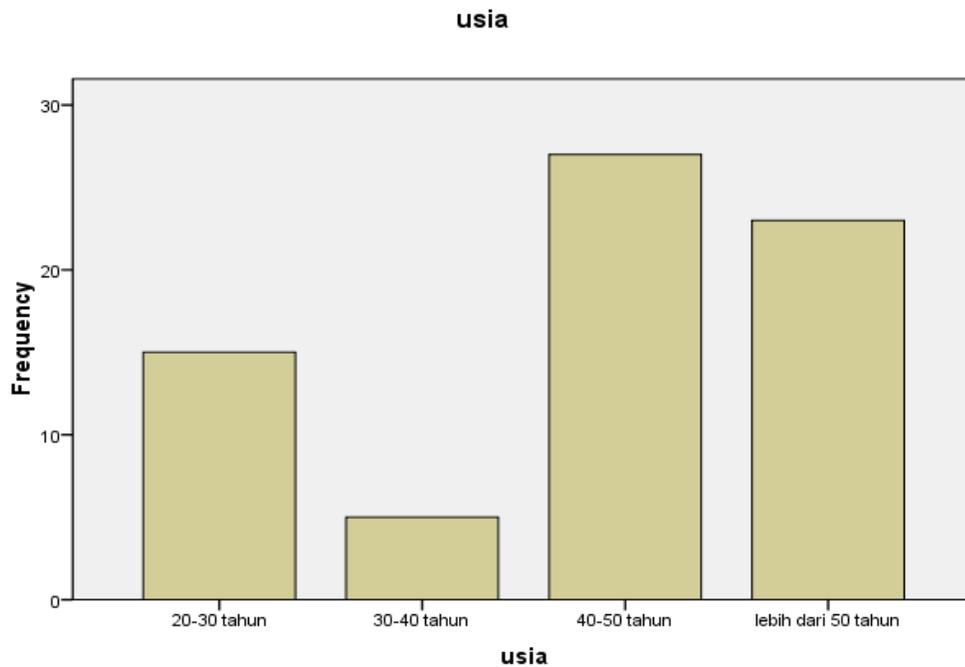
Tabel 4.2.

Distribusi usia subyek penelitian

Usia	N	Persentase
20-30 Tahun	15	21,4%
30-40 Tahun	5	7,1%
40-50 Tahun	27	38,6%
50 Tahun ke atas	23	32,9%
Total	70	100%

Berdasarkan data pada tabel 4.2 diketahui jumlah dan presentase usia dalam penelitian ini dengan subyek sebanyak 70 orang. Subyek dengan rentang usia 20-30 tahun berjumlah 15 orang dengan presentase (21,4%), subyek dengan rentang usia 30-40 tahun berjumlah 5 orang dengan presentase (7,1%), subyek dengan rentang usia 40-

50 tahun berjumlah 27 orang dengan presentase (38,6%), subyek dengan rentang usia 50 tahun ke atas berjumlah 23 orang dengan presentase (32,9%). Data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa subyek penelitian terbanyak berada pada rentang usia 40-50 tahun. Bentuk penggambaran berdasarkan usia dapat dilihat pada grafik 4.2 berikut ini:



Grafik 4.2. Distribusi jumlah responden berdasarkan usia

4.1.3. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Lama Mengajar

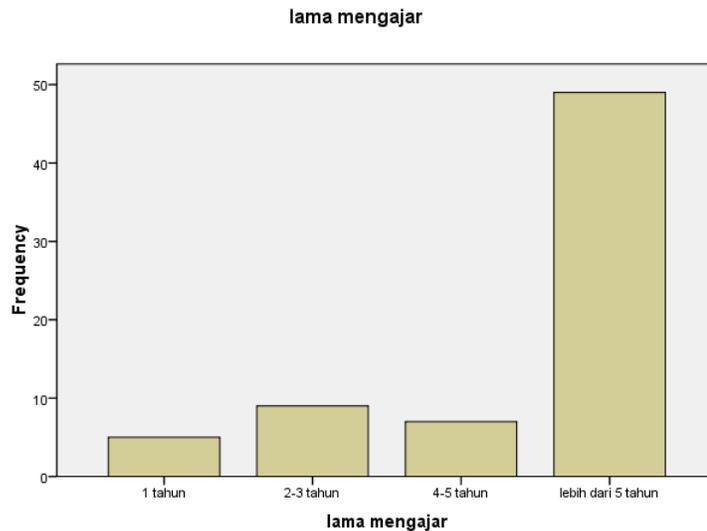
Gambaran subyek penelitian berdasarkan lama mengajar dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.3.

Distribusi lama mengajar subyek penelitian

Lama Mengajar	N	Persentase
1 Tahun	5	7,1%
2-3 Tahun	9	12,9%
4-5 Tahun	7	10,0%
5 Tahun ke atas	49	70,0%
Total	70	100%

Berdasarkan data pada tabel 4.3 diketahui jumlah dan presentase lama mengajar dalam penelitian ini dengan subyek sebanyak 70 orang. Subyek dengan lama mengajar selama 1 tahun berjumlah 5 orang dengan presentase (7,1%), lama mengajar selama 2-3 tahun berjumlah 9 orang dengan presentase (12,9%), lama mengajar selama 4-5 tahun berjumlah 7 orang dengan presentase (10,0%), lama mengajar selama 5 tahun ke atas berjumlah 49 orang dengan presentase (70,0%). Data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa subyek penelitian terbanyak telah mengajar selama 5 tahun ke atas. Bentuk penggambaran berdasarkan lama mengajar dapat dilihat pada grafik 4.3 berikut ini:



Grafik 4.3 Distribusi lama mengajar subyek penelitian

4.1.4 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir

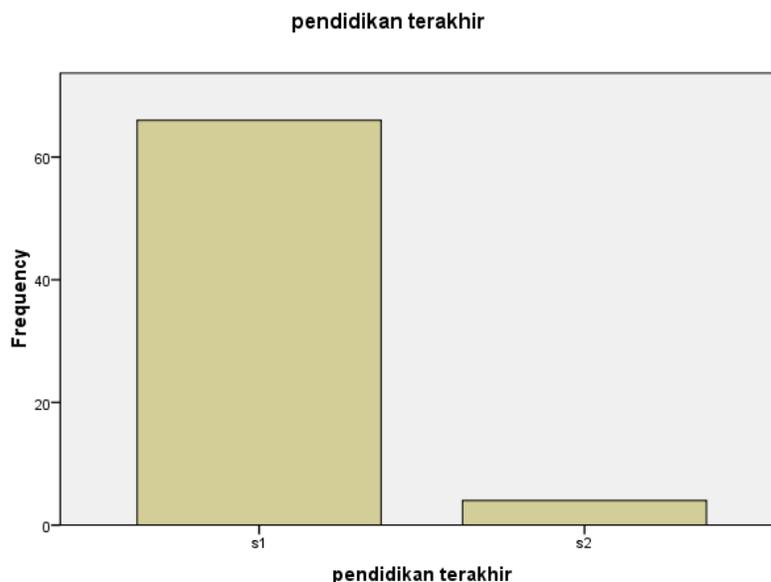
Gambaran subyek penelitian berdasarkan pendidikan terakhir dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.4.

Distribusi lama mengajar subyek penelitian

Pendidikan Terakhir	N	Persentase
Strata 1 (s1)	66	94,3 %
Strata 2 (s2)	4	5,7 %
Total	70	100%

Berdasarkan data pada tabel 4.4 diketahui jumlah dan presentase pendidikan terakhir guru dalam penelitian ini dengan subyek sebanyak 70 orang. Subyek dengan pendidikan terakhir s1 berjumlah 66 orang dengan presentase (94,3%), subyek dengan Pendidikan terakhir s2 berjumlah 4 orang dengan presentase (5,7%). Bentuk penggambaran berdasarkan lama mengajar dapat dilihat pada grafik 4.4 berikut ini:



Grafik 4.4. Distribusi pendidikan terakhir subyek penelitian

4.2. Prosedur Penelitian

4.2.1. Persiapan Penelitian

Penelitian ini diawali dengan mencari fenomena yang kerap terjadi di dunia pendidikan khususnya Sekolah Luar Biasa (SLB). Selanjutnya peneliti melakukan studi pendahuluan ke beberapa guru SLB swasta dan negeri. Hasil wawancara yang telah dilakukan dengan tiga orang guru SDLB dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang kerap terjadi adalah pengelolaan emosi guru dalam mengajar ABK dan menghadapi tuntutan orang tua ABK khususnya untuk guru tingkat SD karena tuntutan dalam proses mengajar lebih banyak. SLB negeri dipilih karena pada SLB negeri guru tingkat SD hanya mengajar pada tingkat SD tidak mengajar pada tingkat SMP dan SMA serta rasio antara jumlah guru dengan jumlah murid yang tidak sesuai ditambah dengan fasilitas sekolah yang kurang mendukung untuk para siswa. Sedangkan guru SDLB pada SLB swasta mengajar di berbagai tingkat.

Setelah melakukan studi pendahuluan, peneliti melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing mengenai hasil dari wawancara yang telah dilakukan untuk menentukan variabel penelitian yang sesuai dengan fenomena yang ada di lapangan.

Variabel kecerdasan emosional dipilih sebagai variabel *dependent* dan variabel *self-compassion* sebagai variabel independen. Setelah dosen pembimbing menyetujui variabel yang telah ditentukan maka peneliti mulai mencari literatur untuk persiapan menyusun bab 1 sampai dengan bab 3.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan instrumen yang telah digunakan oleh peneliti sebelumnya yang sesuai dengan penelitian terkait. Instrumen variabel kecerdasan emosional menggunakan instrumen asli yang sudah melalui proses *translate* dan *back translate* oleh peneliti sebelumnya Miftah (2015). Skala kecerdasan emosional yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang dikembangkan oleh *National Health Service* (NHS) yang disusun berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosional dari Daniel Goleman. Pada skala *self-compassion* peneliti juga menggunakan skala asli *Self Compassion Scale* (SCS) yang dikembangkan oleh Kristin Neff pada tahun 2013 yang sudah melalui proses *translate* dan *back translate* oleh peneliti sebelumnya Nur (2017). Setelah menentukan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini dan disetujui oleh dosen pembimbing maka peneliti melakukan *expert judgment* untuk memvalidasi instrumen tersebut karena terdapat beberapa adaptasi pada item untuk disesuaikan dengan subyek penelitian.

Proses selanjutnya adalah uji coba item yang dilakukan pada 30 orang guru SDLB Negeri 2 Jakarta pada tanggal 23-25 Mei 2018. Hasil dari uji coba tersebut mendapatkan item-item valid untuk pengambilan data final.

4.2.2. Pelaksanaan Penelitian

Proses pengambilan data final diawali dengan meminta izin dari SDLB Negeri yang ada di Jakarta dengan mengunjungi satu persatu sekolah tersebut. Peneliti membawa surat izin dari kampus untuk disetujui oleh pihak sekolah dari 7 SDLB negeri yang ada di Jakarta terdapat 4 sekolah yang menyetujui untuk pengambilan data, sedangkan 1 sekolah sudah digunakan untuk uji coba. Pengambilan data dilakukan dengan memberikan kuesioner kepada guru SDLB negeri. Peneliti mendatangi langsung ke sekolah untuk memberikan kuesioner dan memberikan petunjuk pengisian. Pihak sekolah meminta agar kuesioner tersebut ditinggal kemudian akan

memberikan informasi ketika kuesioner tersebut sudah dapat di ambil. Alasan pihak sekolah untuk permintaan ini adalah karena kesibukan para guru. Pengambilan data final dilaksanakan pada tanggal 30 Mei-13 Juni 2018. Subyek yang terkumpul dan mengisi kuesioner ini sebanyak 70 orang.

4.3. Hasil Analisis Data Penelitian

4.3.1 Data Deskriptif Kecerdasan Emosional

Data variabel kecerdasan emosional diperoleh melalui pengisian skala dengan jumlah item sebanyak 43 butir yang telah diisi oleh 70 orang. Berdasarkan data yang telah diperoleh dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut ini:

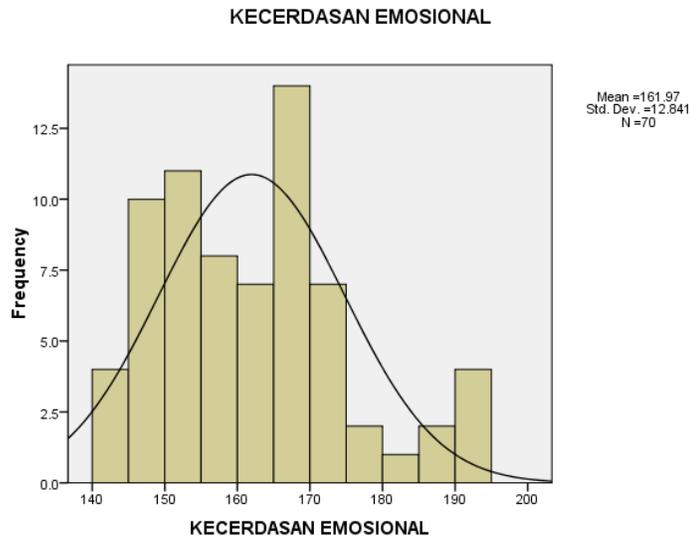
Tabel 4.5.

Distribusi deskriptif data kecerdasan emosional

Statistik	Nilai Pada Output
Mean	161,97
Median	160,50
Modus	168
Standar Deviasi	12,841
Varians	164,898
Range	48
Nilai Minimum	144
Nilai Maksimum	192
Sum	11338

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa variabel kecerdasan emosional memiliki mean sebesar 161,97, nilai median sebesar 160,50, nilai modus sebesar 168, nilai standar deviasi sebesar 12,841, nilai varians sebesar 164,898, nilai range sebesar

48, nilai minimum sebesar 144, nilai maksimum sebesar 192. Data deskriptif variabel kecerdasan emosional dalam grafik dapat dilihat pada grafik 4.5 berikut ini:



Grafik 4.5. Data deskriptif kecerdasan emosional

4.3.1.1. Kategorisasi Skor Data Kecerdasan Emosional

Kategorisasi variabel kecerdasan emosional terbagi menjadi dua kategori yaitu rendah dan tinggi berdasarkan mean empirik. Pengkategorian rendah dan tinggi dilakukan berdasarkan perhitungan mean dari frekuensi pada SPSS 16.0. Berikut ini pembagian kategori skor kecerdasan emosional.

Rendah jika : $X < \text{Mean}$
 $X < 161,97$

Tinggi jika : $X > \text{Mean}$
 $X > 161,97$

Tabel 4.6.

Kategorisasi skor kecerdasan emosional

Kategorisasi Skor	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 161,97$	36	51,4%
Tinggi	$X \geq 161,97$	34	48,6%
Total		70	100%

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui bahwa terdapat 36 orang (51,4%) yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah dan 34 orang (48,6%) yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Dapat disimpulkan bahwa sebagian subyek dalam penelitian ini memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah.

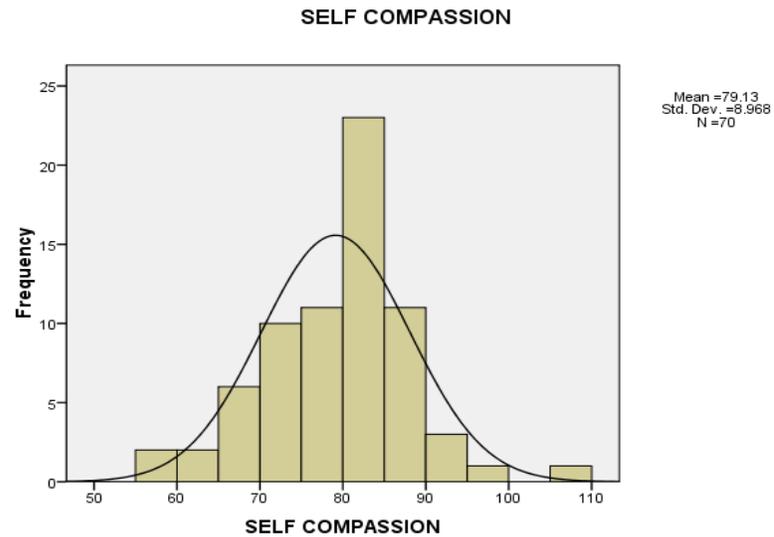
4.3.2. Data Deskriptif *Self-Compassion*

Data variabel *self-compassion* diperoleh melalui pengisian skala dengan jumlah item sebanyak 22 butir yang telah diisi oleh 70 orang. Berdasarkan data yang telah diperoleh dapat dilihat pada tabel 4.7 berikut ini:

Tabel 4.7.
Distribusi deskriptif data *self-compassion*

Statistik	Nilai Pada Output
Mean	79,13
Median	160,50
Modus	81
Standar Deviasi	8,968
Varians	80,433
Range	50
Nilai Minimum	58
Nilai Maksimum	108
Sum	5539

Berdasarkan tabel 4.7 dapat dilihat bahwa variabel *self-compassion* memiliki mean sebesar 79,13, nilai median sebesar 160,50, nilai modus sebesar 81, nilai standar deviasi sebesar 8,968, nilai varians sebesar 80,433, nilai range sebesar 50, nilai minimum sebesar 58, nilai maksimum sebesar 108. Data deskriptif variabel kecerdasan emosional dalam grafik dapat dilihat pada grafik 4.7 berikut ini:



Grafik 4.6. Data deskriptif *self-compassion*

4.3.2.1. Kategorisasi Skor Data *Self-Compassion*

Kategorisasi variabel *self-compassion* terbagi menjadi dua kategori yaitu rendah dan tinggi. Pengkategorian rendah dan tinggi dilakukan berdasarkan perhitungan mean dari frekuensi pada SPSS 16.0. Berikut ini pembagian kategori skor *self-compassion*.

Rendah jika : $X < \text{Mean}$

$X < 79,13$

Tinggi jika : $X > \text{Mean}$

$X > 79,13$

Tabel 4.8.

Kategorisasi skor *self-compassion*

Kategorisasi Skor	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 79,13$	31	44,3%
Tinggi	$X \geq 79,13$	39	55,7%
Total		70	100%

Berdasarkan tabel 4.8 dapat diketahui bahwa terdapat 31 orang (44,3%) yang memiliki tingkat *self-compassion* yang rendah dan 39 orang (55,7%) yang memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi. Dapat disimpulkan bahwa sebagian subyek dalam penelitian ini memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi.

4.3.3. Uji Normalitas

Pada penelitian ini uji normalitas atas kedua variabel dilakukan menggunakan SPSS 16.0, dengan ketentuan jika nilai $p > \alpha$ maka penyebaran data bersifat normal (Rangkuti, 2012). Berikut tabel 4.9 menjelaskan mengenai uji normalitas kedua variabel.

Tabel 4.9
Uji Normalitas

Variabel	Nilai p	α	Interpretasi
Kecerdasan Emosional atas <i>Self-compassion</i>	0,352	0,05	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel 4.9 dapat diketahui bahwa kecerdasan emosional atas *self-compassion* memiliki nilai probabilitas sebesar 0,352. Kriteria data berdistribusi normal menurut rumus Kolmogorov smirnov adalah apabila nilai p lebih besar dari α . Pada perhitungan di atas didapatkan nilai $p = 0,352 > \alpha$, maka dapat disimpulkan bahwa data dari kedua variabel bersifat normal.

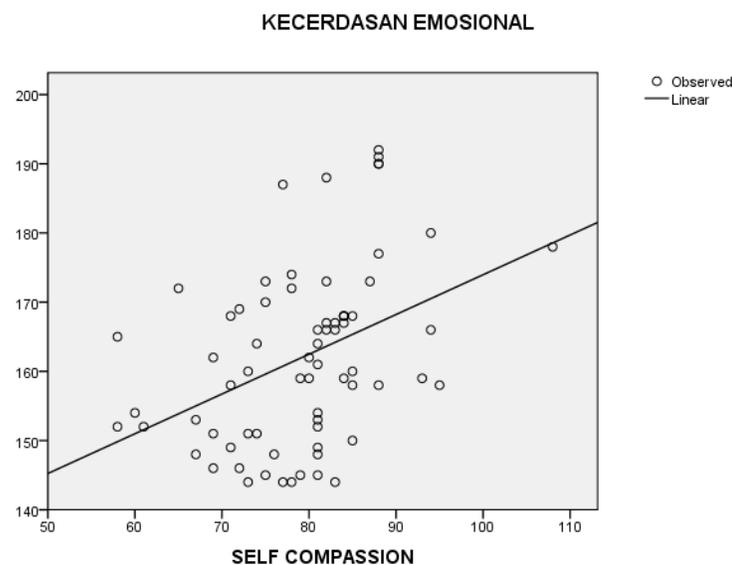
4.3.4. Uji Linearitas

Uji linearitas antar kedua variabel diuji dengan menggunakan SPSS 16.0, dengan ketentuan jika $p < \alpha$ maka kedua variabel bersifat linear. Berikut tabel 4.10 menjelaskan mengenai linearitas kedua variabel.

Tabel 4.10.
Uji Linearitas

Dimensi	Nilai p	α	Interpretasi
Kecerdasan Emosional dengan <i>Self-Compassion</i>	0,001	0,05	Linear

Berdasarkan tabel 4.10 diketahui bahwa variabel kecerdasan emosional dan *self-compassion* memiliki nilai $p = 0,001$ yang menunjukkan kedua variabel memiliki nilai p lebih kecil daripada α ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dengan *self-compassion* memiliki hubungan yang linear. Hubungan antara kedua variabel juga dapat dilihat pada grafik 4.10 berikut ini:



Grafik 4.7. Linearitas antara variabel kecerdasan emosional dengan *self-compassion*

4.3.5. Uji Korelasi

Uji korelasi antar kedua variabel diuji dengan menggunakan SPSS 16.0, besar koefisien korelasi *pearson product moment* antar variabel kecerdasan emosional dan *self-compassion* memiliki nilai koefisien sebesar 0,401 dengan nilai $p = 0,001$. Nilai p lebih kecil daripada nilai $\alpha = 0,05$, hal ini menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara variabel kecerdasan emosional dengan *self-compassion*. Berikut tabel 4.11 menjelaskan korelasi antar kedua variabel.

Tabel 4.11.
Uji Korelasi

Variabel	Koefisien Korelasi	P	α	Interpretasi
Kecerdasan emosional atas <i>Self-compassion</i>	0,401	0,001	0,05	Berkorelasi

4.3.6. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi. Pada penelitian ini hipotesis yang dirumuskan adalah terdapat pengaruh antara *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional guru SDLB negeri di Jakarta. Hipotesis yang telah dirumuskan kemudian diuji menggunakan analisis regresi satu prediktor dengan SPSS 16.0. Hasil perhitungan yang dilakukan dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.12.
Uji Signifikansi Keseluruhan

Variabel	F Hitung	F Tabel (1:68)	Nilai P	Interpretasi
Kecerdasan emosional atas <i>Self-compassion</i>	13,047	3,98	0,001	Terdapat pengaruh signifikan

Kriteria pengujian:

Ho ditolak jika F hitung > F tabel dan nilai p < 0,005

Ho diterima jika F hitung < F tabel dan nilai p > 0,005

Berdasarkan hasil analisis regresi dapat diketahui nilai F hitung yang diperoleh dari dimensi kecerdasan emosional sebesar 13,047 dengan nilai F tabel (1:68) adalah 3,98. Maka F hitung > F tabel dan nilai p sebesar 0,001 < $\alpha = 0,005$. Dengan demikian, Ho ditolak yang berarti Ha = terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru sekolah dasar luar biasa negeri diterima.

Tabel 4.13.
Uji Persamaan Regresi

Dimensi	Konstanta	Koefisien Regresi
Kecerdasan emosional dengan <i>self-compassion</i>	116,514	0,574

Berdasarkan tabel 4.13 diketahui bahwa konstanta variabel kecerdasan emosional dan *self-compassion* sebesar 116,514 dan nilai koefisien regresi sebesar 0,574. Berdasarkan data yang telah diperoleh maka persamaannya seperti berikut:

Dimensi kecerdasan emosional dengan *self-compassion*

$$Y = a + bX$$

$$Y = 116,514 + 0,574X$$

Interpretasi dari rumus diatas adalah jika dimensi kecerdasan emosional mengalami kenaikan sebesar satu satuan, maka variabel *self-compassion* juga akan mengalami perubahan sebesar 0,574.

Tabel 4.14.
Model Summary

Dimensi	R	R Square	Adjusted R
Kecerdasan emosional dengan <i>self-compassion</i>	0,401	0,161	0,15

Berdasarkan tabel 4.14 di atas menjelaskan hasil perhitungan indeks korelasi ganda (R) sebesar 0,401 dan R Square sebesar 0,161. Nilai R Square menunjukkan seberapa bagus model regresi yang dibentuk oleh interaksi variabel bebas dengan variabel terikat. Nilai Adjusted R pada kecerdasan emosional sebesar 0,15 dengan interpretasi bahwa variabel *self-compassion* memiliki pengaruh kontribusi sebesar 15% terhadap dimensi kecerdasan emosional sedangkan sisanya sebesar 85% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain diluar variabel *self-compassion*.

4.4. Pembahasan

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan adalah terdapat pengaruh antara *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional sebesar 15% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti jenis kelamin, fisik, keluarga dan budaya.

Hasil penelitian dari 70 orang subyek menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta termasuk dalam kategori rendah. Dari 70 responden sebanyak 36 orang (51,4%) memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah sedangkan 34 orang (48,6%) memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi.

Berdasarkan hasil analisis mengenai tingkat *self-compassion* pada guru SDLB Negeri di Jakarta termasuk dalam kategori tinggi. Sebanyak 39 orang (55,7%) memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi sedangkan 31 orang (44,3%) memiliki tingkat *self-compassion* yang rendah.

Pada penelitian ini korelasi antara dua variabel bersifat positif, yang berarti jika *self-compassion* tinggi maka kecerdasan emosional juga akan tinggi. Sebaliknya, jika *self-compassion* rendah maka kecerdasan emosional juga akan rendah. Hubungan antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Heffernan, Quinn, McNulty, dan Fitzpatrick (2010) bahwa terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional menunjukkan semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang.

Pada penelitian ini dapat diketahui bahwa subyek perempuan memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah dibandingkan dengan laki-laki. Sementara subyek berusia 40-50 tahun memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi dibandingkan dengan subyek berusia 20-30 tahun dan lebih dari 50 tahun. Subyek dengan lama mengajar selama lebih dari 5 tahun memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah dibandingkan dengan subyek dengan lama mengajar 1-5 tahun.

Berdasarkan analisis lanjutan, maka dapat diketahui bahwa tingkat *self-compassion* laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Eisenberg & Lennon (2015) menemukan bahwa laki-laki memiliki tingkat *self-compassion* lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan, hal ini dipengaruhi oleh peran perempuan dalam masyarakat yang menekankan pada pola pengasuhan dan pengorbanan diri serta lebih sering menggunakan *self talk* negatif.

Dalam penelitian ini subyek berusia lebih dari 50 tahun memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi dibandingkan dengan subyek berusia 20-50 tahun sementara subyek dengan lama mengajar lebih dari 5 tahun memiliki tingkat *self-compassion* tinggi dibandingkan dengan subyek dengan lama mengajar 1-5 tahun.

Hasil perhitungan uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi satu prediktor, menghasilkan F hitung sebesar 13,047 dan nilai F tabel sebesar 3,98. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$, yaitu $13,047 > 3,98$. Selanjutnya nilai signifikansi penelitian ini sebesar 0,001 yang berarti lebih kecil dari 0,05. Hal tersebut menunjukkan H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta. Pengaruh yang dihasilkan antara dua variabel merupakan pengaruh yang signifikan. Artinya jika *self-compassion* (X) mengalami kenaikan sebesar satu satuan, maka variabel kecerdasan emosional (Y) akan mengalami kenaikan sebesar 0,574.

Penelitian yang dilakukan oleh Dyah dan Resnia (2017) mengenai peran *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional. Dalam penelitiannya hasil yang ditemukan terdapat pengaruh signifikan antara *self-compassion* dengan kecerdasan emosional.

Dengan demikian, hasil penelitian yang telah dilakukan sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya bahwa *self-compassion* memiliki pengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional yang artinya semakin tinggi *self-compassion* maka akan semakin tinggi kecerdasan emosional.

4.5. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dihadapi oleh peneliti, antara lain :

- a. Terdapat dua SDLB Negeri yang tidak mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian dikarenakan penelitian hanya dapat dilakukan pada bulan November dan Desember serta adanya penerimaan siswa baru.
- b. Banyaknya butir pernyataan pada kuesioner yang diberikan membuat beberapa responden merasakan kelelahan saat mengisi kuesioner.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan perhitungan analisis regresi pada penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional pada guru SDLB Negeri di Jakarta.

5.2. Implikasi

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan maka implikasi pada guru sekolah dasar luar biasa negeri di Jakarta bahwa semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi kecerdasan emosional guru tersebut, sedangkan semakin rendah *self-compassion* maka semakin rendah kecerdasan emosional.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *self-compassion* mempunyai dampak pada kecerdasan emosional seorang guru. Ketika seorang guru memiliki perasaan terbuka dan mampu berbelas kasih terhadap diri sendiri ketika menghadapi suatu kesulitan maka tingkat kecerdasan emosional dalam diri guru tersebut akan meningkat. Hal ini terjadi karena *self-compassion* merupakan salah satu strategi yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional seseorang.

Guru SDLB perlu memiliki *self-compassion* sehingga dapat memaknai suatu kesulitan dengan terbuka dengan memberikan belas kasih yang diarahkan dalam diri dan tidak melebih-lebihkan kondisi tersebut sehingga dapat meningkatkan kecerdasan emosional agar terbentuknya tindakan yang tepat dan efektif. Sementara jika guru memiliki tingkat *self-compassion* yang rendah maka kecerdasan emosional yang dimiliki juga rendah hal ini dapat mengarah pada tindakan kekerasan pada siswa dan menimbulkan frustrasi pada guru.

5.3. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian, maka peneliti memberikan beberapa saran bagi pihak terkait dan peneliti selanjutnya, yaitu:

5.3.1. Bagi Sekolah

Pada penelitian ini terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional guru SDLB Negeri di Jakarta. Pihak sekolah diharapkan dapat ikut berperan dalam peningkatan *self-compassion* dan kecerdasan emosional dengan mengadakan sosialisasi mengenai cara-cara meningkatkan *self-compassion*. Salah satu cara yang dapat dilakukan dengan mengadakan forum untuk para guru. Agar para guru dapat saling berkomunikasi mengenai kesulitan yang dihadapi.

5.3.2. Bagi Guru

Pada penelitian ini terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap kecerdasan emosional guru SDLB Negeri di Jakarta. Dengan kata lain semakin tinggi *self-compassion* semakin tinggi pula kecerdasan emosional. Untuk meningkatkan *self-compassion* maka guru dapat mengurangi dalam mengkritik diri sendiri ketika mengalami suatu kesulitan dalam mengajar.

5.3.3. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan variabel selain kecerdasan emosional seperti variabel regulasi emosi pada guru SDLB negeri. Adapun faktor-faktor yang berkaitan dengan tingkat kecerdasan emosional antara lain usia, jenis kelamin, fisik dan budaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akin, Ahmet .(2010). *Self-compassion and loneliness*. International Journal of Educational Sciences, 2 (3), 702-718
- Asrar-ul-Haq, M., Anwar, S., & Hassan, M. (2017). Impact of emotional intelligence on teacher's performance in higher education institutions of Pakistan. *Future Business Journal*, 3(2), 87–97. <https://doi.org/10.1016/j.fbj.2017.05.003>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi. (2nd Ed)*. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Bar-On, R. (2010). Emotional intelligence: An integral part of positive psychology. *South African Journal of Psychology*, 40(1), 54–62. <https://doi.org/10.1177/008124631004000106>
- Bhagat Jyoti. (2015). Teacher Effectiveness in Relation To Emotional Intelligence of Secondary School Teachers .*Golden Research Thoughts*, 4(11), 1–11. <https://doi.org/10.9780/22315063>
- Dewi syarifah rahma, farida H. (2015). Self-compassion dan altruisme pada perawat rawat inap rsud kota salatiga. *Self Compassion Dan Altruisme Pada Perawat Rawat Inap RSUD Kota Salatiga*, 4(1), 168–172.
- 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>
- Germer, K.C. (2009). *The mindful path to self compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. New York : The Guilford Press
- Goleman, D. (1995). *Kecerdasan emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Hardyanti, A. (2016). Hubungan *Self-Compassion* Dengan Kecerdasan Emosional Perawat di Instalasi Rawat Inap. Skripsi : Universitas Negeri Makassar
- Heffernan, M., Quinn Griffin, M. T., McNulty, S. R., & Fitzpatrick, J. J. (2010). Self-compassion and emotional intelligence in nurses. *International Journal of Nursing Practice*, 16(4), 366–373. <https://doi.org/10.1111/j.1440-172X.2010.01853.x>

- Hidayati, F., & Maharani, R. (2013). Self Compassion (Welas Kasih) : Sebuah Alternatif Konsep Transpersonal Tentang Sehat Spiritual Menuju Diri yang Utuh. *Jurnal Spiritualitas dan Psikologi Kesehatan*. Universitas Katolik Sugiyapranata Semarang.
- Hosseini, E. S., & Zirak, M. (2016). The relationship between emotional intelligence and organizational citizenship behavior and organizational commitment in city secondary school teachers Torbat-h, *10*(7), 962–971.
- Umbari, Intan. Harapan Kecil Buat Para Pembesar. *Merdeka.com*. Diambil dari <https://www.merdeka.com>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2017). *Sekolah inklusi dan pembangunan SLB dukung pendidikan inklusi*. Di ambil dari <https://www.kemendikbud.go.id>
- Loannidou F, Konstantikaki, V. (2008). Empathy and emotional intelligence : What is it really about? *International Journal of Caring Sciences*, *1*(3), 118–23. <https://doi.org/10.4236/psych.2010.11008>
- Lockard, A. J., Hayes, J. A., Neff, K., & Locke, B. D. (2014). Self-compassion among college counseling center clients: An examination of clinical norms and group differences. *Journal of College Counseling*, *17*(3), 249–259. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2014.00061.x>
- Magdalena, M. (2014). Studi Korelasional Mengenai Hubungan Antara *Self-Compassion* dan Kecerdasan Emosional pada Guru SLB-C di Kota Bandung. Skripsi : Universitas Kristen Maranatha
- Neff, K.D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward one self. *Self and Identity*, *2*, 85-102. Diambil dari <http://self-compassion.org>
- Neff, K. D., & Dahm, K. A. (2015). Self-compassion: What it is, what it does, and how it relates to mindfulness. *Handbook of Mindfulness and Self-Regulation*, 121–140. https://doi.org/10.1007/978-1-4939-2263-5_10
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, *41*(1), 139–154.

<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.03.004>

- Neff, K. D. (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., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225–240. <https://doi.org/10.1080/15298860902979307>
- Neff, K. D., & Faso, D. J. (2015). Self-Compassion and Well-Being in Parents of Children with Autism. *Mindfulness*, 6(4), 938–947. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0359-2>
- Neff, K. D., 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. <https://doi.org/10.1177/0022022108314544>
- Neff, K. D. (2004). Self-compassion and Well-being.pdf. *Constructivism in the Human Sciences*. <https://doi.org/10.1037/e633942013-240>
- Nida, F. L. K. (2013). Komunikasi Bagi Anak Berkebutuhan Khusus. *At-Tabsyir, Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam*, 1(2), 163–189.
- Patel, B.S. (2015). Self Compassion & Emotional Intelligence of Engineering and Medical College Students, 3, 19–23.
- Prastadila Pramesti Pradna Paramita, P., & Prastadila Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, P. (2013). Hubungan antara Emotional Intelligence dengan Self Efficacy Guru yang Mengajar di Sekolah Inklusi Tingkat Dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 2(1), 1–11.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No 72 Tahun 1991. Tenaga Pendidik Pada Satuan Pendidikan Luar Biasa
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No.16. 2007. Kualifikasi Akademik Guru. Jakarta: Pemdiknas
- Rangkuti, Anna Armeini. (2012). *Teknik Analisis Data Penelitian Kuantitatif- Aplikasi dengan Program SPSS*. Universitas Negeri Jakarta, Fakultas Ilmu Pendidikan, Psikologi: Buku Ajar

- Rangkuti, A. A. (2015). *Statistika parametrik dan non parametrik untuk psikologi dan pendidikan*. Jakarta : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta
- Republik Indonesia. 2005. Undang-Undang Republik Indonesia No 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen
- Republik Indonesia. 2003. Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 tentang Sistem pendidikan nasional
- Rompis, Arthur. (31 Oktober 2017). Kisah di Balik SLB Maranatha Buang Cita-Cita Demi Layani Anak Berkebutuhan Khusus. *Tribunnews.com*, diambil dari <http://manado.tribunnews.com>
- Sadikin, Rendy. (10 Juni 2014). Komnas PA Siap Mediasi Kasus Kekerasan SLB Imaculata. *Tribunnews.com* , diambil dari <http://www.tribunnews.com>
- Şenyuva, E., Kaya, H., Işık, B., & Bodur, G. (2014). Relationship between self-compassion and emotional intelligence in nursing students. *International Journal of Nursing Practice*, 20(6), 588–596. <https://doi.org/10.1111/ijn.12204>
- Septia, Umi. (27 Juli 2017). Kisah Sri Lestari, 20 Tahun Setia Jadi Guru SLB. *Liputan6.com*, diambil dari <http://health.liputan6.com>
- Septiyani, D. A., Novitasari, R., Psikologi, P. S., & Indonesia, U. I. (2017). Peran Self Compassion Terhadap Kecerdasan Emosi Pada Remaja Tunadaksa. *Indigenous*, 2(1), 67–76. Diambil dari <http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/4462>
- Statistik Sekolah Luar Biasa. (2016). *Publikasi statistik pendidikan*. Di ambil dari <https://publikasi.data.kemdikbud.go.id>
- Sumitomo, B., Widhiarso, W. (2014). Aplikasi Model Rasch Untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial. Cimahi: Trim Komunikata Publishing House
- Suryaratri, D. R., Rangkuti, A. A. (2014). *Statistika Deskriptif Untuk Psikologi dan Pendidikan*. Jakarta
- Teleb. (2013). the Relationship Between Self Compassion and Emotional Intelligence for University Students. *Current Research in Psychology*, 4(2), 20–27. <https://doi.org/10.3844/crsp.2013.20.27>

- Tok, T., Tok, S., & Dolapcioglu, S. (2013). The relationship between emotional intelligence and classroom management approaches of primary school teachers. *The Relationship between Emotional Intelligence and Classroom Management Approaches of Primary School Teachers*, 4(February), 134–142. Retrieved from [http://interesjournals.org/ER/pdf/2013/February/Tok et al.pdf](http://interesjournals.org/ER/pdf/2013/February/Tok%20et%20al.pdf)
- Wulandari, E., & Ratnaningsih, I. Z. (2017). Keterikatan Kerja Pada Guru Sekolah Menengah Atas Negeri Berakreditasi a Di Kecamatan Ngaliyan, 6(29), 133–138.

Lampiran 1 : Proses Adaptasi Kecerdasan Emosional

Item Asli	Item Terjemahan	Item Adaptasi
1. <i>I realise immediately when I lose my temper</i>	1.Saya segera menyadarinya ketika saya kehilangan kesabaran	1.Saya mampu menyadari ketika kehilangan kesabaran
2. <i>I can 'reframe' bad situations quickly</i>	2. Saya dapat 'mengganti' situasi buruk dengan cepat	2.Saya mampu merubah situasi buruk dengan cepat
3. <i>I am able to always motive myself to do difficult tasks</i>	3. Saya selalu bisa memotivasi diri saya sendiri untuk mengerjakan tugas-tugas yang sulit	3.Saya mampu memotivasi diri untuk mengerjakan pekerjaan yang sulit
4. <i>I am always able to see things from the other person's viewpoint</i>	4. Saya selalu bisa melihat berbagai hal dari sudut pandang orang lain	4.Saya mampu melihat berbagai hal dari sudut pandang orang lain
5. <i>I am an excellent listener</i>	5.Saya adalah pendengar yang luar biasa	5.Saya adalah pendengar yang baik

Lampiran 2 : Proses adaptasi alat ukur *self-compassion*

Item Asli	Item Terjemahan	Item Adaptasi
1. <i>I'm disapproving and judgmental about my own flaws and inadequacies</i>	1. Saya tidak senang dan cenderung menyalahkan kekurangan dan ketidakmampuan saya sendiri	1. Saya tidak suka dan cenderung menyalahkan kekurangan dan ketidakmampuan saya sendiri
2. <i>When I'm feeling down I tend to obsess and fixate on everything that's wrong</i>	2. Pada saat saya merasa sedih, saya cenderung terobsesi dan terpaku pada segala sesuatu yang salah	2. Saya cenderung lebih terpaku pada sesuatu yang salah ketika saya merasa terpuruk dalam pekerjaan
3. <i>When things are going badly for me, I see the difficulties as part of life that everyone goes through</i>	3. Pada saat sesuatu yang buruk menimpa diri saya, saya melihat kesulitan sebagai bagian dari kehidupan yang dialami oleh semua orang	3. Pada saat sesuatu yang buruk menimpa diri saya, saya melihat kesulitan sebagai bagian dari kehidupan yang dialami oleh semua orang
4. <i>When I think about my inadequacies, it tends to make me feel more separate and cut off from the rest of the world</i>	4. Pada saat saya memikirkan tentang ketidakmampuan saya, hal ini cenderung membuat saya merasa semakin jauh dan	4. Pada saat saya memikirkan tentang ketidakmampuan saya, hal ini cenderung membuat saya merasa

	terkucil dari seluruh dunia	semakin jauh dan terasingkan dari lingkungan
<i>5.I try to be loving towards myself when I'm feeling emotional pain</i>	5. Saya mencoba untuk mencintai diri saya sendiri pada saat saya merasakan sakit secara emosional	5.Saya mencoba untuk mencintai diri saya sendiri pada saat saya merasakan penderitaan

Lampiran 3 : Instrumen Uji Validitas dan Reliabilitas

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Bapak/Ibu yang kami hormati,

Kami yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aviana Qonita	(1125143007)
I Gusti Ayu Mita	(1125140007)
Meisha Rizki	(1125140016)
R.A Mega Adinda	(1125143027)

Adalah mahasiswa S-1 Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang sedang melakukan penelitian skripsi mengenai “*Self Compassion* Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta”. Adapun salah satu cara untuk mendapatkan data adalah dengan menyebarkan kuesioner kepada responden. Untuk itu, kami mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu sekalian untuk mengisi kuesioner, Anda diminta untuk membaca petunjuk pengisian. Pilihan jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Anda pada saat ini. Tidak ada jawaban yang benar atau salah dari jawaban yang Anda berikan. Segala informasi yang Anda berikan sangat membantu dan dijamin kerahasiaannya.

Atas perhatian dan kerja samanya kami ucapkan terima kasih.

Jakarta, 18 Mei 2018

Peneliti,

Aviana, I Gusti , Meisha, Mega

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk menjadi subjek penelitian. Dalam hal ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia untuk mengisi tujuh jenis kuesioner dengan benar dan sejujur-jujurnya demi kepentingan penelitian.
2. Identitas dan informasi yang diberikan akan **DIRAHASIAKAN** hanya untuk kepentingan penelitian.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini.

Jakarta,.....2018

Responden

(.....)

IDENTITAS PENGISI KUESIONER***isi dengan tanda *checklist* (√) di pilihan jawaban**

- Nama :
Instansi :
Jenis Kelamin : Laki-laki
 Perempuan
Usia : 20 – 30 tahun
 30 – 40 tahun
 40 – 50 tahun
 > 50 tahun
Pengalaman mengajar : 1 tahun
 2 – 3 tahun
 4 – 5 tahun
 > 5 tahun
Pendidikan Terakhir : Diploma SMA
 S1
 S2
 S3
Penghasilan : 2.000.000 – 3.000.000
 3.000.000 – 4.000.000
 4.000.000 – 5.000.000
 > 5.000.000
Status pernikahan : Menikah Belum Menikah
Mengajar siswa ABK : A (Tuna Netra)
 B (Tuna Rungu)
 Lainnya:

Bagian I : Skala kecerdasan emosional
Petunjuk Pengisian Skala:

Berikut ini terdapat sejumlah pertanyaan. Bacalah setiap pernyataan dan berilah tanda *checklist* (√) pada setiap pernyataan yang sesuai dengan Anda. Isilah kolom tersebut dengan cara memberi tanda *checklist* (√) pada pilihan jawaban yang tersedia, yaitu :

- **STS** : Bila Anda **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.
- **TS** : Bila Anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.
- **N** : Bila Anda **Netral** dengan pernyataan tersebut
- **S** : Bila Anda **Sesuai** dengan pernyataan tersebut
- **SS** : Bila Anda **Sangat Sesuai** dengan pernyataan tersebut

Usahakan untuk **tidak melewati satu nomorpun** dalam memberi jawaban pada pernyataan-pernyataan di bawah ini.

CONTOH

NO.	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya mampu menyadari ketika kehilangan kesabaran		√			

NO.	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya mampu menyadari ketika kehilangan kesabaran					
2.	Saya mampu merubah situasi buruk dengan cepat					
3.	Saya mampu memotivasi diri untuk mengerjakan pekerjaan yang sulit					
4.	Saya mampu melihat berbagai hal dari sudut					

	pandang orang lain					
5.	Saya adalah pendengar yang baik					
45.	Saya dapat menyelesaikan perbedaan dengan orang lain					
46.	Saya tahu apa yang membuat saya bahagia					
47.	Orang lain sering tidak tahu bagaimana perasaan saya tentang berbagai hal					
48.	Motivasi adalah kunci kesuksesan saya					
49.	Saya cenderung mempunyai alasan perselisihan yang jelas					
50.	Saya biasanya membangun hubungan yang kompak dengan rekan kerja saya					

Bagian II : Skala *Self-Compassion*
Petunjuk Pengisian Skala:

Bacalah terlebih dahulu setiap pernyataan dengan seksama sebelum memberikan jawaban. Pada setiap pernyataan terdapat 5 alternatif jawaban. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan, perasaan, dan pikiran Anda. Isilah kolom tersebut dengan cara memberi tanda *checklist* (√) pada pilihan jawaban yang telah tersedia, yaitu:

- TP : Bila jawaban Anda adalah **Tidak Pernah**
- JR : Bila jawaban Anda adalah **Jarang**
- KD : Bila jawaban Anda adalah **Kadang**
- SR : Bila jawaban Anda adalah **Sering**
- SL : Bila jawaban Anda adalah **Selalu**

Usahakan untuk **tidak melewati satu nomorpun** dalam memberi jawaban pada pertanyaan-pertanyaan dibawah ini:

Contoh :

NO.	PERNYATAAN	TP	JR	KD	SR	SL
1.	Saya tidak suka dan cenderung menyalahkan kekurangan dan ketidakmampuan saya sendiri		√			

Dari setiap pilihan jawaban anda, tidak ada jawaban BENAR atau SALAH, anda diminta untuk menjawab secara jujur yang sesuai dengan diri anda, bukan yang berdasarkan atas apa yang anda anggap baik.

Jika telah selesai, periksa kembali jawaban anda jangan sampai ada yang terlewatkan dan pastikan semua pernyataan telah terjawab. Terima kasih.

- SELAMAT MENGERJAKAN -

No.	PERNYATAAN	TP	JR	KD	SR	SL
1.	Saya tidak suka dan cenderung menyalahkan kekurangan dan ketidakmampuan saya sendiri					
2.	Saya cenderung lebih terpaku pada sesuatu yang salah ketika saya merasa terpuruk dalam pekerjaan					
3.	Pada saat sesuatu yang buruk menimpa diri saya, saya melihat kesulitan sebagai bagian dari kehidupan yang dialami oleh semua orang					
4.	Pada saat saya memikirkan tentang ketidakmampuan saya, hal ini cenderung membuat saya merasa semakin jauh dan terasingkan dari lingkungan					
5.	Saya mencoba untuk mencintai diri saya sendiri pada saat saya merasakan penderitaan					
6.	Saya dapat bersikap tidak peduli terhadap diri saya ketika mengalami kesulitan					
7.	Ketika saya merasa terpuruk dalam pekerjaan, saya mencoba terbuka terhadap perasaan saya					
8.	Saya toleran terhadap kekurangan dan ketidakmampuan yang saya miliki					
9.	Pada saat sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung menanggapi dengan sikap yang berlebihan					

No.	PERNYATAAN	TP	JR	KD	SR	SL
10.	Pada saat saya gagal pada suatu hal penting, saya cenderung merasa sendiri dalam kegagalan saya					
11.	Saya mencoba untuk bersikap pengertian dan sabar terhadap aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					

Lampiran 4 : Analisis Data Statistik Kecerdasan Emosional Rasch Model

a. Validitas Kecerdasan Emosional

TABLE 10.1 kecerdasan emosional												
INPUT: 30 Person 50 Item						ZOU927WS.TXT Jun 10 13:06 2018						
REPORTED: 30 Person						50 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73						
Person: REAL SEP.: 2.49 REL.: .86 ... Item: REAL SEP.: 1.82 REL.: .77												
Item STATISTICS: MISFIT ORDER												
ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.	INFINIT MNSQ	ZSTD	OUTFIT MNSQ	ZSTD	PT-MEASURE CORR.	EXP.	EXACT OBS%	MATCH EXP%
17	82	30	1.70	.22	2.15	4.0	2.52	4.8	A-.65	.47	10.0	42.5
28	116	30	-.28	.29	2.43	3.5	2.52	3.6	B-.01	.36	33.3	63.9
31	118	30	-.45	.30	2.42	3.4	2.13	2.9	C-.31	.35	53.3	65.2
35	107	30	.38	.25	1.94	2.8	2.23	3.3	D-.06	.39	30.0	53.2
30	113	30	-.04	.28	2.23	3.2	2.01	2.7	E-.29	.37	36.7	59.5
3	111	30	.11	.27	1.99	2.8	2.07	2.9	F-.38	.38	50.0	55.7
48	132	30	-1.88	.34	1.62	2.3	1.54	2.1	G-.26	.32	23.3	60.3
4	115	30	-.20	.28	1.42	1.3	1.59	1.7	H-.14	.36	63.3	60.1
5	106	30	.44	.25	1.49	1.7	1.58	1.9	I-.56	.40	46.7	53.0
46	125	30	-1.12	.32	1.47	1.5	1.51	1.7	J-.36	.34	66.7	64.5
12	90	30	1.32	.22	1.21	.9	1.47	1.8	K-.00	.46	36.7	40.7
34	104	30	.57	.25	1.46	1.6	1.43	1.5	L-.39	.41	40.0	52.3
10	105	30	.51	.25	1.33	1.2	1.43	1.5	M-.34	.40	53.3	52.7
44	108	30	.31	.26	1.26	1.0	1.38	1.3	N-.34	.39	63.3	53.4
37	107	30	.38	.25	1.33	1.2	1.25	.9	O-.25	.39	56.7	53.2
49	110	30	.18	.26	1.19	.7	1.33	1.1	P-.32	.38	40.0	55.5
19	109	30	.25	.26	1.11	.5	1.30	1.0	Q-.23	.39	63.3	54.1
11	105	30	.51	.25	1.11	.5	1.14	.6	R-.31	.40	73.3	52.7
8	114	30	-.12	.28	1.12	.5	1.02	.2	S-.63	.37	63.3	59.9
14	113	30	-.04	.28	.90	-.2	1.03	.2	T-.45	.37	70.0	59.5
13	113	30	-.04	.28	.91	-.2	.98	.0	U-.59	.37	53.3	59.5
47	111	30	.11	.27	.84	-.5	.97	.0	V-.24	.38	60.0	55.7
29	105	30	.51	.25	.93	-.2	.88	-.4	W-.54	.40	60.0	52.7
43	113	30	-.04	.28	.86	-.4	.92	-.2	X-.77	.37	53.3	59.5
20	117	30	-.37	.29	.86	-.4	.91	-.2	Y-.31	.35	66.7	64.6
36	117	30	-.37	.29	.77	-.7	.85	-.4	Z-.37	.35	76.7	64.6
24	112	30	.03	.27	.80	-.6	.77	-.7	aa-.49	.37	46.7	58.5
9	109	30	.25	.26	.79	-.7	.67	-.1	ab-.59	.39	43.3	54.1
41	115	30	-.20	.28	.71	-.1	.75	-.8	ac-.17	.36	60.0	60.1
22	99	30	.85	.23	.72	-.2	.74	-.1	ad-.60	.43	63.3	47.5
45	115	30	-.20	.28	.73	-.9	.70	-.1	ae-.51	.36	53.3	60.1
6	117	30	-.37	.29	.70	-.1	.72	-.9	af-.66	.35	60.0	64.6
40	110	30	.18	.26	.66	-.1	.71	-.1	ag-.18	.38	63.3	55.5
26	114	30	-.12	.28	.70	-.1	.68	-.1	ah-.28	.37	60.0	59.9
7	111	30	.11	.27	.63	-.1	.68	-.1	ai-.38	.38	66.7	55.7
42	119	30	-.54	.30	.61	-.1	.61	-.1	aj-.68	.35	66.7	65.7
50	131	30	-1.77	.34	.60	-.1	.60	-.1	ak-.50	.32	73.3	60.2
32	111	30	.11	.27	.53	-.1	.60	-.1	al-.79	.38	76.7	55.7
2	92	30	1.22	.22	.59	-.2	.58	-.2	am-.74	.45	40.0	41.4
25	118	30	-.45	.30	.58	-.1	.59	-.1	an-.60	.35	70.0	65.2
27	121	30	-.73	.31	.58	-.1	.58	-.1	ao-.58	.34	73.3	66.0
15	123	30	-.92	.31	.53	-.1	.54	-.1	ap-.46	.34	80.0	65.7
18	108	30	.31	.26	.47	-.2	.54	-.1	aq-.73	.39	83.3	53.4
23	110	30	.18	.26	.52	-.1	.51	-.1	ar-.78	.38	80.0	55.5
21	108	30	.31	.26	.51	-.2	.51	-.2	as-.63	.39	76.7	53.4
39	116	30	-.28	.29	.47	-.2	.47	-.2	at-.04	.36	83.3	63.9
33	111	30	.11	.27	.37	-.2	.39	-.2	au-.76	.38	83.3	55.7
1	110	30	.18	.26	.36	-.2	.37	-.2	av-.63	.38	80.0	55.5
16	115	30	-.20	.28	.24	-.3	.22	-.3	aw-.73	.36	86.7	60.1
38	117	30	-.37	.29	.20	-.3	.18	-.4	ax-.70	.35	86.7	64.6
MEAN	111.6	30.0	.00	.27	1.00	-.2	1.03	-.1			60.0	57.3
S.D.	8.7	.0	.63	.03	.56	1.9	.58	1.9			17.2	6.1

b. Realibilitas Kecerdasan Emosional

TABLE 3.1 kecerdasan emosional ZOU927WS.TXT Jun 10 13:06 2018
 INPUT: 30 Person 50 Item REPORTED: 30 Person 50 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

SUMMARY OF 30 MEASURED Person

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ	ZSTD	OUTFIT MNSQ	ZSTD
MEAN	185.9	50.0	1.02	.21	1.05	-2	1.03	-3
S.D.	14.0	.0	.65	.02	.75	2.4	.72	2.3
MAX.	221.0	50.0	2.97	.26	3.50	6.7	3.36	6.4
MIN.	165.0	50.0	.16	.18	.40	-3.2	.36	-3.5

REAL RMSE .24 TRUE SD .60 SEPARATION 2.49 Person RELIABILITY .86
 MODEL RMSE .21 TRUE SD .61 SEPARATION 2.87 Person RELIABILITY .89
 S.E. OF Person MEAN = .12

Person RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = .99
 CRONBACH ALPHA (KR-20) Person RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .88

SUMMARY OF 50 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ	ZSTD	OUTFIT MNSQ	ZSTD
MEAN	111.6	30.0	.00	.27	1.00	-2	1.03	-1
S.D.	8.7	.0	.63	.03	.56	1.9	.58	1.9
MAX.	132.0	30.0	1.70	.34	2.43	4.0	2.52	4.8
MIN.	82.0	30.0	-1.88	.22	.20	-3.9	.18	-4.2

REAL RMSE .30 TRUE SD .55 SEPARATION 1.82 Item RELIABILITY .77
 MODEL RMSE .27 TRUE SD .57 SEPARATION 2.07 Item RELIABILITY .81
 S.E. OF Item MEAN = .09

U-MEAN=.0000 USCALE=1.0000
 Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -.98
 1500 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 2939.78 with 1418 d.f. p=.0000
 Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .6813

c. Dimensionalitas Kecerdasan Emosional

TABLE 23.0 kecerdasan emosional ZOU927WS.TXT Jun 10 13:06 2018
 INPUT: 30 Person 50 Item REPORTED: 30 Person 50 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

Table of STANDARDIZED RESIDUAL variance (in Eigenvalue units)

	Empirical	Modeled
Total raw variance in observations	66.9 100.0%	100.0%
Raw variance explained by measures	16.9 25.2%	26.5%
Raw variance explained by persons	4.4 6.6%	6.9%
Raw Variance explained by items	12.5 18.7%	19.6%
Raw unexplained variance (total)	50.0 74.8%	73.5%
Unexpln variance in 1st contrast	11.6 17.3%	23.2%
Unexpln variance in 2nd contrast	8.8 13.2%	17.6%
Unexpln variance in 3rd contrast	6.4 9.6%	12.8%
Unexpln variance in 4th contrast	4.2 6.3%	8.5%
Unexpln variance in 5th contrast	3.1 4.7%	6.3%

STANDARDIZED RESIDUAL VARIANCE SCREE PLOT

Lampiran 5 : Analisis Data Statistik Self-compassion Rasch Model

a. Validitas Self-compassion

TABLE 10.1 SC UJI COBA ZOU835WS.TXT Jun 11 15:03 2018
 INPUT: 30 Person 26 Item REPORTED: 30 Person 26 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73
 Person: REAL SEP.: 2.46 REL.: .86 ... Item: REAL SEP.: 1.87 REL.: .78

Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.	INFIT MNSQ	ZSTD	OUTFIT MNSQ	ZSTD	PT-MEASURE CORR.	EXP.	EXACT MATCH OBS%	EXP%	
15	116	30	-.36	.23	1.63	2.2	1.95	3.0	A	.04	.46	50.0	44.6
24	125	30	-.88	.25	1.78	2.7	1.56	1.9	B	.45	.40	26.7	49.1
3	95	30	.70	.22	1.64	2.2	1.63	2.1	C	.46	.51	33.3	48.9
7	109	30	.01	.23	1.37	1.4	1.51	1.8	D	.04	.49	30.0	45.7
19	104	30	.26	.22	1.32	1.2	1.28	1.1	E	.68	.50	26.7	48.4
5	94	30	.75	.22	1.27	1.1	1.26	1.0	F	.64	.52	23.3	48.6
12	108	30	.06	.23	1.24	.9	1.23	.9	G	.47	.49	63.3	46.1
11	90	30	.93	.21	1.14	.6	1.17	.8	H	.48	.52	56.7	46.3
21	126	30	-.94	.25	.98	.0	1.17	.7	I	.35	.39	53.3	50.2
6	102	30	.36	.22	1.08	.4	1.11	.5	J	.22	.50	36.7	48.8
4	119	30	-.53	.24	1.07	.4	1.09	.4	K	.44	.44	60.0	45.8
9	117	30	-.42	.23	1.01	.1	.97	.0	L	.50	.45	36.7	44.7
2	106	30	.16	.22	.96	-.1	.97	.0	M	.45	.49	46.7	47.6
26	96	30	.65	.22	.93	-.2	.94	-.1	m	.64	.51	56.7	49.1
10	114	30	-.25	.23	.82	-.7	.90	-.3	n	.26	.47	66.7	43.5
22	118	30	-.47	.24	.86	-.5	.89	-.4	k	.31	.44	60.0	44.7
17	119	30	-.53	.24	.89	-.4	.87	-.5	j	.48	.44	26.7	45.8
23	116	30	-.36	.23	.85	-.5	.88	-.4	l	.30	.46	60.0	44.6
16	110	30	-.04	.23	.77	-.9	.77	-.9	h	.61	.48	43.3	46.9
20	91	30	.88	.21	.74	-1.0	.74	-1.1	g	.50	.52	63.3	47.1
25	111	30	-.09	.23	.72	-1.1	.71	-1.1	f	.72	.48	56.7	46.9
8	105	30	.21	.22	.65	-1.4	.65	-1.5	e	.64	.50	66.7	48.0
13	102	30	.36	.22	.63	-1.5	.64	-1.5	d	.72	.50	53.3	48.8
1	106	30	.16	.22	.57	-1.9	.61	-1.7	c	.63	.49	63.3	47.6
18	108	30	.06	.23	.52	-2.1	.53	-2.1	b	.69	.49	60.0	46.1
14	122	30	-.70	.04	.39	-3.1	.43	-2.7	a	.63	.42	66.7	48.2
MEAN	108.8	30.0	.00	.23	.99	-1.1	1.02	.0			50.3	47.0	
S.D.	10.0	.0	.52	.01	.35	1.4	.36	1.4			14.2	1.7	

b. Realibilitas *Self-compassion*

TOTAL SCORE		COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	94.3	26.0	.88	.25	1.02	-.3	1.02	-.3
S.D.	11.4	.0	.75	.03	.64	2.3	.63	2.2
MAX.	123.0	26.0	3.11	.40	2.88	4.8	2.89	4.8
MIN.	82.0	26.0	.15	.23	.26	-3.9	.27	-3.8
REAL RMSE	.28	TRUE SD	.69	SEPARATION	2.46	Person RELIABILITY	.86	
MODEL RMSE	.25	TRUE SD	.71	SEPARATION	2.81	Person RELIABILITY	.89	
S.E. OF Person MEAN = .14								
Person RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = .99								
CRONBACH ALPHA (KR-20) Person RAW SCORE "TEST" RELIABILITY = .87								
TOTAL SCORE		COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	108.8	30.0	.00	.23	.99	-.1	1.02	.0
S.D.	10.0	0	.52	.01	.35	1.4	.36	1.4
MAX.	126.0	30.0	.93	.25	1.78	2.7	1.95	3.0
MIN.	90.0	30.0	-.94	.21	.39	-3.3	.43	-2.7
REAL RMSE	.24	TRUE SD	.46	SEPARATION	1.87	Item RELIABILITY	.78	
MODEL RMSE	.23	TRUE SD	.46	SEPARATION	2.03	Item RELIABILITY	.81	
S.E. OF Item MEAN = .10								
Umean=.0000 UScale=1.0000								
Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00								
780 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 1795.16 with 722 d.f. p=.0000								
Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .7985								

c. Dimensionalitas *Self-compassion*

TOTAL SCORE		COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	108.8	30.0	.00	.23	.99	-.1	1.02	.0
S.D.	10.0	0	.52	.01	.35	1.4	.36	1.4
MAX.	126.0	30.0	.93	.25	1.78	2.7	1.95	3.0
MIN.	90.0	30.0	-.94	.21	.39	-3.3	.43	-2.7
REAL RMSE	.24	TRUE SD	.46	SEPARATION	1.87	Item RELIABILITY	.78	
MODEL RMSE	.23	TRUE SD	.46	SEPARATION	2.03	Item RELIABILITY	.81	
S.E. OF Item MEAN = .10								
Umean=.0000 UScale=1.0000								
Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00								
780 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 1795.16 with 722 d.f. p=.0000								
Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .7985								

Table of STANDARDIZED RESIDUAL variance (in Eigenvalue units)			
	Empirical	Modeled	
Total raw variance in observations	38.7	100.0%	100.0%
Raw variance explained by measures	12.7	32.8%	32.4%
Raw variance explained by persons	3.7	9.6%	9.5%
Raw variance explained by items	9.0	23.2%	22.9%
Raw unexplained variance (total)	26.0	67.2%	100.0%
Unexplned variance in 1st contrast	5.5	14.2%	21.1%
Unexplned variance in 2nd contrast	4.3	11.1%	16.5%
Unexplned variance in 3rd contrast	2.9	7.4%	11.0%
Unexplned variance in 4th contrast	2.5	6.5%	9.6%
Unexplned variance in 5th contrast	2.0	5.2%	7.8%

STANDARDIZED RESIDUAL VARIANCE SCREE PLOT

Lampiran 6 : Instrumen Final

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Bapak/Ibu yang kami hormati,

Kami yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aviana Qonita	(1125143007)
I Gusti Ayu Mita	(1125140007)
Meisha Rizki	(1125140016)
R.A Mega Adinda	(1125143027)

Adalah mahasiswa S-1 Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang sedang melakukan penelitian skripsi mengenai “*Self Compassion* Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta”. Adapun salah satu cara untuk mendapatkan data adalah dengan menyebarkan kuesioner kepada responden. Untuk itu, kami mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu sekalian untuk mengisi kuesioner, Anda diminta untuk membaca petunjuk pengisian. Pilihan jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Anda pada saat ini. Tidak ada jawaban yang benar atau salah dari jawaban yang Anda berikan. Segala informasi yang Anda berikan sangat membantu dan dijamin kerahasiaannya.

Atas perhatian dan kerja samanya kami ucapkan terima kasih.

Jakarta, 18 Mei 2018

Peneliti,

Aviana, I Gusti , Meisha, Mega

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk menjadi subjek penelitian. Dalam hal ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia untuk mengisi tujuh jenis kuesioner dengan benar dan sejujur-jujurnya demi kepentingan penelitian.
2. Identitas dan informasi yang diberikan akan **DIRAHASIAKAN** hanya untuk kepentingan penelitian.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini.

Jakarta,.....2018

Responden

(.....)

Bagian I : Skala kecerdasan emosional
Petunjuk Pengisian Skala:

Berikut ini terdapat sejumlah pertanyaan. Bacalah setiap pernyataan dan berilah tanda *checklist* (√) pada setiap pernyataan yang sesuai dengan Anda. Isilah kolom tersebut dengan cara memberi tanda *checklist* (√) pada pilihan jawaban yang tersedia, yaitu :

- **STS** : Bila Anda **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.
- **TS** : Bila Anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut.
- **N** : Bila Anda **Netral** dengan pernyataan tersebut
- **S** : Bila Anda **Sesuai** dengan pernyataan tersebut
- **SS** : Bila Anda **Sangat Sesuai** dengan pernyataan tersebut

Usahakan untuk **tidak melewati satu nomorpun** dalam memberi jawaban pada pernyataan-pernyataan di bawah ini.

CONTOH

NO.	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya mampu menyadari ketika kehilangan kesabaran		√			

NO.	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya mampu menyadari ketika kehilangan kesabaran					
2.	Saya mampu merubah situasi buruk dengan cepat					
3.	Saya mampu melihat berbagai hal dari sudut pandang orang lain					
4.	Saya adalah pendengar yang baik					

NO.	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
5.	Saya sadar ketika merasa bahagia					
6.	Saya jarang menunjukkan apa yang saya rasakan					
7.	Saya mampu memprioritaskan kegiatan penting di sekolah dan menyelesaikannya					
8.	Saya dapat berempati dengan kesulitan orang lain					
9.	Saya tidak pernah mengganggu percakapan orang lain					
10.	Saya dapat menyadari ketika stress					
34.	Saya melihat bekerja dengan orang yang sulit dimengerti hanya sebagai tantangan untuk mengendalikan mereka					
35.	Saya dapat meredakan amarah dengan cepat sehingga tidak memengaruhi saya					
36.	Saya dapat menekan emosi saya jika diperlukan					
37.	Saya dapat memotivasi diri bahkan ketika saya merasa terpuruk					
38.	Saya cenderung dapat melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain					
39.	Saya dapat menyelesaikan perbedaan dengan orang lain					

40.	Saya tahu apa yang membuat saya bahagia					
41.	Orang lain sering tidak tahu bagaimana perasaan saya tentang berbagai hal					
42.	Saya cenderung mempunyai alasan perselisihan yang jelas					
43.	Saya biasanya membangun hubungan yang kompak dengan rekan kerja saya					

Bagian II : Skala *Self-compassion*

No.	PERNYATAAN	TP	JR	KD	SR	SL
1.	Saya tidak suka dan cenderung menyalahkan kekurangan dan ketidakmampuan saya sendiri					
2.	Saya cenderung lebih terpaku pada sesuatu yang salah ketika saya merasa terpuruk dalam pekerjaan					
3.	Pada saat saya memikirkan tentang ketidakmampuan saya, hal ini cenderung membuat saya merasa semakin jauh dan terasingkan dari lingkungan					
4.	Saya mencoba untuk mencintai diri saya sendiri pada saat saya merasakan penderitaan					
5.	Saya merasa memiliki banyak kekurangan ketika gagal mendidik siswa ABK.					
18.	Saya dapat bersikap tidak peduli terhadap diri saya ketika mengalami kesulitan					
19.	Ketika saya merasa terpuruk dalam pekerjaan, saya mencoba terbuka terhadap perasaan saya					

No.	PERNYATAAN	TP	JR	KD	SR	SL
20.	Saya toleran terhadap kekurangan dan ketidakmampuan yang saya miliki					
21.	Pada saat saya gagal pada suatu hal penting, saya cenderung merasa sendiri dalam kegagalan saya					
22.	Saya mencoba untuk bersikap pengertian dan sabar terhadap aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					

Lampiran 7 : Data Demografis

a. Data demografi jenis kelamin

Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	19	27.1	27.1	27.1
2	51	72.9	72.9	100.0
Total	70	100.0	100.0	

b. Data demografi usia

Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1	15	21.4	21.4	21.4
2	5	7.1	7.1	28.6
3	27	38.6	38.6	67.1
4	23	32.9	32.9	100.0
Total	70	100.0	100.0	

c. Data demografi lama mengajar

lama mengajar

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1 tahun	5	7.1	7.1	7.1
2-3 tahun	9	12.9	12.9	20.0
4-5 tahun	7	10.0	10.0	30.0
lebih dari 5 tahun	49	70.0	70.0	100.0
Total	70	100.0	100.0	

d. Data demografi pendidikan terakhir

		pendidikan terakhir			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	s1	66	94.3	94.3	94.3
	s2	4	5.7	5.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

Lampiran 8 : Data Deskriptif Kecerdasan Emosional dan *Self-compassion*

		Statistics	
		SELF COMPASSION	KECERDASAN EMOSIONAL
N	Valid	70	70
	Missing	0	0
Mean		79.13	161.97
Std. Error of Mean		1.072	1.535
Median		81.00	160.50
Mode		81	168
Std. Deviation		8.968	12.841
Variance		80.433	164.898
Range		50	48
Minimum		58	144
Maximum		108	192
Sum		5539	11338

KECERDASAN EMOSIONAL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	144	4	5.7	5.7	5.7
	145	3	4.3	4.3	10.0
	146	2	2.9	2.9	12.9
	148	3	4.3	4.3	17.1
	149	2	2.9	2.9	20.0
	150	1	1.4	1.4	21.4
	151	3	4.3	4.3	25.7
	152	3	4.3	4.3	30.0
	153	2	2.9	2.9	32.9
	154	2	2.9	2.9	35.7
	158	4	5.7	5.7	41.4
	159	4	5.7	5.7	47.1
	160	2	2.9	2.9	50.0
	161	1	1.4	1.4	51.4
	162	2	2.9	2.9	54.3
	164	2	2.9	2.9	57.1
	165	1	1.4	1.4	58.6
	166	4	5.7	5.7	64.3
	167	3	4.3	4.3	68.6
	168	5	7.1	7.1	75.7
	169	1	1.4	1.4	77.1
	170	1	1.4	1.4	78.6
	172	2	2.9	2.9	81.4
	173	3	4.3	4.3	85.7
	174	1	1.4	1.4	87.1
	177	1	1.4	1.4	88.6

178	1	1.4	1.4	90.0
180	1	1.4	1.4	91.4
187	1	1.4	1.4	92.9
188	1	1.4	1.4	94.3
190	2	2.9	2.9	97.1
191	1	1.4	1.4	98.6
192	1	1.4	1.4	100.0
Total	70	100.0	100.0	

SELF COMPASSION

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	58	2	2.9	2.9	2.9
	60	1	1.4	1.4	4.3
	61	1	1.4	1.4	5.7
	65	1	1.4	1.4	7.1
	67	2	2.9	2.9	10.0
	69	3	4.3	4.3	14.3
	71	3	4.3	4.3	18.6
	72	2	2.9	2.9	21.4
	73	3	4.3	4.3	25.7
	74	2	2.9	2.9	28.6
	75	3	4.3	4.3	32.9
	76	1	1.4	1.4	34.3
	77	2	2.9	2.9	37.1
	78	3	4.3	4.3	41.4
	79	2	2.9	2.9	44.3
	80	2	2.9	2.9	47.1
	81	9	12.9	12.9	60.0
	82	4	5.7	5.7	65.7
	83	3	4.3	4.3	70.0
	84	5	7.1	7.1	77.1
	85	4	5.7	5.7	82.9
	87	1	1.4	1.4	84.3
	88	6	8.6	8.6	92.9
	93	1	1.4	1.4	94.3
	94	2	2.9	2.9	97.1
	95	1	1.4	1.4	98.6

108	1	1.4	1.4	100.0
Total	70	100.0	100.0	

Lampiran 9 : Uji Normalitas *Self-compassion* dan Kecerdasan Emosional

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		self compassion	kecerdasan emosional
N		70	70
Normal Parameters ^a	Mean	79.13	161.97
	Std. Deviation	8.968	12.841
Most Extreme Differences	Absolute	.111	.090
	Positive	.090	.090
	Negative	-.111	-.081
Kolmogorov-Smirnov Z		.931	.751
Asymp. Sig. (2-tailed)		.352	.625
a. Test distribution is Normal.			

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Predicted Value
N		70
Normal Parameters ^a	Mean	161.9714286
	Std. Deviation	5.15214946
Most Extreme Differences	Absolute	.111
	Positive	.090
	Negative	-.111
Kolmogorov-Smirnov Z		.931
Asymp. Sig. (2-tailed)		.352
a. Test distribution is Normal.		

Lampiran 10 : Uji Linearitas

Variable Processing Summary

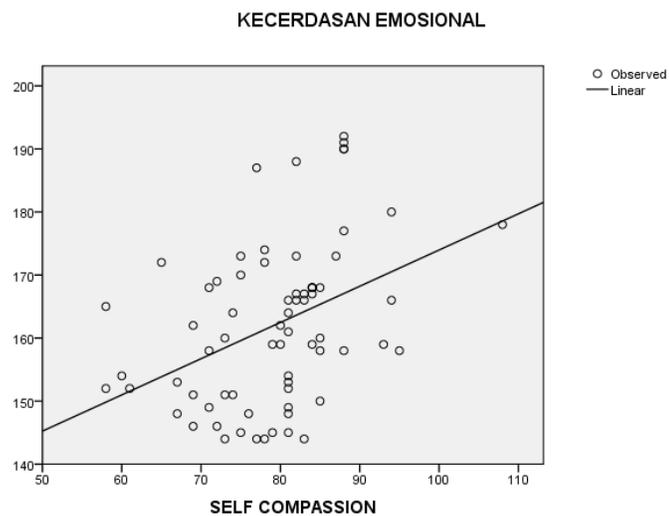
	Variables	
	Dependent	Independent
	KECERDASAN EMOSIONAL	SELF COMPASSION
Number of Positive Values	70	70
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values		
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable:KECERDASAN EMOSIONAL

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.161	13.047	1	68	.001	116.514	.574

The independent variable is SELF COMPASSION.



Lampiran 11 : Uji Korelasi

Correlations

		SELF COMPASSION	KECERDASAN EMOSIONAL
SELF COMPASSION	Pearson Correlation	1	.401**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	70	70
KECERDASAN EMOSIONAL	Pearson Correlation	.401**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	70	70

Lampiran 12 : Uji hipotesis

a. Indeks Korelasi Ganda

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.401 ^a	.161	.149	11.849

a. Predictors: (Constant), SELF COMPASSION

b. Uji Signifikansi Keseluruhan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1831.580	1	1831.580	13.047	.001 ^a
	Residual	9546.362	68	140.388		
	Total	11377.943	69			

a. Predictors: (Constant), SELF COMPASSION

b. Dependent Variable: KECERDASAN EMOSIONAL

d. Uji Persamaan Regresi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	116.514	12.665		9.200	.000
	SELF COMPASSION	.574	.159	.401	3.612	.001

a. Dependent Variable: KECERDASAN EMOSIONAL

Lampiran 13 : Surat *Expert Judgement* Kecerdasan Emosional



Building
Future
Leaders

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
 KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
 Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN
EXPERT JUDGEMENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Erik, M.Si
 Prodi : Psikologi
 Pendidikan Terakhir : S2
 Bidang Keahlian :
 No. Handphone : 085710352448

Menyatakan bahwa instrumen "*Kecerdasan Emosional*" yang telah divalidasi: dapat digunakan / ~~perlu perbaikan / tidak dapat digunakan*~~

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.
 Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 11 Mei 2018
 Validator,



Erik, M.Si

Lampiran 14 : Surat *Expert Judgement Self-compassion*


 KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
 FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
 KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
 Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

Building Future Leaders

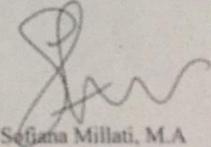
SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN
EXPERT JUDGEMENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sofiana Millati, M.A
 Prodi : Psikologi
 Pendidikan Terakhir : S2
 Bidang Keahlian : Psikologi Pendidikan
 No. Handphone : 081927953545

Menyatakan bahwa instrumen "*Self-Compassion*" yang telah divalidasi: dapat digunakan / perlu-perbaikan / tidak dapat digunakan*

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.
Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 19 Mei 2018
Validator,

 Sofiana Millati, M.A

Lampiran 15 : Surat Izin Meneliti



*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

Nomor : 1189/KJ-P/FPPsi/V/2018
Hal. : Permohonan Izin Penelitian Skripsi

11 Mei 2018

Kepada Yth
Kepala Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri 02 Jakarta

Kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta:

Nama : R. A Mega Adinda Kusuma
No. Registrasi : 1125143027
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
No. Telp/HP : 082112852004

Untuk dapat melakukan pengambilan data penelitian yang diperlukan dalam rangka memenuhi kelengkapan penyusunan skripsi dengan judul **"Pengaruh *Self-Compassion* terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta"**. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terima kasih.

Koordinator Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ

Mira Ariyani, Ph.D
NIP. 197512012006042001

Dosen Pembimbing I

d.v

Mauna, M.Psi
NIP. 198410142015042001

Mengetahui
Wakil Dekan I FPPsi UNJ



Dr. Gumay Gumelar, M.Si
NIP. 19770424 2006041001



*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

Nomor : 1177/KJ-P/FPPsi/V/2018
Hal. : Permohonan Izin Penelitian Skripsi

11 Mei 2018

Kepada Yth
Kepala Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri 01 Jakarta

Kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta:

Nama : R. A Mega Adinda Kusuma
No. Registrasi : 1125143027
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
No. Telp/HP : 082112852004

Untuk dapat melakukan pengambilan data penelitian yang diperlukan dalam rangka memenuhi kelengkapan penyusunan skripsi dengan judul **"Pengaruh *Self-Compassion* terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta"**.
Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terima kasih.

Koordinator Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ

Mira Ariyani, Ph.D
NIP. 197512012006042001

Dosen Pembimbing I

d.v

Mauna, M.Psi
NIP. 198410142015042001

Mengetahui
Wakil Dekan I FPPsi UNJ



Dr. Gungun Gumelar, M.Si
NIP. 19770424 2006041001



*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

Nomor : 1173/KJ-P/FPPsi/V/2018
Hal. : Permohonan Izin Penelitian Skripsi

11 Mei 2018

Kepada Yth
Kepala Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri 03 Jakarta

Kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta:

Nama : R. A Mega Adinda Kusuma
No. Registrasi : 1125143027
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
No. Telp/HP : 082112852004

Untuk dapat melakukan pengambilan data penelitian yang diperlukan dalam rangka memenuhi kelengkapan penyusunan skripsi dengan judul **"Pengaruh *Self-Compassion* terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta"**. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terima kasih.

Koordinator Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ

Mira Ariyani, Ph.D
NIP. 197512012006042001

Dosen Pembimbing I

d.v

Mauna, M.Psi
NIP. 198410142015042001

Mengetahui
Wakil Dekan I FPPsi UNJ



Dr. Gumgum Gumelar, M.Si
NIP. 19770424 2006041001



*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

Nomor : 1181/KJ-P/FPPsi/V/2018
Hal. : Permohonan Izin Penelitian Skripsi

11 Mei 2018

Kepada Yth
Kepala Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri 04 Jakarta

Kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta:

Nama : R. A Mega Adinda Kusuma
No. Registrasi : 1125143027
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
No. Telp/HP : 082112852004

Untuk dapat melakukan pengambilan data penelitian yang diperlukan dalam rangka memenuhi kelengkapan penyusunan skripsi dengan judul **"Pengaruh *Self-Compassion* terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta"**. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terima kasih.

Koordinator Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ

Mira Ariyani, Ph.D
NIP. 197512012006042001

Dosen Pembimbing I

d.v

Mauna, M.Psi
NIP. 198410142015042001

Mengetahui
Wakil Dekan I FPPsi UNJ



Dr. Gumgum Gumelar, M.Si
NIP. 19770424 2006041001



*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan
Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

Nomor : 1185/KJ-P/FPPsi/V/2018
Hal. : Permohonan Izin Penelitian Skripsi

11 Mei 2018

Kepada Yth
Kepala Sekolah Dasar Luar Biasa Negeri 06 Jakarta

Kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta:

Nama : R. A Mega Adinda Kusuma
No. Registrasi : 1125143027
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Pendidikan Psikologi
No. Telp/HP : 082112852004

Untuk dapat melakukan pengambilan data penelitian yang diperlukan dalam rangka memenuhi kelengkapan penyusunan skripsi dengan judul **"Pengaruh *Self-Compassion* terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta"**. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terima kasih.

Koordinator Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ

Mira Ariyani, Ph.D
NIP. 197512012006042001

Dosen Pembimbing I

d.v

Mauna, M.Psi
NIP. 198410142015042001

Mengetahui
Wakil Dekan I FPPsi UNJ



Dr. Gumgum Gumelar, M.Si
NIP. 19770424 2006041001

Lampiran 16 : Surat Telah Mengambil Data



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
 DINAS PENDIDIKAN PROVINSI DKI JAKARTA
SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) NEGERI 02 JAKARTA
 Jln. Raya Lenteng Agung No. 1, Jagakarsa, Jakarta Selatan, Telp/Faks. 021-7820040
 Jln. Medis No. 49, Jagakarsa, Jakarta Selatan, Telp/Faks. 021-22373789

Nomor : 1669/073.55/V/2018

Perihal : Surat Keterangan

Kepada
 Yth. Kepala Biro Akademik, Kemahasiswaan
 Dan Hubungan Masyarakat UNJ
 Di Jakarta

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Luar Biasa Negeri 02 Jakarta ,
 Jagakarsa, Jakarta Selatan

Nama : Daliman, S.Pd
 NIP : 196503101992031010
 Pangkat/Golongan : Pembina / IV.a
 Jabatan : Kepala SLBN 02 Jakarta

Menerangkan bahwa :
 Nama : R. A Mega Adinda Kusuma
 No. Registrasi : 1125143027
 Prodi : Psikologi
 Fakultas : Pendidikan Psikologi

Bahwa benar nama tersebut di atas telah melakukan penelitian dengan judul "**Pengaruh Self-Compassion terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta**" di SLBN 02 Jakarta pada tanggal 23 Mei s.d. 25 Mei 2018.

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta , 25 Mei 2018
 Kepala SLBN 02 Jakarta



Daliman, S.Pd
 NIP. 196503101992031010

Sit Kat Mahasiswa



PEMERINTAH PROVINSI DKI JAKARTA

DINAS PENDIDIKAN

SLB NEGERI 01 JAKARTA

Jl. Pertanian Raya, Lebak Bulus, Cilandak, Jakarta Selatan.

12440, Telp./Fax (021) 7696074, www.slbnegeri1@mail.com

UNIT PENDIDIKAN
SDLB, SEMPLB, SMALB**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 137/SLBN-01/VI/2018

Yang bertanda tangan dibawah ini atas nama Wakil Kepala SLB Negeri 01 Jakarta :

Nama : Rudi, S.Pd. MM
 NIP /NRK : 197309201998031003
 Gol / Pangkat : Pembina Tk I, IV/b
 Unit : SLB Negeri 01 Jakarta

Menerangkan bahwa ;

Nama dibawah ini adalah Mahasiswi Universitas Negeri Jakarta Fakultas Pendidikan Psikologi telah melaksanakan **Penelitian Guru** SLB Negeri 01 Jakarta,

No	Nama	NIM	KETERANGAN
1	Aviana Qonita	1125143007	Universitas Negeri Jakarta
2	I Gusti Ayu Mita	1125140607	Universitas Negeri Jakarta
3	Meisha Rizky	1125140016	Universitas Negeri Jakarta
4	R.A Mega Adinda K	1125143027	Universitas Negeri Jakarta

Demikian Surat Keterangan ini kami buat dengan sebenarnya, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 6 Juni 2018

Wakil Kepala SLB Negeri 01 Jakarta





PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
 SUKU DINAS PENDIDIKAN WILAYAH I KOTA ADMINISTRASI JAKARTA PUSAT
SLB NEGERI 3 JAKARTA

Jl. Karet Pasar. Baru Barat VII, Karet Tengsin, Tanah Abang, Kota Jakarta Pusat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta
 Telp/Fax : (021) 2520624 Email : slbn3jkt@yahoo.com, website : www.slbnegeri3jakarta.blogspot.com

SURAT KETERANGAN

No : 79/082.1/2018

Kepala SLB Negeri 3 Jakarta menerangkan, berdasarkan surat permohonan izin penelitian nomor 1173/KJ-P/FPPsi/V/2018, bahwa :

Nama : R.A Mega Adinda Kusuma
 No. Registrasi : 1125143027
 Program Studi : Psikologi
 Fakultas : Pendidikan Psikologi
 Mahasiswa : Universitas Negeri Jakarta

Telah mengadakan penelitian di sekolah kami pada bulan Mei 2018, untuk keperluan penulisan skripsi dengan judul "**Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta**".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 31 Mei 2018
 Kepala SLB Negeri 3 Jakarta



SENTONO, M.M, M.Pd
 NIP. 196606121991031011



PEMERINTAH DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
 DINAS PENDIDIKAN
 SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI 4 JAKARTA
 Jl. Bendungan Melayu No. 80 Kel. Tugu Selatan Kec. Koja – Jakarta Utara
 Website: slbn4jakarta.Sch.id Email: slbn4jakarta@gmail.com Telp. 021-43934727

SURAT KETERANGAN
 NO. 133/-1.851.62

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SLB Negeri 4 Jakarta Menerangkan bahwa pada :

Nama : R.A Mega Adinda Kusuma
 No.Registrasi : 1125143027
 Tempat : SLB Negeri 4 Jakarta
 Prog. Studi/Fakultas : Pendidikan Psikologi
 Universitas Negeri Jakarta (UNJ) Jakarta

Telah dilaksanakan penelitian tentang “Pengaruh Self-Compassion Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Guru Sekolah Dasar Luar Biasa di Jakarta”. Penelitian dilakukan dengan tehnik observasi langsung ke Guru dan siswa/i SLB Negeri 4 Jakarta.

Demikian surat keterangan ini, semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 5 Juni 2018
 Kepala SLB Negeri 4 Jakarta

 SRI LESTARI S. Pd.MM
 NIP. 196304061985032002



DINAS PENDIDIKAN PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) NEGERI 6 JAKARTA
 Jl. Lapangan Jabek, Komp. Mega Kebon Jeruk, Meruya Selatan, Kembangan
 Jakarta Barat, Telp. 021-29541320, Fax. 021-29541320

SURAT KETERANGAN
 No. 205/SLBN6/VI/2018

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tonny Santosa, M.Pd.
 Jabatan : Kepala Sekolah
 Alamat : SLB Negeri 6 Jakarta
 Jl. Lapangan Jabek Komplek Mega Kebon Jeruk,
 Meruya Selatan, Kembangan, Jakarta Barat 11650.

Menerangkan bahwa:

Nama : R. A Mega Adinda Kusuma
 NIM : 1125143027
 Perguruan Tinggi/ Fakultas : Universitas Negeri Jakarta
 Fakultas Pendidikan Psikologi

Telah melaksanakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul "*Pengaruh Self Compassion Terhadap Kecerdasan Emosional pada Guru di SDLB Negeri*", pada tanggal 30 Mei 2018.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 8 Juni 2018
 Kepala SLB Negeri 6 Jakarta



Tonny Santosa, M.Pd
 NIP 196103061984031006

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



R.A Mega Adinda Kusuma dilahirkan di Bekasi, 13 Juli 1996. Peneliti merupakan anak kedua dari Bapak Soesetyono dan Ibu Diana Pangastuti. Peneliti memulai pendidikan formal di TK Tunas Harapan , SD Mutiara Baru, SMP 2 Bekasi, SMA 2 Bekasi dan terakhir menyelesaikan pendidikan S1 jurusan Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta pada tahun 2018. Pada tahun 2017 peneliti melakukan program Praktek Kerja Psikologi (PKP) di Direktorat Jenderal Bea dan Cukai.

Kontak penulis yang dapat dihubungi : megaadinda21@gmail.com