

Hubungan Self-Compassion dan Optimisme pada Emerging Adults Penyintas Perundungan = The Relationship between Self-Compassion and Optimisme among Bullying Survivors in Emerging Adults

Maulidia Annisa Hilmah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20491781&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Korban bullying usia sekolah umumnya masih merasakan berbagai dampak negatif bullying hingga dewasa. Penyayang diri dan optimisme dapat menjadi strategi koping yang tepat bagi korban untuk berkembang positif secara psikologis. Studi ini berusaha untuk melihat hubungan antara belas kasihan diri dan optimisme pada orang dewasa baru yang selamat dari perundungan sekolah (SMP dan SMA). Partisipan dalam penelitian ini adalah orang dewasa baru berusia 18-25 tahun yang lolos seleksi instrumen Multidimensional Online and Offline Peer Victimization Scale (MOOPVS) berdasarkan tingkat keparahan bullying yang dialaminya. Belas kasihan diukur menggunakan Bentuk Pendek Skala Belas Diri Sendiri (SCS-SF) dan optimisme diukur dengan Tes Orientasi Kehidupan-Revisi (LOT-R). Melalui teknik korelasi Pearson, ditemukan bahwa di antara orang dewasa baru yang selamat dari perundungan di sekolah, belas kasihan diri secara signifikan berhubungan positif dengan optimisme ($r = 0,264$, $p < 0,01$, satu sisi). Temuan ini dapat menjadi pertimbangan bagi para praktisi psikologi, khususnya yang bergerak di bidang rehabilitasi pasca bullying, untuk melakukan intervensi welas asih dan / atau berbasis optimisme.

ABSTRACT

Victims of school age bullying generally still feel the various negative effects of bullying until adulthood. Self-compassion and optimism can be the right coping strategies for victims to develop positively psychologically. This study attempted to look at the relationship between self-compassion and optimism in new adults who survived school bullying (junior high and high school). Participants in this study were adults aged 18-25 years who passed the Multidimensional Online and Offline Peer Victimization Scale (MOOPVS) instrument selection based on the severity of the bullying they experienced. Compassion was measured using the Short Form of Self-Defense Scale (SCS-SF) and optimism measured by the Revised Life-Orientation Test (LOT-R). Through the Pearson correlation technique, it was found that among new adults who survived school bullying, self-compassion was significantly positively associated with optimism ($r = 0.264$, $p < 0.01$, one hand). These findings can be a consideration for psychology practitioners, especially those engaged in post-bullying rehabilitation, to carry out compassionate and / or optimism-based interventions.