

SELF COMPASSION PADA KORBAN BULLYING

SKRIPSI



Disusun Oleh :

AULIA SHAFI KARTIKA HUSAIN

200701071

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

GRESIK

2024

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan daya dan kekuatan bagi orang-orang yang bertawakal, yang memberikan kemudahan dan menghilangkan kesukaran, memberikan petunjuk kebenaran yang benar dan kesalahan yang salah serta memberikan kekuatan kepada kami untuk mampu menjauhinya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Seiring dengan rasa syukur kepada Allah SWT., atas terselesainya penulisan skripsi yang berjudul “*Self Compassion* Pada Korban *Bullying*” maka penulis tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Awang Setiawan Wicaksono, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Prianggi Amelasasih, S. Psi., M. Si selaku Ka. Prodi Psikologi.
3. Ibu Idha Rahayuningsih, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali.
4. Ibu Muhimmatul Hasanah, S. Psi., M.A. dan Ibu Prianggi Amelasasih, S. Psi., M. Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Ibu Dr. Asri Rejeki, MM., Psikolog dan bapak Awang Setiawan Wicaksono, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Skripsi.
6. Seluruh dosen dan Civitas Akademika Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
7. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan walaupun demikian penulis tetap berharap semoga penulisan skripsi ini berguna dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi.

Gresik, Juli 2024

Penulis

ABSTRAK

Aulia Shafa Kartika Husain (200701071). *Self Compassion* Pada Korban *Bullying*.

Fenomena *bullying* sudah umum terjadi di semua negara, seperti di negara Amerika Serikat yaitu seorang perempuan menjadi korban *cyberbullying* dari seorang anak laki-laki sehingga bunuh diri. *Bullying* sendiri sudah menjadi fenomena yang umum juga di masyarakat Indonesia. Perilaku *bullying* memiliki pengaruh jangka panjang dan jangka pendek pada korban *bullying*. Bahkan, *bullying* sudah sering terjadi di sekolah dan dilakukan oleh para remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran *self compassion* pada korban *bullying* di MTs X. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Dalam penelitian ini menggunakan observasi partisipatif pasif, wawancara semi terstruktur dan dokumentasi sebagai Teknik pengambilan data. Penelitian ini menggunakan enam elemen analisis data menurut Creswell dan menggunakan triangulasi sumber, triangulasi teknik dan *member check* sebagai kredibilitas data. Hasil dalam penelitian ini didapatkan bahwa kedua subjek mengalami berbagai macam emosi, termasuk iri, kesal, cemas, bersyukur, kecewa, sengsara, dan heran, sebagai respons terhadap kejadian-kejadian yang mereka alami. Emosi-emosi ini mencerminkan kompleksitas perasaan yang timbul akibat situasi yang mereka hadapi, seperti *bullying* dan interaksi sehari-hari. Lalu pada subjek VS, menunjukkan tingkat *self compassion* yang lebih tinggi dibandingkan subjek WR. Dalam konteks ini, subjek VS cenderung lebih terhubung dengan orang lain dan lebih mampu mengelola kecemasan mereka. Sedangkan subjek WR mengalami isolasi emosional, menginternalisasi pandangan negatif terhadap diri mereka, dan sulit mengatasi dampak psikologis dari *bullying*.

Kata kunci: *Self Compassion, Bullying*



ABSTRACT

Aulia Shafa Kartika Husain (200701071). *Self Compassion Pada Korban Bullying.*

The phenomenon of bullying is common in all countries, such as in the United States, where a girl became a victim of cyberbullying from a boy and committed suicide. Bullying itself has become a common phenomenon in Indonesian society. Bullying behavior has long-term and short-term effects on victims of bullying. In fact, bullying often occurs in schools and is carried out by teenagers. The aim of this research is to find out what self-compassion is like for victims of bullying at MTs X. This research uses qualitative methods with a case study approach. In this research, passive participant observation, semi-structured interviews and documentation were used as data collection techniques. This research uses six elements of data analysis according to Creswell and uses source triangulation, technical triangulation and member checking as data credibility. The results of this study showed that both subjects experienced various emotions, including envy, annoyance, anxiety, gratitude, disappointment, misery and surprise, in response to the events they experienced. These emotions reflect the complexity of feelings that arise as a result of the situations they face, such as bullying and everyday interactions. Then the VS subject showed a higher level of self-compassion than the WR subject. In this context, VS subjects tend to be more connected to others and better able to manage their anxiety. Meanwhile, WR subjects experienced emotional isolation, internalized negative views of themselves, and found it difficult to overcome the psychological impact of bullying.

Keywords: *Self Compassion, Bullying*



DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Motto	iv
Halaman Persembahan	v
Pernyataan Keaslian Skripsi	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Lampiran	xii
Abstrak.....	xiii
<i>Abstract</i>	xiv
BAB I : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Penelitian Terdahulu.....	6
1.3 Fokus Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
BAB II : KAJIAN PUSTAKA	
2.1 <i>Self Compassion</i>	10
2.1.1 Pengertian <i>Self Compassion</i>	10
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Self Compassion</i>	10
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Compassion</i>	13
2.1.4 Manfaat <i>Self Compassion</i>	15

2.2 <i>Bullying</i>	18
2.2.1 Pengertian <i>Bullying</i>	18
2.2.2 Peran dalam <i>Bullying</i>	19
2.2.3 Karakteristik Pelaku dan Korban <i>Bullying</i>	22
2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku <i>Bullying</i>	23
2.2.5 Bentuk-bentuk <i>Bullying</i>	25

BAB III : METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian	28
3.2 Batasan Konsep.....	28
3.3 Unit Analisis dan Subjek Penelitian.....	29
3.3.1 Unit Analisis	29
3.3.2 Subjek Penelitian	29
3.4 Teknik Pengumpulan Data	30
3.5 Teknik Analisis Data	32
3.6 Kredibilitas Data	34

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Penelitian	36
4.1.1 Persiapan Penelitian.....	36
4.1.2 Gambaran Tentang Lokasi Penelitian	36
4.1.3 Tahapan Pelaksanaan Penelitian	37
4.2 Hasil Penelitian	37
4.2.1 Hasil Analisis Subjek	37
4.3 Analisis Persamaan dan Perbedaan Subjek Penelitian.....	65
4.4 Pembahasan.....	66
4.5 Keterbatasan Penelitian	70

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan71

5.2 Saran.....71

Daftar Pustaka.....74

Lampiran.....77



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Wawancara Awal	4
Tabel 3. 1 Subjek Penelitian.....	29
Tabel 4. 1 Alur Tahapan Penelitian.....	37
Tabel 4. 2 Analisis Persamaan dan Perbedaan Subjek Penelitian	65



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Cek Plagiasi.....	78
Lampiran 2 Kartu Bimbingan	79
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	80
Lampiran 4 Buku Catatan BK.....	82
Lampiran 5 Pedoman Wawancara.....	86
Lampiran 6 Pedoman Observasi	89
Lampiran 7 <i>Informed Consent</i>	90
Lampiran 8 <i>Informed Consent</i> Subjek VS	92
Lampiran 9 <i>Informed Consent</i> Subjek WR.....	93
Lampiran 10 Dokumentasi Pengambilan Data	94
Lampiran 11 Hasil Wawancara/ Verbatim 1 Subjek VS	95
Lampiran 12 Hasil Wawancara/ Verbatim 2 Subjek VS	102
Lampiran 13 Hasil Wawancara/ Verbatim 1 Subjek WR.....	115
Lampiran 14 Hasil Wawancara/ Verbatim 2 Subjek WR.....	123
Lampiran 15 Hasil Wawancara/ Verbatim Informan 1 Subjek VS	136
Lampiran 16 Hasil Wawancara/ Verbatim Informan 2 Subjek VS	142
Lampiran 17 Hasil Wawancara/ Verbatim Informan 1 Subjek WR.....	146
Lampiran 18 Hasil Wawancara/ Verbatim Informan 2 Subjek WR.....	150
Lampiran 19 Hasil Observasi Subjek VS	153
Lampiran 20 Hasil Observasi Subjek WR.....	154