

# HUBUNGAN WELAS DIRI DENGAN RESILIENSI PADA ORANG TUA DENGAN ANAK PENYANDANG TUNAGRAHITA

Fa'niy Gading<sup>1</sup> Arini Mifti Jayanti<sup>2</sup>

## INTISARI

### **Latar Belakang:**

Orang tua dengan anak penyandang tunagrahita butuh mencapai resiliensi dari kondisi anak mereka agar tidak berlarut-larut dalam emosi negatif yang muncul. Adapun suatu konsep kebaikan pada diri sendiri yang juga berhubungan dengan resiliensi yakni welas diri. Peneliti berasumsi bahwa orang tua dengan anak penyandang tunagrahita dengan welas diri akan lebih mudah mencapai resiliensi, begitupun sebaliknya.

### **Tujuan Penelitian:**

Menguji secara empiris hubungan antara welas diri dengan resiliensi pada orang tua dengan anak penyandang tunagrahita

### **Metode Penelitian:**

Metode yang digunakan peneliti ialah kuantitatif berbentuk korelasi sebab akibat dengan menggunakan analisis uji hipotesis *pearson product moment*. Skala yang digunakan oleh peneliti yaitu dengan skala *self compassion* (welas diri) dari Neff (2003) dan skala resiliensi dari Wagnild dan Young (1993). Subjek yang akan digunakan yaitu orang tua dari anak tunagrahita usia dibawah 18 tahun di Indonesia

### **Hasil Penelitian:**

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antar variabel dalam kategori sedang. Nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0,431 dengan sumbangan ( $r^2$ ) sebesar 18,6% dan nilai signifikansi 0,002. Sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima

### **Kesimpulan:**

Hipotesis peneliti diterima atau antar variabel memiliki hubungan yang positif dimana artinya apabila semakin tinggi welas diri maka akan semakin tinggi pula tingkat resiliensi pada subjek, begitupun sebaliknya.

**Kata Kunci:** Welas diri, resiliensi

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

## SELF COMPASSION AND RESILIENCE AMONG PARENTS OF CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION

Fa'niy Gading<sup>1</sup>Arini Mifti Jayanti<sup>2</sup>

### **Background:**

Parents of children with mental retardation needs to get resilience from the condition of their child in order not to drag on their negative emotion. There is some concept about to be kind with ourselves that has the relationship with resilience too, it is selfcompassion. Researcher assume that parents with high self compassion has higher levels of resilience than those with low self compassion, and vice versa.

### **Objectives:**

Analyze empirically the relationships of self compassion with resilience on parents of child with mental retardation.

### **Research Methods:**

This study used quantitative method and analysis with pearson product moment technique. The instrument of this study used the adaptation and modification scale of Neff's self compassion scale (2003) and the resilience scale from Wagnild and Young (1993).

### **Research Result:**

The results of this study are the correlation value ( $r$ ) of 0.431 with skor contribution ( $r^2$ )= 18,6% and the significance of 0,002.

### **Conclusion:**

The conclusion of this study is there is strong enough correlation between self compassion with resilience and statistical analyses indicated that parents with high self compassion reported higher levels of resilience than those with low self compassion, vice versa so the hypothesis was accepted

*Key Word: Self compassion, resilience*

---

<sup>1</sup> Student of Psychology Departement Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturer of Psychology Departement Jenderal Achmad Yani Yogyakarta