

Hubungan Antara Self Compassion Dengan Resiliensi Pada Warga Binaan Perempuan

Anisa Fitri Nurjanah^{1*}, Alfin Miftahul Khairi² 
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Indonesia
anisafitri156@gmail.com*

Submitted: 07-05-2024

Revised: 02-06-2024

Accepted: 05-06-2024

Copyright holder:

© Nurjanah, AF., Khairi, AM. (2024)

First publication right:

© Ghaidan Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan

How to cite: Nurjanah, AF., Khairi, AM. (2024). Hubungan Antara Self Compassion Dengan Resiliensi Pada Warga Binaan Perempuan. (2024). *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 8(1).
<https://doi.org/10.19109/jdbk3m50>

Published by:

UIN Raden Fatah Palembang

Journal website:

<https://Ghaidan.co.id/index.php/bcp>

E-ISSN:

2621-8283

ABSTRACT:

This research aims to determine the relationship between self-compassion and resilience in female inmates at the Surakarta Class I State Detention Center. The hypothesis in this research is that there is a relationship between self-compassion and resilience in female inmates who are serving a period of detention at the Surakarta Class I State Detention Center. This research uses a correlational quantitative approach. The subjects in this research were 38 female inmates at the Surakarta Class I State Detention Center. The data collection method in this research uses a Likert scale questionnaire which consists of two scales, namely the self-compassion scale and the resilience scale. Data analysis was carried out using Pearson correlation analysis to obtain a correlation coefficient of 0.496 and a significance value of 0.002 ($p < 0.05$). This means that the higher the self-compassion of female inmates, the higher their resilience, conversely, the lower the self-compassion of female inmates, the lower their resilience. The results of this research show that there is a relationship between self-compassion and resilience in female inmates at the Surakarta Class I State Detention Center.

KEYWORDS: Self Compassion, Resilience, Woman Prisoners

PENDAHULUAN

Rumah Tahanan Negara biasa disingkat dengan Rutan adalah tempat penahanan sementara terdakwa yang sedang menjalani masa persidangan (KANWIL Kementerian Hukum dan HAM RI Kalimantan Selatan, 2023). Tujuan penahanan tersebut agar selama menjalani proses penyidikan, penuntutan, dan persidangan terdakwa tidak dihakimi oleh massa, melarikan diri, menghilangkan atau menghancurkan barang bukti atas kasus hukum yang sedang dihadapinya (Pramesti, 2014). Terdakwa yang menjalani masa penahanan disebut sebagai Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP).

Meskipun belum terbukti bersalah dan masih menjalani proses persidangan, perubahan keadaan yang dihadapi oleh WBP seringkali menyebabkan berbagai permasalahan psikologis seperti kecemasan (Maranatha, 2023; Rani et al., 2022; Safitri et al., 2022), shock (Mayangsari & Suparmi, 2020), stress (Jannah & Jannah, 2017; Makarti & Tjahjoanggoro, 2022; Maranatha, 2023), trauma (Mayangsari & Suparmi, 2020), putus asa (Mayangsari & Suparmi, 2020; Zellawati & Amalia, 2022), rendah diri (Zellawati & Amalia, 2022), dan depresi (Maranatha, 2023; Rani et al.,

2022). Selain itu, WBP seringkali menghadapi stigma negatif dari masyarakat yang menganggap bahwa tahanan adalah pelaku kejahatan meskipun tahanan belum dinyatakan bersalah.

Maka dari itu WBP harus memiliki kemampuan beradaptasi yang baik untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan Rutan (Jannah & Jannah, 2017) dan terus bangkit dari keterpurukan (Rani et al., 2022). Untuk dapat beradaptasi dengan baik diperlukan resiliensi yang baik pula. Pada dasarnya resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit dari situasi yang penuh tekanan. Resiliensi merupakan fondasi dasar dari kekuatan emosional dan psikologis individu (Sofiachudairi & Setyawan, 2018). Resiliensi mendorong individu untuk terus bangkit dan berkembang di segala situasi dan kondisi. Hal tersebut menjadikan individu memiliki pikiran positif untuk menghadapi segala tekanan yang ada dalam hidupnya.

Beberapa kemampuan yang dapat membentuk resiliensi yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, kemampuan analisis masalah, efikasi diri, dan kemampuan meraih aspek positif meskipun dalam kondisi sulit (Reivich & Shatte, 2002). Hal tersebut diperkuat dengan serangkaian penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara resiliensi dengan kecerdasan emosional (Astuti & Rusmawati, 2021; Gustiana et al., 2016), hubungan positif antara resiliensi dengan *hope* (Sitohang & Rosito, 2023), hubungan positif antara resiliensi dengan optimisme (Lestari et al., 2022; Yoga et al., 2022), hubungan positif antara resiliensi dengan *self efficacy* (Lestari et al., 2022; Sari & Fitri, 2023), hubungan positif antara resiliensi dengan dukungan sosial (Raisa & Ediati, 2016; Tunliu et al., 2019), hubungan positif antara resiliensi dengan tingkat spiritualitas (Safitri et al., 2022), dan hubungan positif antara resiliensi dengan harga diri (Feoh et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Khosidah & Andriany (2021) diperoleh hasil bahwa tingkat resiliensi WBP di lembaga pasyarakatan termasuk sedang dan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti penerimaan diri, dukungan sosial, dukungan keluarga, usia dan etnis. Salah satu faktor lain yang berpengaruh terhadap peningkatan resiliensi adalah *self compassion* (Bluth et al., 2018; Rahayu et al., 2021). Sejalan dengan itu, Homan (2016) menyatakan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis individu adalah kemampuan *self compassion*.

Self compassion merupakan kemampuan individu untuk dapat memahami, mengasihi, memberikan kebaikan dan menerima diri sendiri dalam kondisi apapun. Individu yang memiliki *self compassion* cenderung memiliki ketahanan emosi yang baik ketika menghadapi kegagalan dan tekanan psikologis. Orang dengan *self compassion* yang tinggi dapat melakukan penerimaan diri tanpa syarat dalam kondisi apapun, bahkan ketika mereka membuat kesalahan atau kegagalan (Smith, 2015). Alasannya karena *self compassion* yang tinggi memungkinkan individu sering melakukan evaluasi diri (Smith, 2015), memberikan perhatian dan memperlakukan diri sendiri dengan baik meskipun dalam keadaan yang penuh tekanan (Allen & Leary, 2010).

Self compassion memiliki tiga komponen utama, yaitu *self kindness* yang berarti bersikap baik dan pengertian terhadap diri sendiri ketika mengalami kegagalan, *common humanity* berarti mengakui pengalaman baik dan buruk seseorang di masa lalu adalah hal yang manusiawi, dan *mindfulness* berarti memiliki kesadaran akan kondisi saat ini (Neff, 2003). Salah satu penelitian terdahulu menyatakan bahwa terdapat korelasi positif antara *self compassion* dengan ketahanan diri narapidana (Lubis & Muhammad, 2023). Peningkatan *self compassion* pada WBP bertujuan untuk mengurangi perasaan rendah diri, meningkatkan kesadaran diri, dan menurunkan agresi (Amita et al., 2023). Apabila WBP mampu memiliki cara pandang yang positif, mengontrol dan melakukan evaluasi terhadap diri sendiri, maka WBP akan memiliki kemampuan yang baik dalam menghadapi dan memecahkan permasalahan psikologisnya.

Serangkaian penelitian terdahulu telah membahas mengenai korelasi antara *self compassion* dengan berbagai aspek psikologis individu, seperti hubungan antara *self compassion*

dengan *meaning in life* (Yuningsih & Primanita, 2020), hubungan antara *self compassion* dengan *loneliness* (Fachrial & Maulydia, 2023), hubungan antara *self compassion* dengan *optimisme* (Anni & Duryati, 2021), hubungan antara *self compassion* dengan *self esteem* (Amita et al., 2023; Dharmawati & Sahrani, 2023), hubungan antara *self compassion* dengan *psychological well being* (Prahayuningtyas & Basaria, 2023; Ramadhan & Chusairi, 2022), dan hubungan antara *self compassion* dengan tingkat stress (Erwansa et al., 2024). Meskipun sudah ada beberapa penelitian mengenai keterkaitan antara *self compassion* dengan aspek-aspek psikologis di atas, namun hanya beberapa penelitian yang membahas hubungan *self compassion* dengan resiliensi terutama pada subjek warga binaan pemasyarakatan.

Perempuan dan laki-laki memiliki sifat dan karakteristik berbeda, sehingga kemampuan dalam menghadapi permasalahan psikologis dan tekanan sosial juga berbeda. Permasalahan psikologis seperti kecemasan yang dialami perempuan terbukti lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (Wulan & Ediati, 2019). Penelitian sebelumnya juga menyatakan bahwa perempuan memiliki *self compassion* yang lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki (Neff & McGehee, 2010). Pernyataan tersebut diperkuat oleh penelitian yang pernah dilakukan oleh Henny & Yendi (2021) terhadap 254 siswa SMPN 1 Kec. Lareh Sago Halaban. Temuan penelitian tersebut diperoleh hasil tingkat *self compassion* perempuan sebanyak 51,20% berada pada kategori sedang. Sedangkan tingkat *self compassion* laki-laki diperoleh hasil 77,52% berada pada kategori tinggi.

Selain itu perempuan juga memiliki tingkat resiliensi yang lebih rendah dibanding laki-laki. Hal tersebut dibuktikan oleh penelitian Roellyana & Listiyandini (2016) terhadap 151 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi diperoleh hasil bahwa mahasiswa laki-laki memiliki rata-rata resiliensi yang lebih tinggi dibanding mahasiswa perempuan. Penelitian yang menyatakan bahwa perempuan memiliki tingkat resiliensi yang lebih rendah dibanding laki-laki juga pernah dilakukan di luar negeri oleh Erdogan et al. (2015).

Maka dari itu, salah satu kemampuan penting yang harus dimiliki seorang perempuan terutama ketika sedang mengalami situasi sulit akibat perubahan keadaan, seperti halnya menjadi warga binaan perempuan di Rutan adalah kemampuan resiliensi. Faktor penting yang dapat mempengaruhi resiliensi individu adalah *self compassion*, karena *self compassion* membuat individu tetap memperlakukan dirinya dengan baik ketika pengalaman hidupnya tidak berjalan dengan baik. Selain itu, penelitian yang mengkaji tentang korelasi antara variabel *self compassion* dengan resiliensi sudah dibahas dalam beberapa subjek penelitian, namun penelitian dengan subjek warga binaan perempuan masih jarang diteliti. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara *self compassion* dengan resiliensi pada warga binaan perempuan di Rutan Kelas I Surakarta.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Populasi yang akan diambil dalam penelitian ini adalah warga binaan perempuan di Rutan Kelas I Surakarta, dengan total keseluruhan sebanyak 38 orang warga binaan perempuan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *Total Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2013). Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 100 orang. Namun dalam penelitian ini, peneliti hanya menggunakan 37 sampel dari total populasi yang ada karena satu orang sampel hanya mengisi satu skala kuisioner saja sehingga sampel tersebut dianggap gugur. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket skala *likert*.

Instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah skala untuk mengukur *self compassion*, yaitu *Self Compassion Scale (SCS)* milik Neff (2003) yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Sugianto et al. (2020). Skala ini terdiri dari 26 butir item pernyataan, namun berdasarkan uji validitas konstruk yang dilakukan oleh peneliti dengan penyesuaian terhadap subjek warga binaan, terdapat 6 item tidak valid dan 20 item pernyataan dinyatakan valid. Skala *self compassion* ini dibuat dengan mengacu pada teori Neff (2003), dimana peneliti menguji enam komponen yang saling berkorelasi yaitu mengasihi diri (*self-kindness*), menghakimi diri (*self-judgment*), kemanusiaan universal (*common humanity*), isolasi (*isolation*), *mindfulness*, dan over identifikasi (*overidentification*).

Pada skala resiliensi didasarkan pada Teori Reivich and Shatte (2002) yang telah dikembangkan oleh Onding (2019). Skala resiliensi terdiri dari 21 butir item, berdasarkan uji validitas konstruk yang dilakukan oleh peneliti dengan penyesuaian subjek WBP maka terdapat 4 item yang dinyatakan tidak valid, sehingga peneliti hanya menggunakan 17 item yang dinyatakan valid. Pernyataan dalam skala resiliensi mengacu pada teori Reivich & Shatte (2002), dimana resiliensi terdiri dari tujuh aspek yaitu kemampuan regulasi emosi, pengendalian impuls diri, sikap optimis, kemampuan untuk menganalisis permasalahan, empati, efikasi diri, dan kemampuan untuk memiliki aspek positif dalam setiap peristiwa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian mengenai hubungan antara *self compassion* dengan resiliensi merupakan tujuan utama dalam penelitian ini. Namun sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji asumsi klasik terlebih dahulu guna sebagai prasarat mendasar dalam tahap penelitian. Serangkaian uji asumsi klasik yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas data dilakukan untuk memverifikasi apakah dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Hasil perhitungan uji normalitas data ditunjukkan pada Tabel 1 berikut ini:

Table 1. Hasil Uji Normalitas

N	Nilai Signifikansi (Sig.)	Keterangan
37	0,107	Normal

(Sumber: Data hasil SPSS, diolah)

Pada Tabel 1. Memperlihatkan nilai signifikansi sebesar 0,107 yang melebihi nilai batas yaitu 0,05, dimana $P > 0,05$. Maka dapat dikatakan bahwa distribusi data residual dapat dinyatakan normal.

Uji linieritas dilakukan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan linier antar variabel. Hasil perhitungan terhadap variabel yang tidak dipengaruhi oleh faktor lain ditunjukkan pada Tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

Variabel Penelitian	F deviation from Linearity	P.	Keterangan
Resiliensi* <i>Self Compassion</i>	2,100	0,091	Linier

(Sumber: Data hasil SPSS, diolah)

Berdasarkan hasil uji linieritas yang telah dilakukan pada Tabel 2, diperoleh nilai *F Deviation From Linearity* pada kedua variable yaitu $F = 2,100$ dengan $P = 0,091$ ($P > 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa korelasi antara variable *self compassion* dan variable resiliensi menunjukkan adanya hubungan yang bersifat linier.

Setelah melakukan serangkaian uji asumsi klask, selanjunya peneliti akan melakukan uji hipotesis. Uji korelasi dalam bentuk uji Pearson dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variable *self compassion* dengan variable resiliensi. Hasil perhitungan uji korelasi yang telah dilakukan oleh peneliti ditunjukkan pada Tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel Penelitian (N = 37)	<i>Pearson Correlation</i>	P
<i>Self compassion</i> dan Resiliensi	0,496	0,002

(Sumber: Data hasil SPSS, diolah)

Berdasarkan informasi hasil uji korelasi pada Tabel 3, diperoleh hasil koefisien signifikansi sebesar $P = 0,002$ ($P < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan antara *self compassion* dengan resiliensi Warga Binaan Perempuan di Rutan Kelas I Surakarta.

Analisis penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara *self compassion* dengan resiliensi pada WBP Perempuan. Dengan nilai korelasi sebesar $r_{xy} = 0,496$. Hal tersebut dapat diartikan bahwa sejalan dengan peningkatan *self compassion* WBP maka Tingkat resiliensinya jga cenderung meningkat. Begitu pula sebaliknya, penurunan tingkat *self compassion* yang dialami oleh WBP berhubungan dengan penurunan tingkat resiliensi WBP. Korelasi antara kedua variable penelitian ini cukup kuat.

Hasil temuan dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh [Rahayu et al. \(2021\)](#) yang menemukan adanya korelasi yang signifikan antara Tingkat *self compassion* dengan resiliensi di kalangan perawat pasien Covid-19. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa *self compassion* merupakan aspek yang penting dalam meningkatnya resiliensi individu ketika menghadapi situasi yang penuh dengan resiko.

Selain itu hasil dalam penelitian ini juga mendukung pendapat dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Bluth et al. (2018) yang menyatakan bahwa salah satu faktor penting dalam peningkatan resiliensi dalam diri individu adalah kemampuan *self compassion*. Individu yang memiliki kemampuan untuk melakukan penghayatan terhadap dirinya sendiri, menerima keadaannya dengan penuh kesadaran, serta memiliki pikiran yang positif dalam memandang masa depannya menandakan bahwa individu tersebut memiliki resiliensi yang baik.

Peran *self compassion* dan resiliensi dalam diri WBP sangat dibutuhkan untuk bertahan hidup dalam Rutan. Karena dalam banyak kasus WBP yang tidak memiliki kemampuan adaptasi dan penerimaan diri yang baik seringkali melakukan tindakan yang dapat membahayakan diri sendiri maupun WBP lain. Beberapa tindakan tersebut misalnya melukai diri sendiri, bertindak anarkis, berkelahi dengan WBP lain, percobaan bunuh diri, maupun percobaan melarikan diri dari Lembaga pemasyarakatan. Hal ini bisa jadi dikarenakan ketidakmampuan WBP dalam menerima kondisinya saat ini serta perubahan keadaan yang sebelumnya mereka adalah individu yang memiliki kebebasan menjadi individu yang tidak memiliki kebebasan seperti sebelumnya.

Selanjutnya kemampuan *self compassion* memungkinkan individu untuk dapat memberikan dukungan terhadap dirinya sendiri maupun orang lain. Rasa empati ini memungkinkan individu untuk bertahan dan mendorong orang lain untuk bertahan juga di situasi yang sama. Hal ini menunjukkan bahwa *self compassion* berperan penting dalam meningkatkan resiliensi WBP karena empati merupakan salah satu aspek dalam resiliensi. Sehingga kemampuan untuk memberikan kasih sayang dan dorongan terhadap diri sendiri dan orang lain ini dapat mencegah WBP dari emosi-emosi negatif yang dirasakan WBP selama menjalani masa penahanan di Rutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap warga binaan perempuan di Rutan Kelas I Surakarta, maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat korelasi positif antara *self compassion* dengan resiliensi warga binaan perempuan di Rutan Kelas I Surakarta ($p = 0,008$; $p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self compassion* yang dimiliki oleh warga binaan perempuan maka semakin tinggi pula resiliensinya.

Terdapat beberapa warga binaan yang masih memiliki resiliensi rendah, sehingga peneliti menyarankan bagi pihak Rumah Tahanan Negara atau Lembaga pemasyarakatan untuk dapat melakukan pelatihan *self compassion* sebagai salah satu upaya pelayanan untuk membantu warga binaan pemasyarakatan dalam meningkatkan kemampuan resiliensi. Sehingga warga binaan pemasyarakatan memiliki ketahanan dan motivasi untuk hidup lebih baik lagi selama menjalani proses hukum maupun setelah kembali ke masyarakat.

REFERENSI

- Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-Compassion , Stress , and Coping. *Social and Personality Psychology Compass*, 2, 107–118. [Google Scholar](#).
- Amita, N., Siregar, J., Listyani, N., & Assyfa, L. (2023). Self-Compassion dan Self-Esteem pada Narapidana. *Ganaya : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 6(1), 241–254. <https://doi.org/10.37329/ganaya.v6i1.2134>
- Anni, R. S., & Duryati. (2021). Hubungan antara Self-Compassion dengan Optimisme pada Siswa Madrasah Aliyah Swasta (MAS) Nagari Kepala Hilalang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 85–91. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/910>
- Astuti, A. K., & Rusmawati, D. (2021). Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal EMPATI*, 10(Nomor 5), 328–333. [Google Scholar](#).
- Bluth, K., Mullarkey, M., & Lathren, C. (2018). Self-Compassion: A Potential Path to Adolescent Resilience and Positive Exploration. *Journal of Child and Family Studies*, 27(9), 3037–3047. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1125-1>
- Dharmawati, S., & Sahrani, R. (2023). Self-Compassion Dan Self-Esteem Pada Emerging Adulthood Yang Pernah Melakukan Self-Harm. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1084–1096. <https://idm.or.id/JSER/ind>
- Erdogan, E., Ozdogan, O., & Erdogan, M. (2015). University Students' Resilience Level: The Effect of Gender and Faculty. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 186, 1262–1267. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.047>
- Erwansa, D., Widyastuti, & Ridfah, A. (2024). Hubungan Self Compassion Terhadap Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi UNM. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 3(2),

316–327. [Google Scholar](#).

- Fachrial, L. A., & Maulydia, N. (2023). Hubungan Antara Self-Compassion Dan Loneliness Pada Remaja Broken Home. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(2), 22–30. <https://doi.org/10.56127/jukeke.v2i2.869>
- Feoh, F. T., Barimbing, M. A., & Lay, D. (2021). HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN RESILIENSI NARAPIDANA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN WANITA KELAS IIB KUPANG. *Jurnal Keperawatan Malang*, 6(1), 1–13. [Google Scholar](#).
- Gustiana, R., Sulistiani, N. W., & Rosliana, L. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Resiliensi Pada Penghuni Lapas Di Kelas II A Samarinda. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*, 53(95), 45–52. [Google Scholar](#).
- Henny, S. M., & Yendi, F. M. (2021). Self-compassion of adolescent based of gender. *Journal of Health, Nursing and Society*, 1(2), 38. <https://doi.org/10.32698/jhns.0090191>
- Homan, K. J. (2016). Self-Compassion and Psychological Well-Being in Older Adults. *Journal of Adult Development*, 23(2), 111–119. <https://doi.org/10.1007/s10804-016-9227-8>
- Jannah, P. H., & Jannah, S. R. (2017). Efektor Adaptasi Dengan Stres Pada Tahanan Adaptation Effector With Stress on Prisoners. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(3), 1–9. [Google Scholar](#).
- KANWIL Kementerian Hukum dan HAM RI Kalimantan Selatan. (2023). PERBEDAAN RUMAH TAHANAN NEGARA (RUTAN) DAN LEMBAGA PERMASYARAKATAN (LAPAS). Sippn.Menpan.Go.Id. <https://sippn.menpan.go.id/berita/56670/rumah-tahanan-negara-kelas-iib-pelaihari/perbedaan-rumah-tahanan-negara-rutan-dan-lembaga-pemasyarakatan-lapas>
- Khosidah, K., & Andriany, M. (2021). Resiliensi Tahanan: Studi Literatur. *Holistic Nursing and Health Science*, 4(2), 91–100. <https://doi.org/10.14710/hnhs.4.2.2021.91-100>
- Lestari, R. H. S., Maslahah, W., & Wahyudi, A. (2022). HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DAN SELF EFFICACY DENGAN RESILIENSI WARGA DUSUN JAMBEREJO DAN KRAJANSAE DI MASA PANDEMI COVID 19 DESA BEJI KECAMATAN JUNREJO KOTA BATU. *Open Journal Systems*, 17(3), 703–712. [Google Scholar](#).
- Lubis, H. P. H., & Muhammad, A. (2023). HUBUNGAN FAMILY SUPPORT DAN SELF COMPASSION DENGAN DEPRESI NARAPIDANA KASUS NARKOBA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA RANTAUPRAPAT. *Krepa: Kreativitas Pada Abdimas*, 1(9), 41–50. [Google Scholar](#).
- Makarti, P., & Tjahjoanggoro, A. J. (2022). Pelatihan Self Compassion untuk Meningkatkan Resiliensi pada Warga Binaan Lapas Perempuan Kelas II A Pontianak. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 14(2), 113–122. [Google Scholar](#).
- Maranatha, D. R. (2023). Resiliensi Pada Narapidana Perempuan di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas II A Semarang. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 8955–8967. [Google Scholar](#).
- Mayangsari, M. W., & Suparmi. (2020). Resiliensi pada Narapidana Tindak Pidana Narkotika Ditinjau dari Kekuatan Emosional dan Faktor Demografi. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 6(1), 80. <https://doi.org/10.22146/gamajop.52137>
- Neff, K. D. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- 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>
- Onding, S. W. (2019). Perbedaan Resiliensi Narapidana Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Makassar (Studi Mengikuti dan Tidak Mengikuti Bimbingan Agama Islam). Universitas

Bosowa. [Google Scholar](#).

- Prahayuningtyas, F., & Basaria, D. (2023). Analisis Korelasi Self Compassion Dengan Psychological Wellbeing Pada Anak Sulung Perempuan Dewasa Awal. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1176–1190. <https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER><https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>
- Pramesti, T. J. A. (2014). *Fungsi Penangkapan dan Penahanan dalam Proses Penyidikan*. Hukumonline.Com. <https://www.hukumonline.com/klinik/a/fungsi-penangkapan-dan-penahanan-dalam-proses-penyidikan-lt5330f5c311966>
- Rahayu, T. A., Pratik, H., & Suhadianto. (2021). Self compassion dan resiliensi pada perawat pasien Covid-19. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(3), 103–111. [Google Scholar](#).
- Raisa, & Ediati, A. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi pada Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang. *Jurnal Empati*, 5(3), 537–542. [Google Scholar](#).
- Ramadhan, N., & Chusairi, A. (2022). Hubungan Self Compassion dengan Psychological Well-Being Pada Wanita Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Berajah Journal : Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2(3), 491–502. [Google Scholar](#).
- Rani, P. M., Susilawati, & Yuliani, D. (2022). Resiliensi Warga Binaan Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Denpasar Bali Pada Masa Pandemi Covid-19. *PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial*, 21(1), 13–26. [Google Scholar](#).
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Keys To Finding Your Inner Strength And Over Coming Life's Hurdles*. Three rivers press. [Google Scholar](#).
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29–37. <https://doi.org/10.30739/jbkid.v2i2.1726>
- Safitri, A., Rochmani, S., & Winarni, L. M. (2022). Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Resiliensi pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) Kelas IIA Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 2(5), 100–107. [Google Scholar](#).
- Sari, N. D., & Fitri, H. U. (2023). Hubungan Resiliensi Dengan Efikasi Diri Pada Klien Binaan Di Panti Sosial Rehabilitasi Gelandangan, Pengemis, Dan ODGJ Palembang. *Counselia Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 191–200. [Google Scholar](#).
- Sitohang, P. J. A. R., & Rosito, A. C. (2023). Hubungan Antara Hope dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas HKBP Nommensen Medan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(4), 6494–6507. <http://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/4297>
- Smith, J. L. (2015). Self-compassion and resilience in senior living residents. *Seniors Housing & Care Journal*, 23(1), 16–32. [Google Scholar](#).
- Sofiachudairi, & Setyawan, I. (2018). HUBUNGAN ANTARA SELF COMPASSION DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO. *Jurnal Empati*, 7(1), 54–59. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/9727%0Ahttps://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/9727/Skripsi%2014320111.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas dan validitas Self-Compassion Scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 177–191. <https://doi.org/10.24854/jpu107h>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. ALFABETA CV. [Google Scholar](#).
- Tunliu, S. K., Aipipidely, D., & Ratu, F. (2019). Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Pada Narapidana Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Kupang. *Journal Of Health and Behavioral*

Science, 1(2), 68–82. [Google Scholar](#).

- Wulan, A. P. N., & Ediaty, A. (2019). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Wanita Kasus Narkotika Di Kalimantan Timur. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 173–184. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23592>
- Yoga, A. D. P., Sofiah, D., & Prasetyo, Y. (2022). Optimisme dan resiliensi pada buruh yang terkena dampak pemutusan hubungan kerja (PHK) dimasa pandemi Covid-19. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(4), 187–193.
- Yuningsih, S. D. R., & Primanita, R. Y. (2020). Hubungan Antara Self-Compassion dengan Meaning In Life pada Mantan Penyalahguna Napza di Sumatera Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 2276–2282. <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/9342%0Ahttp://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/download/9342/4044>
- Zellawati, A., & Amalia, N. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Narapidana Di Rumah Tahanan Direktorat Perawatan Tahanan Dan Barang Bukti Kepolisian Daerah Jawa Tengah. *Jurnal IMAGE*, 02(01), 01–14. [Google Scholar](#).