

GAMBARAN *COMPASSION (FOR OTHERS)* REMAJA KRISTEN DI JAKARTA

Hizkia Augustinus, Joshua Ong, Kartika C. Kirana

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *compassion (for others)* remaja Kristen di Jakarta, yaitu untuk melihat sejauh mana partisipan dapat berperilaku *compassionate* kepada orang lain. Karena itu, *compassion* didefinisikan sebagai perasaan tersentuh yang timbul dari kesadaran yang mendalam terhadap penderitaan orang lain (*engagement*) serta keinginan untuk meringankan penderitaan tersebut (*action*). Sample dalam penelitian ini terdiri dari 102 orang remaja Kristen di Jakarta berusia antara 16 sampai 24 tahun ($M_{age} = 20$). Untuk mengukur tingkat *compassion*, partisipan diminta untuk mengisi kuesioner adaptasi bahasa Indonesia dari *The Compassion Engagement and Action Scales*. Hasil penelitian menemukan bahwa tingkat *compassion* remaja Kristen di Jakarta tergolong menengah, yaitu dengan nilai *mean* sebesar 70.81. Uji tambahan juga menemukan bahwa *compassion* remaja terkait dengan penilaian atas besaran *compassion* orangtua, *compassion* lingkungan, dan kepuasan hidup, serta bahwa terdapat perbedaan tingkat *compassion*, khususnya dimensi *engagement* pada anak sulung dengan anak tunggal maupun anak tengah.

KATA KUNCI: compassion, engagement, action, remaja kristen

ABSTRACT: This study aims for understanding compassion among christian adolescents in Jakarta, since it interested in the levels to which participants can be compassionate to others. By then, compassion in this study is defined as a sensitivity to suffering in others (*engagement*) with a commitment to try to alleviate and prevent it (*action*). The sample consists of 102 christian adolescents in Jakarta, aged between 16 and 24 years ($M_{age} = 20$). Participants were asked to fill out an Indonesian adaptation questionnaire of *The Compassion Engagement and Action Scales*. The results confirm that compassion levels of christian adolescents in Jakarta are considerably medium, with a mean value of 70.81. Additional analyses using demographic data and single questions indicated that compassion levels are related

to the adolescents' perception of parental and community compassion, life satisfaction, and birth order.

KEY WORDS: compassion, engagement, action, christian adolescents

I. Latar Belakang Penelitian

Compassion

Menurut Gilbert, *compassion (for others)* dapat didefinisikan sebagai perasaan tersentuh yang timbul dari kesadaran yang mendalam terhadap penderitaan orang lain (*engagement*) serta keinginan untuk meringankan penderitaan tersebut (*action*).¹ Artinya, terdapat 2 (dua) dimensi yang saling berkaitan, yaitu *engagement* dan *action*,² di mana kedua dimensi tersebut merupakan dasar seseorang dalam berperilaku *compassionate*. *Engagement* berarti motivasi dan kemampuan untuk terlibat dengan hal-hal atau perasaan yang sulit, sedangkan *action* berarti kemampuan untuk fokus pada hal-hal apa yang dapat membantu. Pada dasarnya, terdapat 3 (tiga) orientasi dalam teori *compassion* yang dikemukakan oleh Gilbert, yaitu: (1) *compassion for others*, (2) *compassion from others*, (3) *self-compassion*.³

1. *compassion for others* adalah perasaan maupun tindakan belas kasih yang ditujukan atau diarahkan kepada orang lain. Orientasi inilah yang menjadi fokus dari penelitian ini.
2. *compassion from others* adalah perasaan maupun tindakan belas kasih yang diterima dari orang lain yang ditujukan kepada kita sebagai penderita.
3. *self-compassion* adalah perasaan maupun tindakan belas kasih yang ditujukan atau diarahkan terhadap diri sendiri sebagai penderita.

¹ Paul Gilbert, *The Compassionate Mind: A New Approach to Life's Challenges* (United Kingdom: Constable & Robinson Ltd, 2009), xiii.

² Paul Gilbert, Francisca Catarino, Cristiana Duarte, Marcela Matos, Russell Kolts, James Stubbs, Laura Ceresatto, Joana Duarte, Jose Pinto-Gouveia dan Jaskara Basran. *The Development Of Compassionate Engagement And Action Scales For Self And Others* (Journal of Compassionate Health Care, 2017).

³ Ibid.

Adapun, terdapat beberapa komponen-komponen yang mengacu pada kecenderungan dimana seseorang dapat berperilaku berbelas kasih (*compassionate*) atau tidak (*uncompassionate*) di dalam kehidupannya. Ketiga komponen tersebut adalah: *kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*.⁴ *Kindness* adalah sikap memahami kesulitan seseorang serta bersikap baik dan hangat dalam menghadapi kegagalan atau kemunduran daripada menilai secara keras dan kritis terhadap mereka.⁵ *Common humanity* sebagai kesadaran atau sikap melihat pengalaman sebagai bagian dari kondisi manusia pada umumnya daripada sebagai pengalaman pribadi yang terpisah atau terisolasi.⁶ *Mindful acceptance* atau yang lebih dikenal sebagai *mindfulness* merupakan kesadaran dan keadaan pikiran yang dapat menerima perasaan yang menyakitkan dibandingkan dengan mengidentifikasikannya secara berlebihan maupun terkonsumsi emosinya secara keseluruhan.⁷

Dalam Perjanjian Lama, *compassion* menggambarkan satu aspek dari hubungan perjanjian Allah dengan umat -Nya. Salah satu kata Ibrani yang diterjemahkan menjadi *compassion* berasal dari kata “*racham*” yang berarti “*to love*” atau dalam bahasa Indonesia berarti “mengasihi.”⁸ Sedangkan pada Perjanjian Baru, *compassion* dapat dilihat melalui serangkaian peristiwa dan tindakan-tindakan yang Yesus Kristus lakukan selama keberadaan-Nya di dunia. Vernon mengatakan bahwa, “Karena Yesus merupakan perwujudan Allah dalam Perjanjian Lama, tentulah Dia memiliki hati yang penuh belas kasih.”⁹ Yesus telah memberikan teladan yang baik untuk semua pengikutnya dalam hal berbelas kasih kepada sesama. Sebuah teladan yang Yesus mau untuk diikuti oleh pengikut-pengikut-Nya (lih. 1Ptr. 2:21). Karena hal mengasihi merupakan sebuah perintah yang Yesus

4 Leslie R. Salazar. *The relationship between compassion, interpersonal communication apprehension, narcissism and verbal aggressiveness* (The Journal of Happiness & Well-Being: 2016), 2.

5 Alys Cole-King and Paul Gilbert, *Compassionate care: the theory and reality* (Journal of Holistic Healthcare: 2011), 32.

6 Ibid.

7 Ibid.

8 Walter A. Elwell, Philip Wesley Comfort, *Tyndale Bible Dictionary* (Wheaton, Illinois: Tyndale House Publishers, 2001), 306.

9 Vernon Grounds, *Mampukah Kita Berbelas Kasih?* (Indonesia: Our Daily Bread Ministries, 2012), 6.

katakan melalui 2 (dua) hukum yang terutama (lih. Mat. 22:37-40). Dengan demikian, jelas bahwa kasih merupakan dasar dari kehidupan orang Kristen. Karena begitu pentingnya kasih, Yesus mengajarkannya secara khusus dan menjadikan itu sebagai suatu perintah yang seyogianya diteladani dalam kehidupan seluruh orang percaya, termasuk dalam kehidupan remaja Kristen.

Remaja

Masa remaja yang berkisar pada usia belasan tahun seringkali didefinisikan sebagai periode transisi dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa.¹⁰ Istilah remaja (*adolescence*) sendiri berasal dari kata latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa.”¹¹ Di Indonesia, pedoman umum batasan usia remaja adalah 11-24 tahun dan belum menikah.¹² Masa remaja termasuk masa yang sangat menentukan dalam kehidupan karena pada masa ini anak-anak mengalami banyak perubahan pada psikis dan fisiknya.¹³

Pengkotbah dalam kitab Amsal dengan jelas mengatakan untuk mendidik orang muda. Amsal 22:6 mengatakan “Didiklah orang muda menurut jalan yang patut baginya, maka pada masa tuanya pun ia tidak akan menyimpang dari pada jalan itu.” Mengenai tafsiran dari ayat tersebut, MacDonald dan Farstad mengatakan bahwa, “*The usual interpretation of this proverb is that if you train up a child properly, he will go on well in later life. Of course there are exceptions, but it stands as a general rule.*”¹⁴ Artinya, sudah seyogianya remaja atau orang muda dididik dengan cara yang benar agar ia dapat berjalan dengan baik di kemudian hari, termasuk di dalamnya adalah untuk

¹⁰ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2001), 2.

¹¹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima* (Jakarta: Erlangga, 1998), 206.

¹² Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2001), 2.

¹³ Zulkifli, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000), 63.

¹⁴ William MacDonald & Arthur Farstad, *Believer's Bible Commentary: Old and New Testaments* (Nashville: Thomas Nelson, 1995) 22:6.

mengembangkan karakter yang berbelas kasih atau *compassionate* yang merupakan karakter Kristus.

II. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan sistem *non random sampling* kepada remaja Kristen berusia 16 sampai 24 tahun terhadap populasi remaja Kristen yang berada di Jakarta. Batasan usia remaja ini disesuaikan dengan rentang usia partisipan dalam proses penyusunan alat ukur oleh Gilbert dan tim pada tahun 2016. Penelitian mengambil lokasi Jakarta antara lain dikarenakan karakteristik sosial Jakarta yang merupakan kota besar dan relatif majemuk sebagai tempat pertemuan dan interaksi individu dan/atau kelompok dari beragam latar belakang. Dengan demikian, menarik untuk dapat melihat dan juga menjadi tantangan tersendiri tentang bagaimana remaja Kristen dapat tetap berperilaku atau mengembangkan sikap dan perilaku *compassionate* terhadap orang lain. Pengambilan data menggunakan cara *single administration*, yaitu bahwa data partisipan uji coba diikutsertakan dalam analisis data penelitian.

Pada penelitian ini, kuesioner disebarakan kepada 107 partisipan yang merupakan para jemaat remaja di beberapa gereja protestan di Jakarta. Sejumlah 86 berkas disebarakan secara langsung dalam bentuk *hard copy*, sementara 21 berkas lainnya disebarakan dalam format *soft copy* dan dikirimkan kepada masing-masing partisipan secara online melalui aplikasi *whatsapp*, *email* dan *google docs*. Dari 107 kuesioner yang disebarakan tersebut, terdapat 5 data yang gugur dikarenakan partisipan tidak memenuhi kriteria penelitian ataupun pengisian yang kurang lengkap. Dengan demikian, jumlah data kuesioner yang dapat digunakan untuk penelitian adalah yang bersumber dari 102 partisipan, yaitu 51 remaja putra dan 51 remaja putri yang berusia 16-24 tahun ($M_{age} = 20$).

Alat ukur yang dibagikan kepada partisipan adalah kuesioner adaptasi bahasa Indonesia dari *The Compassion Engagement And Action Scales* (CEAS) yang terdiri atas 13 butir pernyataan. Partisipan diminta untuk menilai setiap pernyataan sesuai dengan seberapa sering itu terjadi pada diri mereka dengan rentang pilihan dari 1 hingga 10 (1 = Tidak Pernah; 10 = Selalu). Butir-butir dari dimensi *engagement* merepresentasikan penilaian komponen motivasi seorang partisipan

dalam ikut terlibat dan merasakan penderitaan yang dirasakan oleh orang lain. Enam item dirumuskan untuk mencerminkan enam atribut *compassion* dalam model *Compassion Focused Therapy*, yaitu *sensitivity to suffering, sympathy, non-judgemental, empathy, distress tolerance* dan *care for wellbeing*. Bagian ini juga mencakup dua butir pengisian terbalik (*reverse items*). Butir-butir dari dimensi *action* merepresentasikan penilaian komponen aksi atau tindakan yang dilakukan oleh partisipan dalam membantu seseorang yang menderita untuk keluar dari penderitaannya. Terdapat empat butir yang dirumuskan untuk mengukur tingkat *compassion* partisipan pada dimensi *action* ini. Pada bagian ini terdapat juga satu butir pengisian terbalik (*reverse item*). Skor total dihitung dari 10 butir respon partisipan atas dimensi *engagement* dan *action* tanpa mengikut-sertakan butir-butir pengisian terbalik (*reverse items*) yang lebih difungsikan sebagai pengukur konsistensi respon partisipan. Dengan demikian, rentang nilai yang mungkin diperoleh dari seorang partisipan adalah sebesar 10-100.

Hasil uji coba kuesioner adaptasi bahasa Indonesia dari 30 partisipan menunjukkan bahwa alat ukur memiliki nilai reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar .827 dengan rentang validitas butir *Corrected Item-Total Correlation* sebesar .261-.682. Dengan demikian, alat ukur hasil adaptasi dinyatakan reliabel untuk dapat digunakan sebagai alat pengambilan data penelitian. Selain alat ukur tersebut, penelitian juga mengumpulkan data demografis dan beberapa data tambahan berbentuk *single question* dari partisipan.

III. Hasil dan Diskusi Penelitian

Uji Reliabilitas dan Uji Normalitas

Hasil uji reliabilitas *Cronbach's Alpha* atas 102 data penelitian adalah sebesar .747 pada dimensi *engagement* dan sebesar .735 pada dimensi *action*, serta sebesar .838 atas total *compassion*. Karena itu, dapat dikatakan bahwa data penelitian yang akan digunakan dalam proses analisis dapat dipercayai karena telah memenuhi standar minimum koefisien reliabilitas yaitu $>.600$. Sebelum melakukan uji tambahan dari data demografis dan *single question*, terlebih dahulu yang dilakukan adalah uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* untuk menentukan teknik statistika yang akan digunakan pada pengujian. Hasil uji normalitas adalah sebesar .792 pada dimensi *engagement* dan sebesar .490 pada dimensi *action*, serta sebesar .269 atas total

compassion. Artinya, keseluruhan data berdistribusi normal karena nilai signifikansi yang diperoleh adalah $p > .05$.

Gambaran *Compassion* Remaja Kristen di Jakarta

Analisis deskriptif variabel menunjukkan bahwa skor rata-rata untuk dimensi *engagement* adalah sebesar 41.92 dan untuk dimensi *action* adalah sebesar 28.89. Sedangkan skor rata-rata untuk total *compassion* secara keseluruhan dari 102 partisipan tersebut adalah sebesar 70.81 dengan temuan skor minimal 30 dan skor maksimal 100. Melalui rumus persentil, dapat dikatakan bahwa nilai rata-rata *compassion* remaja Kristen di Jakarta tersebut berada pada tingkat menengah. Artinya, teladan dan amanat kasih dari Yesus Kristus tergolong masih dimaknai dan mewarnai corak kehidupan remaja Kristen, khususnya dalam hal bersikap dan berperilaku *compassionate* terhadap orang lain dari beragam latar belakang dan dalam situasi kehidupan perkotaan besar. Meskipun demikian, hasil tersebut juga menyiratkan bahwa didikan dan pembinaan akan sikap dan perilaku *compassionate* masih dan perlu untuk terus dioptimalkan agar karakter berbelas kasih semakin menjelma dan menjadi corak kehidupan khas mereka sebagai murid Kristus yang sejati.

Hasil pada uji korelasi antar dimensi juga menggambarkan bahwa terdapat hubungan antara *engagement* dengan *action*, yaitu sebesar .691 ($p = .000$, $p < .05$). Hal ini, menunjukkan bahwa besar-kecilnya nilai dari *engagement* memiliki hubungan terhadap *action* pada remaja kristen dalam berperilaku *compassionate* kepada orang lain dan sebaliknya besar-kecilnya nilai dari *action* memiliki hubungan terhadap *engagement*.

Uji Tambahan

Penelitian ini juga melakukan beberapa uji tambahan atas variabel dengan data demografis dan data tambahan (*single question*) dari partisipan, yaitu berdasarkan usia, jenis kelamin, urutan kelahiran, status hubungan, status pernikahan orangtua, penilaian atas besaran *compassion* orangtua dan lingkungan, kondisi psikologis (apakah sedang berada dalam permasalahan) dalam beberapa bulan terakhir, serta kepuasan hidup.

Uji korelasi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dan *compassion* pada partisipan remaja,

yaitu dimensi *engagement* ($r = .106, p = .289, p > .05$), dimensi *action* ($r = -.035, p = .726, p > .05$) dan total *compassion* ($r = .055, p = .586, p > .05$). Hal ini, mungkin saja dikarenakan rentang usia partisipan yang cenderung kurang panjang, sehingga fenomena kepemilikan sikap dan perilaku *compassion* belum dapat tergambarkan secara lebih spesifik.

Uji perbedaan *compassion* berdasarkan jenis kelamin juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara remaja putra dan remaja putri, baik dalam dimensi *engagement* ($t = -.397, p = .122, p > .05$) dan *action* ($t = -1.803, p = .460, p > .05$) maupun *compassion* secara total ($t = -1.024, p = .402, p > .05$). Meskipun tidak signifikan, namun ditemukan bahwa remaja putri memiliki *compassion* yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan remaja putra, yaitu $M = 42.25$ versus $M = 41.59$ dalam dimensi *engagement*, $M = 29.86$ versus $M = 27.92$, serta $M = 72.12$ versus $M = 69.51$ dalam total *compassion*. Hal ini, bisa saja terjadi karena dipengaruhi oleh stereotip gender pada anak remaja. Menurut Baron dan Byrne, stereotip gender adalah keyakinan tentang atribut khas laki-laki dan perempuan;¹⁵ di mana biasanya anak perempuan dianggap lemah lembut, emosional dan keibuan sedangkan anak laki-laki biasanya dianggap kuat, rasional dan perkasa. Hal serupa dikatakan juga oleh Neff, yaitu bahwa biasanya anak perempuan lebih emosional.¹⁶ Karena sifat perempuan yang lebih emosional sehingga dalam hal memberi pertolongan kepada orang yang lemah dan menderita, memungkinkan remaja putri lebih bisa berperilaku *compassionate* terhadap orang lain dibandingkan remaja putra.

Uji perbedaan tingkat *compassion* menemukan bahwa terdapat perbedaan signifikan berdasarkan urutan kelahiran, namun perbedaan hanya terletak pada dimensi *engagement* ($p = .006, p < .05$) dan total *compassion* ($p = .016, p < .05$), sementara tidak terdapat perbedaan signifikan pada dimensi *action* ($p = .115, p > .05$). Pengujian lanjutan memperlihatkan bahwa perbedaan signifikan ditemukan pada anak sulung dengan anak tunggal dan anak sulung dengan anak tengah.

¹⁵ Baron R.A and Byrne D. *Psikologi Sosial 1* (Jakarta: Erlangga, 2004).

¹⁶ Neff, Kristin D. *Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of A Healthy Attitude Toward Oneself*. Self and Identity, 2003, 94-96.

Hasil pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa anak sulung ($M\ rank = 62.73$) dan bungsu ($M\ rank = 53.38$) memiliki *compassion* yang lebih besar dibandingkan dengan anak tengah ($M\ rank = 41.31$) dan anak tunggal ($M\ rank = 37.88$). Adler mengatakan biasanya pada anak sulung akan ditemukan ciri-ciri positif seperti *nurturing and protective of others*, sementara pada anak bungsu ditemukan ciri-ciri *dependent on others*, yaitu sikap yang sangat tergantung pada orang lain,¹⁷ sehingga mungkin saja ia berperilaku *compassionate* untuk memperoleh kasih sayang dari lingkungan. Sedangkan pada anak tengah ditemukan ciri-ciri *cooperative* yang sesungguhnya memungkinkan anak tengah bersikap *compassionate* terhadap sesama, namun ia sekaligus juga mungkin memiliki ciri-ciri *easily discouraged*, sehingga mungkin membuat *compassion* pada anak tengah tidak selalu diekspresikan dan terlihat oleh orang lain. Terakhir pada anak tunggal ditemukan ciri-ciri *low feelings of cooperation*, yang menyebabkan anak tunggal mungkin lebih sulit untuk berperilaku *compassionate* terhadap orang lain.¹⁸

Uji selanjutnya menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan tingkat *compassion* berdasarkan status hubungan berpacaran, tidak berpacaran dan lainnya, baik dalam dimensi *engagement* ($p = .401, p > .05$), dimensi *action* ($p = .227, p > .05$) maupun total *compassion* ($p = .250, p > .05$) pada partisipan remaja Kristen di Jakarta. Meskipun tidak signifikan, namun temuan menunjukkan bahwa partisipan yang memilih status hubungan “lainnya” memiliki *compassion* yang lebih besar ($M\ rank = 64.58$) dibandingkan dengan mereka yang sedang berpacaran ($M\ rank = 51.03$) maupun yang tidak berpacaran ($M\ rank = 48.95$). Hasil ini mungkin disebabkan karena mayoritas partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah remaja di tingkat madya. Menurut Petro Blos pada tahap perkembangan remaja madya, mereka sedang membutuhkan kawan-kawan dan karenanya berusaha mempererat hubungan dengan orang lain.¹⁹ Dengan demikian, mungkin saja para partisipan yang sedang berada dalam status “lainnya” ini mengembangkan dan karenanya menjadi lebih peka terhadap

¹⁷ Jess and Gregory J. Feist, *Theories of Personality ed. 7th Adler: Individual Psychology* (McGraw-hill, 2008), 93.

¹⁸ Ibid.

¹⁹ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2001), 24.

permasalahan dan menolong secara umum untuk membina hubungan dengan orang lain. Ketersediaan waktu dan keleluasaan fokus mereka juga mungkin saja lebih luas daripada mereka yang telah berada dalam status berpacaran. Sementara dalam hal *compassion* remaja berstatus tidak berpacaran yang tergolong paling rendah, mungkin saja hal ini diakibatkan mereka belum tergugah atau terlatih kepekaannya untuk bersikap *compassionate* ataupun mungkin saja justru sedang terfokus memulihkan diri bagi yang mengalami kegagalan dalam hubungan.

Uji perbedaan tingkat *compassion* berdasarkan status pernikahan orangtua menggambarkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara status pernikahan orangtua dalam dimensi *engagement* ($p = .838, p > .05$), dimensi *action* ($p = .871, p > .05$) maupun total *compassion* ($p = .962, p > .05$). Namun demikian, ditemukan bahwa pada umumnya partisipan remaja Kristen yang memiliki status pernikahan orangtua yang bercerai (berpisah) ($M \text{ rank} = 53.95$) memiliki tingkat *compassion* yang lebih besar daripada partisipan yang status pernikahan orangtuanya menikah (bersama) ($M \text{ rank} = 51.28$) maupun lainnya ($M \text{ rank} = 50.83$). Temuan ini mungkin disebabkan karena partisipan yang keluarganya tidak utuh karena perceraian telah mengalami sendiri masa-masa sulit dalam hidup mereka. Permasalahan yang ada pada mereka sebelumnya mungkin membuat mereka lebih peka serta dapat menerima dan memahami permasalahan orang lain hingga bahkan tergerak untuk memberikan bantuan dan pertolongan. Kemungkinan ini sesuai dengan komponen *common humanity* dari *compassion*.²⁰ Sedangkan bagi partisipan yang berada dalam status pernikahan orangtua “lainnya,” mereka mungkin saja adalah para individu yang saat ini sedang berada dalam permasalahan keluarga, sehingga membuat mereka harus fokus dan terabsorpsi terhadap permasalahan mereka sendiri.

Uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat *compassion* dan penilaian atas besaran *compassion* orangtua, baik pada dimensi *engagement* ($r = .391, p = .000, p < .05$), *action* ($r = .290, p = .003, p < .05$) dan total *compassion* ($r = .380, p = .000, p < .05$). Hal ini mengisyaratkan bahwa semakin tinggi nilai *compassion* orangtua, maka semakin

²⁰ Kristin D. Neff, *Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of A Healthy Attitude Toward Oneself*. Self and Identity, 2003, 89.

tinggi pula nilai *compassion* yang ada pada anak mereka. Sebaliknya semakin rendah nilai *compassion* orangtua, maka semakin rendah pula nilai *compassion* pada anak mereka. Hasil ini sebanding dengan yang dikatakan oleh Karen Stephens dalam jurnal *Parents Are Powerful Role Models for Children* yang mengatakan bahwa: “*Been confirmed by researchers. Children, in general, do tend to grow up to be a lot like their parents.*”²¹

Berdasarkan pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa anak dapat saja melakukan *modelling* pada orangtua mereka. Anak-anak mencontoh dan mengikuti apa yang biasanya orangtua mereka lakukan, termasuk ketika orangtua memiliki perilaku-perilaku positif seperti *compassion to others*. Remaja Kristen yang terbiasa dan/atau dididik dengan sikap dan perilaku orangtua yang berbelas kasih kepada orang lain, maka besar pula kecenderungannya untuk memiliki sikap dan perilaku serupa. Dengan demikian tepatlah pula sebagaimana dikatakan Pengkhotbah dalam kitab Amsal dalam hal tanggung jawab untuk mendidik orang muda.

Uji korelasi juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat *compassion* dan penilaian atas besaran *compassion* lingkungan, baik pada dimensi *engagement* ($r = .308, p = .002, p < .05$), *action* ($r = .315, p = .001, p < .05$) dan total *compassion* ($r = .337, p = .001, p < .05$). Hal ini mengisyaratkan bahwa semakin tinggi nilai *compassion* pada lingkungan, maka akan semakin tinggi pula nilai *compassion* dalam diri seseorang. Sebaliknya, semakin rendah nilai *compassion* pada lingkungan, maka semakin rendah pula nilai *compassion* pada seseorang. Hal ini, dimungkinkan karena partisipan pada penelitian ini adalah remaja Kristen. Berbelas kasih merupakan karakter dari Yesus Kristus, yang Yesus kehendaki untuk diikuti juga oleh pengikut-Nya atau orang-orang Kristen. Karena begitu pentingnya kasih, Yesus Kristus mengajarkannya secara khusus dan menjadikan itu sebagai suatu amanat yang seyogianya dijalankan dan menjiwai kehidupan orang Kristen. Penner dalam sebuah teorinya mengemukakan secara umum terdapat tiga tipe mekanisme yang dapat mempengaruhi perilaku

²¹ Karen Stephens, *Parents Are Powerful Role Models for Children* (Parenting Exchange, 2007), 1.

prososial seseorang, dan satu diantaranya adalah norma sosial,²² sementara berbelas kasih dapat dikatakan merupakan norma sosial bagi pengikut Kristus.

Uji perbedaan menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara partisipan remaja Kristen yang sedang dalam permasalahan maupun yang tidak dan memilih lainnya dalam hal *engagement* ($p = .550, p > .05$), *action* ($p = .964, p > .05$) maupun total *compassion* ($p = .791, p > .05$). Meskipun tidak signifikan, namun terlihat data bahwa secara kumulatif remaja yang sedang dalam permasalahan berperilaku lebih *compassionate* ($M \text{ rank} = 52.82$) dibandingkan dengan yang tidak sedang dalam permasalahan ($M \text{ rank} = 48.31$) dan lainnya ($M \text{ rank} = 49.40$). Temuan ini mungkin saja mengisyaratkan komponen *common humanity* dari *compassion*,²³ yang memungkinkan individu yang sedang dalam permasalahan dapat lebih peka dan memahami permasalahan yang dialami orang lain.

Uji korelasi juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *compassion* dan kepuasan hidup pada partisipan remaja. Karena nilai signifikansi yang didapat pada ketiganya adalah $p < .05$. *engagement* ($p = .018, p < .05$), *action* ($p = .000, p < .05$) dan total *compassion* ($p = .002, p < .05$). Hal ini menggambarkan bahwa semakin tinggi *compassion* remaja, maka semakin tinggi pula kepuasan hidupnya, dan demikian pula sebaliknya. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu, misalnya sebagaimana dinyatakan oleh Kristin D. Neff dan Ross Vonk yaitu bahwa *compassion* berhubungan dengan kepuasan hidup seseorang.²⁴

²² L. A. Penner, J. F. Dovidio, J. A. Piliavin, & D. A. Schroeder, *Prosocial Behavior: Multilevel Perspective*. Annual Review of Psychology, 2005, 365-392.

²³ Kristin D. Neff, *Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of A Healthy Attitude Toward Oneself*. Self and Identity, 2003, 89.

²⁴ Kristin D. Neff & Ross Vonk, *Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways of Relating to Oneself*. Journal of Personality, 2009, 26.

Kepustakaan

- Baron, Robert A. dan Byrne, Donn. *Psikologi Sosial Jilid 1*. Jakarta: Erlangga, 2004.
- Cole-King, Alys dan Gilbert, Paul. *Compassionate care: The theory and reality*. Journal of Holistic Healthcare, 2011, 8.
- Elwell, Walter A. dan Philip Wesley Comfort. *Tyndale Bible Dictionary*. Wheaton, Illinois: Tyndale House, 2001.
- Feist, Jess and Gregory J. Feist, *Theories of Personality ed. 7th*. New York: McGraw-Hill, 2008.
- Gilbert, Paul. *The Compassionate Mind: A New Approach to Life's Challenges*. United Kingdom: Constable & Robinson, 2009.
- _____, Francisca Catarino, Cristiana Duarte, Marcela Matos, Russell Kolts, James Stubbs, Laura Ceresatto, Joana Duarte, Jose Pinto-Gouveia dan Jaskara Basran. *The Development Of Compassionate Engagement And Action Scales For Self And Others*. Journal of Compassionate Health Care, 2017, 4.
- Grounds, Vernon. *Mampukah Kita Berbelas Kasih?*. Indonesia: Our Daily Bread Ministries, 2012.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga, 1998.
- MacDonald, William dan Arthur Farstad. *Believer's Bible Commentary: Old and New Testament*. Nashville: Thomas Nelson, 1995.
- Neff, Kristin D. *Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of A Healthy Attitude Toward Oneself*. Self and Identity, 2003, 2 (2).
- Neff, Kristin D. dan Roos Vonk. *Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways of Relating to Onesel*. Journal of Personality, 2009, 77.
- Penner, L. A., Dovidio, J. F., Piliavin, J. A. & Schroeder, D. A. *Prosocial Behavior: Multilevel Perspectives*. Annual Review of Psychology, 2005, 56.
- Salazar, Leslie R. *The relationship between compassion, interpersonal communication apprehension, narcissism and verbal aggressiveness*. The Journal of Happiness & Well-Being, 2016, 4.
- Sarwono, Sarlito W. *Psikologi Remaja*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2001.

Stephens, Karen. *Parents Are Powerful Role Models for Children*. Parenting Exchange, 2007.

Zulkifli. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000.

Lampiran Alat Ukur Penelitian

***Mohon isikan atau berikan tanda pada salah satu pilihan**

Usia : _____ tahun

Jenis kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan

Status Kelahiran : Anak ke - ____ dari ____ bersaudara

Status hubungan Anda saat ini :

- ☐ Berpacaran
☐ Tidak Berpacaran
☐ Lainnya

(mohon tuliskan)_____

Status Pernikahan orangtua :

- ☐ Menikah (Bersama)
☐ Bercerai (Berpisah)
☐ Lainnya

(mohon tuliskan)_____

Menurut Anda, seberapa besar perhatian dan tindakan belas kasih yang telah dilakukan oleh orangtua Anda kepada orang lain, khususnya kepada Anda?

Tidak Pernah Selalu
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Menurut Anda, seberapa besar lingkungan sekitar Anda menunjukkan perhatian dan tindakan belas kasih kepada orang lain, khususnya kepada Anda?

Tidak Pernah Selalu
 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Dalam beberapa bulan terakhir hingga saat ini, apakah Anda sedang mengalami permasalahan dalam hidup Anda (merasa sedih, kecewa, tertekan, dan seterusnya)?

☐

Ya (mohon tuliskan)

Jika Ya, seberapa besar Anda merasa bahwa orang lain memahami permasalahan Anda dan membantu Anda?

Tidak

Sangat

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

☐

Tidak (mohon tuliskan)

☐

Lainnya (mohon tuliskan)

Secara umum, seberapa besar Anda merasa puas dengan kehidupan Anda?

Tidak Puas

Sangat Puas

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

***Mohon berikan tanda pada salah satu pilihan angka yang tersedia (dalam skala 1 – 10)**

Saat ORANG LAIN sedang mengalami kesusahan, permasalahan, berada dalam situasi sulit, merasa sedih atau tertekan

1....

2. Saya cepat tanggap dan peka terhadap kesusahan yang dialami orang lain.

Tidak Pernah

Selalu

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3....

4. Perasaan saya ikut tergerak melihat kesusahan dan penderitaan orang lain.

Tidak Pernah

Selalu

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

5....

6....

7....

8....

9. Saya berfokus pada apa yang mungkin dapat saya lakukan untuk membantu orang lain.

Tidak Pernah

Selalu

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

10....

11....

12. Saya mengambil tindakan dan melakukan hal-hal yang akan membantu orang lain.

Tidak Pernah

Selalu

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

13....

☺ Terima kasih atas partisipasi Anda. Tuhan memberkati ☺

Catatan: Untuk kuesioner adaptasi lengkap, mohon untuk dapat berkorespondensi melalui e-mail: hizkia.augustinus@gmail.com