

Pengaruh *Parent Attachment* terhadap *Self-compassion* pada Remaja Akhir yang Mengalami *Broken Home*

Mustika Candra Nugraha¹, Ira Darmawanti²

¹Universitas Negeri Surabaya; mustika.21088@mhs.unesa.ac.id

²Universitas Negeri Surabaya; iradarmawanti@unesa.ac.id

Article Info

Article history:

Received Juni, 2025

Revised Juli, 2025

Accepted Juli, 2025

Kata Kunci:

Parent Attachment, Self-compassion, Remaja Akhir, Broken Home

Keywords:

Parent Attachment, Self-compassion, Late Adolescence, Broken Home

ABSTRAK

Fenomena peningkatan angka kasus perceraian yang terjadi di Indonesia turut berdampak signifikan pada kondisi psikologis anak, khususnya di tahap remaja akhir. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh *parent attachment* terhadap *self-compassion* pada remaja akhir yang mengalami *broken home*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausal komparatif yang melibatkan 40 remaja akhir *broken home* akibat perceraian orang tua berusia 18-21 tahun yang menempuh pendidikan pada salah satu Universitas di Surabaya. Data dikumpulkan melalui kuesioner dengan instrumen yang diadopsi dari penelitian sebelumnya dan dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Temuan dari penelitian ini mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *parent attachment* terhadap *self-compassion* ($p = 0,018$, $p < 0,05$) yang berkontribusi sebesar 13,8%, sedangkan sisanya berasal dari atau dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Dengan artian, semakin tinggi *parent attachment* individu dengan figur orang tuanya, maka diikuti juga semakin tingginya *self-compassion* yang dimiliki individu, dan juga sebaliknya. Peneliti selanjutnya diharapkan agar mempertimbangkan dalam menyertakan variabel lain guna memperluas dan memperdalam kajian terkait hubungan antara *parent attachment* dan *self-compassion*.

ABSTRACT

The phenomenon of increasing divorce cases in Indonesia has also had a significant impact on children's psychological conditions, especially in late adolescence. This study aims to determine the effect of parent attachment on self-compassion in late adolescents who experience broken homes. This study uses a quantitative approach with a comparative causal design involving 40 late adolescents with broken homes due to parental divorce aged 18-21 years who are studying at a university in Surabaya. Data were collected through questionnaires with instruments adopted from previous studies and analyzed using simple linear regression. The findings of this study indicate that there is a positive and significant influence between parent attachment and self-compassion ($p = 0.018$, $p < 0.05$) which contributes 13.8%, while the rest comes from or is influenced by other factors not studied. This means that the higher the individual's parent attachment to their parent figure, the higher the individual's self-compassion, and vice versa. Further researchers are expected to consider including other variables in order to expand and deepen the study related to the relationship between parent attachment and self-compassion.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Name: Mustika Candra Nugraha
Institution: Universitas Negeri Surabaya
Email: mustika.21088@mhs.unesa.ac.id

1. PENDAHULUAN

Pada kenyataannya dinamika keluarga tidak selalu berjalan dan sesuai harapan maupun peran secara ideal, banyak dijumpai terjadinya konflik yang menimbulkan kerusakan, salah satunya *broken home*. Kondisi *broken home* merujuk pada dua kondisi yaitu keluarga yang terpecah akibat perceraian dan kondisi keluarga secara fisik utuh namun kehilangan fungsinya dikarenakan ketidakhadiran fisik serta emosional atau kasih sayang dari orang tua (Fachrial & Mauludya, 2023). Perceraian sebagai hal yang sering terjadi & dijumpai di Indonesia sehingga fenomena tersebut terjadi peningkatan yang cukup mencolok. Hal ini didukung oleh data yang didapat menurut Mahkamah Agung Republik Indonesia (2024), angka putusan perceraian di Indonesia mencapai 474.776 pada tahun 2023 dan 477.423 pada tahun 2024. Data tersebut menunjukkan bahwa adanya jumlah peningkatan angka putusan perceraian dari tahun 2023 hingga 2024 sebanyak 2.647 kasus perceraian.

Ketika fungsi dan kondisi keluarga terganggu, seperti dalam kasus *broken home* akibat perceraian, hal ini dapat berdampak secara signifikan terhadap proses perkembangan anak, terutama remaja akhir, di mana terjadinya suatu proses pertumbuhan dan perkembangan yang disempurnakan pada segala aspek sejak tahap sebelumnya untuk mencapai pada kematangan yang optimal. Adapun usia remaja akhir menurut Hurlock (1980, dalam Aulia et al., 2022) dari usia 18 - 21 tahun. Salah satu permasalahan signifikan yang muncul dari kondisi tersebut adalah rendahnya *self-compassion*. *Self-compassion* adalah merujuk pada cara individu dalam berhubungan dengan diri sendiri ketika menghadapi kegagalan, ketidakberdayaan, atau penderitaan (K. D. Neff, 2023). Penelitian Apsari & Utomo (2024) menyatakan bahwa *self-compassion* berperan penting dalam dinamika psikologis atau emosional, karena peningkatannya membantu individu untuk lebih mampu dalam mengatasi suatu tantangan, tekanan, dan stres, serta menjaga keseimbangan psikologis atau emosional secara optimal.

Remaja yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga tidak stabil, seperti keluarga *broken home*, lebih rentan dalam merasakan emosi negatif sehingga cenderung mengalami kesulitan dalam mengembangkan *self-compassion* yang berdampak pada rendahnya *self-compassion*. Hal tersebut diperkuat dari hasil penelitian Ayulanningsih & Karjuniwati (2020) menunjukkan bahwa mayoritas remaja di kota Banda Aceh yang mengalami perceraian orang tua memiliki presentase *self-compassion* yang tergolong rendah. Mereka cenderung mengalami kritik diri yang keras, perasaan terisolasi, dan terlalu mengidentifikasi diri dengan emosi negatif sehingga dapat menghambat proses adaptasi dan transisi remaja menuju dewasa secara sehat dan optimal. Sementara itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Latifannisa & Agustina (2024) mengindikasikan hasil yang berlawanan, bahwa tingkat *self-compassion* pada remaja korban perceraian di Indramayu tergolong tinggi.

Self-compassion berakar pada interaksi awal anak dan orang tua di mana orang tua memodelkan *self-compassion* dalam kesehariannya sehingga anak dapat menerima pesan dan belajar bagaimana merespon emosi dan keadaan sulit dengan bersikap baik pada diri sendiri (Lathren et al., 2020). Oleh karena itu, peran orang tua berpengaruh pada konsep *self-compassion* yang

dikembangkan oleh remaja melalui *parent attachment* (kelekatan orang tua). *Parent attachment* terbentuk melalui kepercayaan, komunikasi, dan keterasingan antara orang tua dan remaja yang menunjukkan adanya suatu keterikatan (Putri et al., 2021). Menurut Armsden & Greenberg (1987) kualitas *attachment* digolongkan menjadi *high security of attachment* didasarkan pada aspek *trust & communication* yang dibentuk oleh pola *secure attachment*, sedangkan *low security of attachment* didasarkan pada aspek *alienation* yang dibentuk oleh pola *insecure attachment*. Melalui kepercayaan, komunikasi terbuka, dan kehadiran emosional orang tua, anak belajar mengenali, menerima, dan memelihara diri mereka sendiri dengan penuh kasih ketika menghadapi tekanan atau kegagalan. Hal ini sejalan dengan penelitian Sorongan et al. (2022) menghasilkan bahwa *parent attachment* berpengaruh positif terhadap *self-compassion* pada remaja di desa Kayuuwi, artinya tingkat *parent attachment* yang tinggi akan cenderung diikuti dengan peningkatan *self-compassion*, begitu pula sebaliknya.

Menurut penelitian yang dilakukan Jones et al. (2023) seorang remaja dengan ikatan keterikatan yang aman, orang tua yang mendukung, dan keluarga yang berfungsi dengan baik cenderung memiliki lebih banyak rasa welas asih pada diri sendiri (*self-compassion*) daripada individu yang berasal dari lingkungan keluarga bermasalah dikarenakan lingkungan keluarga telah mencontohkan dengan tepat sikap peduli dan empati mereka terhadap individu. Remaja yang memiliki *secure attachment – high security of attachment* memiliki kecenderungan lebih mampu dalam mengembangkan *self-compassion* dikarenakan telah memperoleh rasa aman dan kepercayaan dari orang tua yang menggambarkan mereka pantas mendapatkan cinta dan kenyamanan. Sebaliknya, remaja yang memiliki *insecure attachment – low security of attachment* cenderung mengalami kesulitan dalam mengembangkan *self-compassion*. Keterikatan aman yang rendah disebabkan adanya hubungan dengan rasa tidak aman akibat mengalami respons yang tidak konsisten terhadap kenyamanan dan dukungan yang diberikan maupun didapatkan dari orang tua.

Situasi *broken home* dapat berpengaruh pada *attachment* remaja akhir dengan orang tuanya dimana *parent attachment* remaja *broken home* cenderung berorientasi pada keterikatan yang tidak aman terhadap orang tuanya. Permasalahan kelekatan yang ditandai dengan rasa tidak aman kerap kali dialami oleh remaja *broken home* dengan orang tua bercerai dikarenakan ketidakhadiran orang tua secara konsisten dan minimnya sensitif dalam merespon kebutuhan remaja (Aini & Afdal, 2023). Remaja yang tumbuh dalam keluarga harmonis cenderung memiliki *self-compassion* lebih baik, sementara itu, remaja yang dibesarkan dan tumbuh dari lingkungan keluarga yang tinggi konflik dan tekanan cenderung memiliki *self-compassion* lebih rendah (Wiffida et al., 2022).

Studi penelitian terdahulu mengungkapkan adanya perbedaan tingkatan *self-compassion* berdasarkan jenis kelamin, antara perempuan dan laki-laki. *Self-compassion* menurun pada masa remaja akhir, terutama di kalangan perempuan (Neff et al., 2020). Kemudian, menurut Neff (2003, dalam Fachrial & Herdiningtyas, 2023) secara umum, perempuan menunjukkan *self-compassion* lebih rendah dibandingkan laki-laki karena kecenderungannya lebih fokus dalam memikirkan kegagalan di masa lalu dan lebih sering mengisolasi diri ketika menghadapi suatu masalah atau kesulitan. Hal ini diperkuat oleh penelitian Henny & Yendi (2021) yang menghasilkan terdapat perbedaan secara signifikan pada tingkat *self-compassion* antara remaja laki-laki dan perempuan, di mana laki-laki menunjukkan *self-compassion* lebih tinggi dibandingkan *self-compassion* pada remaja perempuan. Sebaliknya, penelitian yang dilakukan oleh Pratama & Laksmiwati (2022) menunjukkan hasil yang berbeda, bahwa justru perempuan memiliki tingkat *self-compassion* cukup tinggi dibandingkan tingkat *self-compassion* milik laki-laki.

Berdasarkan gambaran fenomena yang telah dijabarkan pada latar belakang, penelitian ini dianggap penting sehingga diperlukannya untuk mengeksplorasi secara dalam terkait pengaruh *parent attachment* terhadap *self-compassion* pada remaja akhir dengan latar belakang *broken home*. Sebagian besar studi penelitian terdahulu cenderung hanya fokus pada salah satu variabel saja, yaitu variabel *parent attachment* atau *self-compassion* secara terpisah tanpa mengaitkan kedua variabel secara langsung dalam konteks dinamika keluarga *broken home*. Oleh karena itu, peneliti merasa

tertarik untuk mengangkat dan meneliti topik dengan judul “Pengaruh *Parent Attachment* terhadap *Self-compassion* pada Remaja Akhir yang Mengalami *Broken Home*”. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh *parent attachment* terhadap *self-compassion* pada remaja akhir yang mengalami *broken home*.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Parent Attachment*

Attachment didefinisikan oleh Armsden & Greenberg (1987) sebagai suatu ikatan kasih sayang yang dapat bertahan lama dengan intensitas yang kuat. Menurut Armsden & Greenberg (dalam Idriyani, 2020) bahwa *parent attachment* adalah persepsi individu mengenai seberapa baik figur-figur orang tua ini mampu menyediakan keamanan psikologis bagi dirinya. *Parent attachment* mengacu pada gambaran persepsi individu bersifat positif atau negatif terkait frekuensi peran orang tua dalam memberikan keamanan psikologis bagi individu serta ikatan afektif dan kognitif yang terbentuk melalui *trust*, *communication*, dan *alienation* dalam interaksi dengan orang tuanya (Armsden & Greenberg, 2009 dalam Nuban & Amseke, 2024). Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa *parent attachment* merupakan suatu hubungan atau ikatan figur orang tua dengan anak yang bersifat emosional dan berintensitas kuat pada kurun waktu yang bertahan lama.

2.2 *Aspek Parent Attachment*

Menurut Armsden & Greenberg (2009, dalam Pranata et al., 2022) mengemukakan bahwa terdapat tiga aspek *parent attachment*, yaitu *trust* (kepercayaan), *communication* (komunikasi), dan *alienation* (keterasingan). *Trust* berkaitan perasaan satu sama lain dalam memahami dan menghormati atas kebutuhan dan keinginan individu. *Communication* berkaitan dengan penilaian, persepsi, dan respon orang tua terhadap keadaan emosional melalui keterlibatannya dan komunikasi terhadap anak. *Alienation* yaitu pengasingan oleh orang tua terhadap perasaan anak sehingga anak memiliki emosi negatif seperti merasa diisolasi, marah, dan ketidakdekatan dengan orang tua. Menurut Ikrima & Khoirunnisa (2021) bahwa *communication* dan *trust* aspek dari pola *secure* (aman), sedangkan *alienation* aspek yang tergolong dari pola *insecure* (tidak aman atau cemas).

2.3 *Pola Parent Attachment*

Menurut Ainsworth (dalam Rahmayanti et al., 2024) terdapat pola utama yaitu *secure attachment* & *insecure attachment* yang mencakup *resistance/ambivalent* dan *avoidant*. *Secure attachment* yaitu kelekatan aman yang melibatkan suatu ikatan emosional bersifat positif & kekal hubungan di antara anak dengan orang tua mencerminkan adanya rasa saling percaya yang terbangun di antara keduanya. Sementara itu, *insecure attachment* merupakan gambaran kelekatan yang tidak aman ditandai dengan hubungan emosi negatif antara anak dan orang tuanya yang mengarah menjadi *ambivalent/resistance* & *avoidant*. *Resistance* atau *ambivalent* mengacu pada kecenderungan perilaku menolak anak karena adanya keraguan terhadap orang tua akibat ketidakkonsistenan kehadiran orang tua dalam membantu individu saat mengalami dan menghadapi permasalahan. Kemudian, *avoidant* adalah sebuah pola yang cenderung menghindar sebagai bentuk dari kurangnya rasa percaya diri anak dalam mencari kasih sayang orang tua melalui penghindaran.

Menurut Armsden & Greeberg (1987) pola kualitas *attachment* digolongkan menjadi *high security (secure)* dan *low security (insecure)*. Kualitas kelekatan yang tinggi berhubungan dengan tingginya rasa aman (*high security of attachment*) di mana skor tinggi pada aspek *trust* dan *communication* serta skor rendah pada aspek *alienation*. Sementara itu, kualitas kelekatan yang rendah berhubungan dengan rendahnya rasa aman (*low security of attachment*) di mana skor tinggi pada aspek *alienation* dan skor rendah atau menengah pada aspek *trust* dan *communication*.

2.4 Self-compassion

Menurut Neff (2023) *self-compassion* adalah merujuk pada cara individu dalam berhubungan dengan diri sendiri ketika menghadapi kegagalan, ketidakberdayaan, atau penderitaan. *Self-compassion* berarti bersikap hangat, mendukung, dan pengertian terhadap diri sendiri (Neff et al., 2020). Dapat disimpulkan bahwa *self-compassion* dimaknai sebagai penanganan yang bersifat adaptif yang berhubungan pada diri sendiri saat mengalami situasi penderitaan, kegagalan, ketidakmampuan atau masa sulit dengan penuh perhatian dan pengertian.

2.5 Faktor Self-compassion

Menurut Neff & McGehee (2010) bahwa tingkat *self-compassion* diprediksi secara signifikan oleh tingkat fungsi keluarga secara lebih umum. Gaya keterikatan orang tua memprediksi *self-compassion* dengan keterikatan aman dikaitkan secara positif dengan *self-compassion* dan keterikatan tidak aman dan takut dikaitkan secara negatif dengan *self-compassion*.

Perbedaan tingkat *self-compassion* di setiap individu dapat dikaitkan dengan berbagai faktor, seperti *parent attachment*, pengalaman masa kecil, usia, jenis kelamin, dan budaya (Neff & Knox, 2020). Menurut Neff (2003) menekankan bahwa keterlibatan peran orang tua menjadi salah satu faktor yang turut mempengaruhi perkembangan tingkat *self-compassion* pada remaja. Menurut Wiffida et al. (2022) berbagai faktor yang dapat memengaruhi *self-compassion*, seperti kepribadian, peran orang tua, jenis kelamin, kecerdasan emosional, budaya, usia, dan lingkungan.

2.6 Aspek Self-compassion

Menurut Neff (2023) aspek *self-compassion* terdiri dari *self-kindness* (kebaikan diri sendiri) vs *self-judgment* (penghakiman diri sendiri), *common humanity* (kemanusiaan yang umum) vs *isolation* (isolasi), dan *mindfulness* (kesadaran penuh) vs *overidentification* (identifikasi berlebihan).

a. Self-kindness vs self-judgment

Self-kindness adalah mengambil sikap baik hati, mendukung, dan menerima serta mengakui atas kekurangan yang ada di dalam diri sehingga melibatkan kepedulian secara aktif terhadap kesusahan kita & meredakan ketidaknyamanan. Sedangkan, *self-judgment* adalah mengatakan hal-hal yang tidak baik, bersikap lebih keras, dan penghakiman terhadap diri sendiri.

b. Common humanity vs isolation

Common humanity merupakan tantangan hidup sebagai bagian dari menjadi manusia, sebuah pengalaman yang semua kita alami bahwa setiap orang mengalami penderitaan. Sedangkan, *isolation* adalah perasaan sendirian atau terisolasi ketika gagal atau melakukan kesalahan sehingga cenderung merasa tidak rasional bahwa semua orang baik-baik saja dan diri sendiri adalah satu-satunya yang gagal.

c. Mindfulness vs overidentification

Mindfulness adalah bersedia menyadari dan mengakui dengan menghadapi penuh kesadaran bahwa pikiran dan perasaan negatif atau rasa sakit diri sendiri hanyalah sebuah pikiran dan perasaan sehingga tidak terlalu terserap dan teridentifikasi dengan pikiran dan perasaan tersebut. Sedangkan, *overidentification* adalah pengidentifikasian perasaan bersifat negatif atau pikiran diri sendiri dan hanyut oleh reaksi-reaksi yang tidak menyenangkan akibat melawan dan menolak kenyataan bahwa diri sendiri sedang menderita, sehingga perhatian akan terserap oleh rasa sakit.

3. METODE PENELITIAN

Penggunaan desain dalam penelitian ini yaitu desain kuantitatif dengan pendekatan kausal komparatif. Penelitian ini berfokus dalam mengkaji pengaruh *parent attachment* terhadap *self-compassion* pada individu, terutama pada remaja akhir yang berlatar belakang dari keluarga broken home akibat perceraian. Penelitian ini dilaksanakan di Surabaya, tepatnya di salah satu Universitas. Kuesioner digunakan sebagai teknik pengumpulan data melalui *google form* yang dibagikan secara online kepada responden. Penelitian ini melibatkan populasi remaja akhir yang mengalami *broken home* dan menempuh pendidikan pada salah satu Universitas di Surabaya, Fakultas Y angkatan 2024. Sampel dalam penelitian ini melibatkan 40 responden yang dipilih melalui penggunaan teknik sampel, yaitu *purposive sampling* dengan kriteria remaja akhir berusia 18-21 tahun, berjenis kelamin perempuan, menempuh pendidikan tinggi pada salah satu Universitas di Surabaya, mengalami *broken home* (perceraian orang tua), remaja akhir yang ikut pihak ibu (*single mother*), dan perspektif remaja akhir terkait pola asuh orang tua yaitu *authoritative parenting* (demokratis). Kuesioner akan disebar luaskan kepada populasi penelitian yang memenuhi kriteria sampel.

Kueisoner disebar secara *online* melalui *google form* disusun dalam skala *likert* terdiri dari jawaban alternatif berjumlah lima pilihan yang dikategorikan menjadi pernyataan *favorable* dan *unfavorable* pada instrumen Kelekatan dengan Orang Tua yang diadaptasi oleh Idriyani (2020) dari konsep *parent attachment* mengacu pada teori Armsden & Greenberg (1987) dan instrumen Skala Welas Diri yang diadaptasi oleh Sugianto et al. (2020) dari *Self Sompassion Scale* milik Neff (2003). Skala kelekatan dengan orang tua terdiri dari 25 item pernyataan yang mencakup 21 item *favorable* dan 4 item *unfavorable*. Sedangkan, skala welas diri terdiri dari 26 item pernyataan yang mencakup 13 item *favorable* dan 13 item *unfavorable*. Pada penelitian ini tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas dikarenakan peneliti melakukan adopsi instrumen dari penelitian Idriyani (2020) dan Sugianto et al. (2020). Menurut Berliana (2024, dalam Zaelani et al., 2024) penggunaan instrumen yang telah dikembangkan dalam penelitian sebelumnya melalui adopsi instrumen tidak lagi peneliti melakukan pengujian ulang terhadap validitas dan reliabilitas instrumen tersebut. Data dalam penelitian ini akan dianalisis menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji analisis regresi sederhana, dan uji koefisien determinasi menggunakan *software* SPSS versi 21.0 for windows.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data penelitian yang telah didapatkan akan diolah dan dianalisis sehingga didapatkan hasil uji asumsi dan uji hipotesis. Sebelum data dianalisis, peneliti melakukan uji statistik deskriptif menggunakan SPSS versi 21.0 for windows. Hasil statistik deskriptif yang diperoleh pada penelitian ini dapat dilihat, yaitu:

Tabel 1. Data Statistik Deskriptif

	Descriptive Statistics				
	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Parent Attachment	40	52	97	70.88	9.656
Self Compassion	40	67	83	76.63	3.119
Valid N (listwise)	40				

Hasil statistik deskriptif memaparkan bahwa total responden pada penelitian ini berjumlah 40 responden. Dari hasil tersebut, dihasilkan rata-rata untuk variabel *parent attachment* yakni 70,88 dengan nilai min 52 namun, nilai max 97 dan std. deviation sebesar 9,656. Kemudian, nilai mean

variabel *self-compassion* adalah 76,63 dengan nilai minimum 67 sedangkan nilai maksimum 83 dan standar deviasi sebesar 3,119. Adapun hasil kategorisasi dari variabel *parent attachment* (X) sebagai berikut:

Tabel 2.1. Kategorisasi Parent Attachment

Kategori_X				
Kategori	Norma	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$92 \leq X$	1	2.5
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$58 \leq X < 92$	35	87.5
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 58$	4	10
Total			40	100

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel *parent attachment* remaja akhir di atas menunjukkan berada di kategori rendah yang terdiri dari 4 orang sebesar 10%, kategori sedang yang terdiri dari 35 orang sebesar 87,5%, dan kategori tinggi yang terdiri dari 1 orang sebesar 2,5%.

Tabel 2.2. Kategorisasi Self-compassion

Kategori_Y				
Kategori	Norma	Interval	Frekuensi	%
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$95 \leq X$	-	-
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$61 \leq X < 95$	40	100.0
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 61$	-	-
Total			40	100

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel *self-compassion* remaja akhir di atas menunjukkan berada di kategori sedang yang terdiri dari 40 orang sebesar 100%.

Tabel 3. Uji Normalitas

Tests of Normality						
Kolmogrov-Smirnov				Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
X	.082	40	.200	.978	40	.619
Y	.171	40	.005	.948	40	.063

Berdasarkan tabel uji normalitas Shapiro-Wilk di atas memaparkan nilai signifikansi pada variabel X (*parent attachment*) yaitu $0,619 > 0,05$ dan nilai signifikansi pada variabel *self-compassion* yakni $0,063 > 0,05$ sehingga mengindikasikan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Tabel 4. Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y* X	Between Groups	(Combined)	246.825	22	11.219	1.439	.224
		Linearity	52.486	1	52.486	6.732	.019
		Deviation from Linearity	194.339	21	9.254	1.187	.364
	Within Groups		132.550	17	7.797		
	Total		379.375	39			

Tabel uji linearitas di atas menunjukkan nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar $0,364 > 0,05$ sehingga menunjukkan bahwa adanya suatu hubungan linear antara variabel *parent attachment* dengan variabel *self-compassion*.

Tabel 5.1. Analisis Regresi Sederhana

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	52.486	1	52.486	6.101	.018
	Residual	326.889	38	8.602		
	Total	379.375	39			

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi 0,018 dengan artian terdapat pengaruh signifikan antara variabel *parent attachment* terhadap variabel *self-compassion* karena nilai signifikan $< 0,05$.

Tabel 5.2. Koefisien Regresi

Coefficients ^a						
Model		Ustandardize d Coefficients		Standardized Coeddicients		Sig.
		B	Std. Error	Beta	t	
1	(Constant)	85.140	3.478		24.478	.000
	Parent Attachment	.120	.049	.372	2.470	.018

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa uji koefisien regresi menunjukkan nilai signifikan $0,018 < 0,05$ maka diketahui *parent attachment* (X) berpengaruh signifikan terhadap *self-compassion* (Y). Di samping itu, nilai koefisien regresi variabel *parent attachment* bernilai positif sebesar 0,120 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa arah pengaruh variabel *parent attachment* terhadap variabel *self-compassion* adalah positif dengan artian apabila variabel independen meningkat maka variabel dependen akan meningkat.

Tabel 6. Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.372 ^a	.138	.116	2.933

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan nilai koefisien determinan (*R Square*) sebesar 0,138 dengan artian persentase sumbangan pengaruh variabel *parent attachment* terhadap *self-compassion* sebesar 13,8%, sedangkan sisa persentase lainnya yaitu sebesar 86,2% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain di luar penelitian ini.

Hasil temuan dari penelitian ini mempertunjukkan bahwa *parent attachment* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-compassion* pada remaja akhir yang mengalami *broken home*. Dengan artian, tingginya *parent attachment* maka *self-compassion* yang dimiliki individu cenderung tinggi. Sebaliknya, rendahnya *parent attachment* maka *self-compassion* yang dimiliki individu cenderung rendah. Temuan dalam penelitian ini konsisten dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sorongan et al. (2022), menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara *parent attachment* terhadap *self-compassion* remaja.

Adapun, berdasarkan hasil kategorisasi dari skala *parent attachment* pada sampel penelitian ini menunjukkan bahwa remaja akhir yang mengalami *broken home* mendominasi berada di kategori

sedang, yaitu 87,5% berjumlah 35 responden. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Aini & Afdal (2023) yang mengindikasikan bahwa kelekatan remaja dengan orang tua tunggal dari keluarga *broken home* berada di kategori sedang.

Selanjutnya, hasil kategorisasi dari skala *self-compassion* pada sampel penelitian ini menunjukkan bahwa remaja akhir yang mengalami *broken home* berada di kategori sedang, yaitu sebanyak 100% berjumlah 40 responden. Hal ini sejalan dengan temuan Maisari & Aulia (2022) menghasilkan secara rata-rata remaja berasal dari orang tua bercerai menunjukkan *self-compassion* di kategori sedang yang menggambarkan bahwa kemampuan mereka dalam memahami kondisinya dan upaya individu tidak berlarut di situasi sulit. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Nikmah & Pertiwi (2023) menunjukkan tingkatan *self-compassion* pada mahasiswa yang memiliki keluarga tidak harmonis didominasi dalam kategori tingkatan sedang.

Penemuan ini konsisten dengan teori *attachment* dari Armsden & Greenberg (1987, dalam Nuban & Amseke, 2024) yang menjelaskan bahwa *parent attachment* mengacu pada gambaran persepsi individu bersifat positif atau negatif terkait frekuensi peran orang tua dalam memberikan keamanan psikologis bagi individu serta ikatan afektif dan kognitif yang terbentuk melalui *trust*, *communication*, dan *alienation* dalam interaksi dengan orang tuanya. Dalam konteks ini, hubungan emosional dengan orang tua melalui ketiga aspek tersebut dapat membentuk pola kelekatan (*secure/insecure*) ditandai dengan kualitas kelekatan (*high security of attachment / low security of attachment*) yang berpengaruh pada *self-compassion* individu.

Cara individu terikat pada orang tuanya melalui *parent attachment* dapat memiliki pengaruh secara mendalam pada pengembangan *self-compassion*, oleh sebab itu *parent attachment* dapat memengaruhi konsep diri individu dan cara mereka belajar, baik secara eksplisit maupun implisit dalam mengatur emosi (Jones et al., 2023). Melalui peran *parent attachment* dimana kelekatan orang tua terhadap remaja akhir dapat berpengaruh besar dalam membentuk dan mengembangkan *self-compassion* remaja yang berperan pada kemampuan dalam menghadapi tekanan.

Lebih lanjut, menurut Neff (2003) mengutarakan bahwa *self-compassion* terbentuk dalam diri individu melalui hubungan yang aman dan saling percaya di awal kehidupan. *Self-compassion* berarti bersikap hangat, mendukung, dan pengertian terhadap diri sendiri (Neff et al., 2020). *Self-compassion* berakar pada interaksi awal anak dan orang tua di mana orang tua memodelkan *self-compassion* dalam interaksi kesehariannya sehingga anak dapat menerima pesan dan belajar bagaimana merespon emosi dan keadaan sulit dengan bersikap baik pada diri sendiri (Lathren et al., 2020). Oleh karena itu, peran orang tua melalui *parent attachment* berpengaruh pada konsep perkembangan *self-compassion* remaja.

Individu dengan *secure attachment* dengan orang tua ditandai oleh *high security of attachment* cenderung mengembangkan *self-compassion* yang tinggi melalui sikap *self-kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Sebaliknya, *insecure attachment* ditandai oleh kualitas *low security of attachment* cenderung memicu sikap *self-judgment*, *isolation*, dan *overidentification*. Menurut Neff & McGehee (2010) mengutarakan bahwa *secure attachment* dikaitkan secara positif dengan *self-compassion* karena individu lebih mudah untuk memanfaatkan perasaan peduli terhadap diri sendiri, sedangkan *insecure attachment* akan dikaitkan secara negatif dengan *self-compassion* karena individu lebih dingin dan lebih kritis terhadap diri sendiri sehingga memiliki akses terbatas terhadap *self-compassion*.

Selain itu, penelitian ini hanya melibatkan subjek perempuan remaja akhir, yang menurut studi Neff et al. (2020) & Jones et al. (2023) bahwa *self-compassion* menurun pada masa remaja yang lebih tua, terutama di kalangan perempuan serta perempuan menunjukkan rendahnya *self-compassion* dibandingkan laki-laki. Hal ini diperkuat oleh penelitian Henny & Yendi (2021) yang menghasilkan terdapat perbedaan secara signifikan di mana remaja laki-laki memiliki tingkat *self-compassion* lebih tinggi dibandingkan *self-compassion* pada remaja perempuan. Kecenderungan perempuan lebih kritis terhadap diri sendiri, lebih sering mengisolasi diri, dan lebih mudah terjebak dalam emosi negatif saat menghadapi kegagalan atau stres. Oleh sebab itu, keseluruhan responden dalam penelitian ini memiliki *self-compassion* di kategori sedang.

Dengan demikian, berdasarkan hasil penelitian di atas dapat menunjukkan bahwa variabel *parent attachment* mempengaruhi variabel *self-compassion* sehingga *parent attachment* berperan penting dalam tingkatan *self-compassion* pada sampel penelitian ini. Namun, sumbangan pengaruh variabel *parent attachment* sebesar 13,8% terhadap *self-compassion* menunjukkan bahwa hubungan awal dengan orang tua memiliki peran, tetapi tidak menjadi satu-satunya faktor utama atau dominan yang berpengaruh. Sisanya, sebesar 86,2% dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti disebutkan oleh Neff & McGehee (2010, dalam Wiffida et al., 2022) bahwa kepribadian, budaya, dan pengalaman masa kecil kemungkinan besar berkontribusi terhadap hasil ini.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan hasil analisis data dan pembahasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa *parent attachment* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *self-compassion* pada remaja akhir yang mengalami *broken home*. Artinya, tingginya *parent attachment* maka tinggi pula *self-compassion* yang dimiliki individu. Begitu juga sebaliknya, rendahnya *parent attachment* maka rendah pula *self-compassion* yang dimiliki individu. Adapun, nilai koefisien determinasi menunjukkan hasil 0,138 dengan artian bahwa persentase sumbangan pengaruh variabel *parent attachment* terhadap *self-compassion* sebesar 13,8%, sedangkan sisa persentase lainnya yaitu sebesar 86,2% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain di luar penelitian ini.

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *parent attachment* menjadi salah satu faktor penting yang berpengaruh pada *self-compassion* pada remaja akhir, bahkan dalam konteks keluarga *broken home* yang memiliki dinamika keluarga tidak utuh dan permasalahan yang kompleks. Implikasi ini menekankan pentingnya peran serta figur orang tua dalam menciptakan kualitas kelekatan dengan remaja akhir, sebagai salah satu faktor pendukung yang membentuk dan memengaruhi *self-compassion*, bahkan dalam situasi keluarga *broken home*. Dengan demikian, penulis mengharapkan untuk peneliti selanjutnya disarankan menambahkan variabel lain dalam mengeksplorasi hubungan antara *parent attachment* dan *self-compassion* secara lebih dalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, I. N., & Afdal. (2023). Kelekatan terhadap Orangtua (Ayah-Ibu) pada Remaja Korban Broken Home. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 13259–13266. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v7i2.8492>
- Apsari, D. A., & Budi Utomo, H. (2024). Pentingnya Self-Compassion bagi Kesehatan Mental Individu. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 4(1), 25–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v4i1.4167>
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Aulia, Z., Matondang, M., Latifah, T., Sari, D. P., & Nasution, F. (2022). Peran Orangtua dalam Perkembangan Psikososial Pada Masa Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 11063–11068. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.10141>
- Ayulanningsih, & Karjuniwati. (2020). Welas Asih Diri dan Kesejahteraan Subjektif pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 25(1), 85–96. <https://doi.org/https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss1.art7>
- Fachrial, L. A., & Herdiningtyas, K. (2023). Pengaruh Self-compassion terhadap Resiliensi pada Remaja yang Memiliki Orang Tua Tunggal. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(3), 25–31. <https://doi.org/10.56127/jukeke.v2i3.1187>
- 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>
- Henny, S. M., & Yendi, F. M. (2021). Self-compassion of Adolescent Based of Gender. *Journal of Health, Nursing and Society*, 1(2), 38–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.32698/jhns.0090191> Contents
- Idriyani, N. (2020). Adaptasi Alat Ukur Kelekatan dengan Orang Tua.

- Ikrima, N., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan Antara Attachment (Kelekatan) Orang Tua dengan Kemandirian Emosional Pada Remaja Jalanan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 37–47. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i9.41918>
- Jones, A. F., Bluth, K., & Neff, K. (2023). Handbook of Self-Compassion. In *Mindfulness in Behavioral Health* (pp. 1–457). Springer Nature Switzerland AG. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-22348-8>
- Lathren, C., Bluth, K., & Zvara, B. (2020). Parent Self-Compassion and Supportive Responses to Child Difficult Emotion: An Intergenerational Theoretical Model Rooted in Attachment. *Journal of Family Theory and Review*, 12(3), 368–381. <https://doi.org/10.1111/jftr.12388>
- Latifannisa, M. F., & Agustina, M. W. (2024). The Relationship of Self-Compassion with Forgiveness in Teenage Victims of Divorce in Indramayu. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 6(1), 38–48. <https://doi.org/10.18326/ijip.v6i1.1800>
- Mahkamah Agung Republik Indonesia. (2024). Putusan Register Tahun 2024 Perceraian. <https://putusan3.mahkamahagung.go.id/direktori/index/kategori/perceraian/tahunjenis/regis/tahun/2024.html>
- Maisari, L., & Aulia, P. (2022). Hubungan Social Support dengan Self-compassion pada Remaja dengan Orang Tua yang Bercerai. *JPI: Jurnal Psikologi Islam*, 1(2), 72–84. <https://ojs.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/jps/article/view/7920>
- Neff, K. D. (2023). Self-Compassion: Theory, Method, Research, and Intervention. *Annual Review of Psychology*, 74, 193–218. <https://doi.org/https://doi.org/10.1146/annurev-psych-032420-031047>
- Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860390129863>
- Neff, K. D. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223–250. <https://doi.org/10.1080/15298860390209035>
- 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>
- Neff, K. D., & Knox, M. C. (2020). Self-Compassion. In *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (pp. 1–8). https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_1159
- Nikmah, K., & Pertiwi, Y. W. (2023). SELF- COMPASSION DAN RESILIENSI PADA MAHASISWA MEMILIKI KELUARGA TIDAK HARMONIS. *HUMANITIS: Jurnal Humaniora, Sosial Dan Bisnis*, 1(6), 585–592.
- Nuban, J. A., & Amseke, F. V. (2024). Pengaruh Kelekatan Orang Tua dan Teman Sebaya terhadap Optimisme Hidup Remaja. *Humanlight Journal of Psychology*, 5(2), 79–94.
- Pranata, D., Pratikto, H., & Suhadianto. (2022). Penyesuaian Diri pada Remaja: Bagaimana Peranan Kelekatan Orang Tua? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3), 342–353. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/646>
- Putri, F. P., Amalia, S., & Firdiyanti, R. (2021). Parental Attachment dan Kecerdasan Emosi pada Remaja Awal. *Cognicia*, 10(2), 118–125. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v10i2.22479>
- Rahmayanti, K., Sofia, M., & Purba, W. A. (2024). Analisis Kelekatan Orangtua, Kelekatan Teman Sebaya, Self Control, dan Self-Esteem terhadap Agresivitas Remaja. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 10(1), 714–724. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v10i1.4151>
- Sorongon, R. H., Solang, D. J., & Kumaat, T. D. (2022). Pengaruh Parent Attachment terhadap Perkembangan Self-Compassion pada Remaja di Desa Kayuuwi Kabupaten Minahasa. *Psikopedia*, 3(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.53682/pj.v3i1.5646>
- 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/jpu02020-337>
- Wiffida, D., Dwijayanto, I. M. R., & Priastana, I. K. A. (2022). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Self-Compassion: Studi Literatur. *Indonesian Journal of Health Research*, 5(1), 19–23. <https://doi.org/10.51713/idjhr.v5i1.47>
- Zaelani, R., Sartono, H., & Nurcahya, Y. (2024). Pengaruh Metode Latihan Piramid terhadap Peningkatan Power Tungkai dan Hasil Longpass Cabang Olahraga Sepak Bola. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(3), 10697–10701. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i3.30781>