

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data empiris mengenai hubungan antara *trait* kepribadian *the big five* dengan *self compassion* pada relawan di Warga Peduli AIDS Kebon Pisang Bandung. Pada bab ini akan diuraikan hasil penelitian berupa pengolahan statistik dengan menggunakan bantuan *software* IBM SPSS Statistics 20. Selanjutnya akan dilakukan analisis dari data yang telah diperoleh untuk mengetahui hubungan antara dua variabel tersebut.

4.1 Hasil Penelitian

Bab ini membahas mengenai uraian dan hasil perhitungan data-data yang diperoleh dari data penelitian. Data penelitian adalah sejumlah skor yang diperoleh dari jawaban responden atas pertanyaan atau pernyataan mengenai variabel penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah *trait* kepribadian menggunakan pendekatan *the big five* dan *self compassion*. Hasil pengukuran penelitian yang akan dijelaskan adalah mengenai seberapa erat hubungan antara *trait* kepribadian dengan *self compassion* pada relawan di Warga Peduli AIDS Kebon Pisang kota Bandung.

4.1.1 Gambaran *Trait* Kepribadian *The Big Five* Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Berdasarkan hasil pengukuran terhadap 6 relawan di WPA Kebon Pisang Bandung, maka diperoleh hasil mengenai profil kepribadian relawan dengan *Self Compassion* sebagai berikut :

Tabel 4.1
Gambaran Profil *Trait* Kepribadian Relawan

<i>Trait</i>	<i>Extraversion</i>	<i>Agreeableness</i>	<i>Conscientiousness</i>	<i>Neuroticism</i>	<i>Openness</i>
Subyek	Score (Rank)	Score (Rank)	Score (Rank)	Score (Rank)	Score (Rank)
Subyek 1	30 (2)	35 (1)	25 (3)	23 (4)	14 (5)
Subyek 2	36 (1)	35 (2)	32 (3)	21 (4)	15 (5)
Subjek 3	25 (2)	33 (1)	25 (3)	20 (4)	13 (5)
Subjek 4	32 (1)	30 (2)	25 (3)	25 (4)	12 (5)
Subjek 5	27 (3)	28 (2)	22 (4)	30 (1)	11 (5)
Subjek 6	29 (3)	30 (2)	32 (1)	21 (4)	15 (5)

Tabel 4.1.1
Gambaran *Trait*

<i>Trait</i>	Frekuensi	%
<i>Extraversion</i>	2	33,3%
<i>Agreeableness</i>	2	33,3%
<i>Conscientiousness</i>	1	16,7%
<i>Neuroticism</i>	1	16,7%
<i>Openness</i>	0	0%
Total	6 orang	100%

Berdasarkan tabel diatas, 6 relawan masing-masing memiliki *trait* yang dominan, terdapat 2 orang relawan yang memiliki *trait* dominan yakni *Extraversion*, artinya relawan memiliki tingkat motivasi yang tinggi dalam bergaul, menjalin hubungan dengan sesama dan juga dominan dalam lingkungannya. Pada relawan lainnya terdapat 2 orang yang memiliki *trait* dominan *Agreeableness*, artinya, relawan berorientasi pada sifat sosial sehingga mereka cenderung murah hati, pemaaf, dan menerima dirinya serta

lingkungannya. Terdapat pula 1 relawan yang memiliki trait dominan yaitu *Conscientiousness*, artinya relawan tersebut mampu mengatur, serta mempertahankan motivasinya, dan mempunyai disiplin diri. Pada relawan lainnya terdapat 1 yang memiliki *trait* dominan yaitu *Neuroticism*, artinya, relawan tersebut mudah mengalami kecemasan, rasa marah, depresi, dan memiliki kecenderungan emosional reaktif.

4.1.2 Gambaran *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Untuk mengetahui gambaran *self compassion* pada relawan yang menjadi subjek penelitian, maka akan dilakukan pengkategorisasian data Subjek yang ditempatkan ke dalam kategori tinggi, atau rendah. Adapun norma kategorisasi untuk variabel *self compassion* ditampilkan dalam tabel berikut ini :

Tabel 4.2
Norma Kategorisasi Variabel

Kriteria	Kategori
Tinggi	$T > 55$
Rendah	$T < 55$

Setiap skor subjek kemudian dibandingkan dengan norma di atas untuk mengetahui kategorinya. Gambaran umum mengenai variabel *self compassion* adalah sebagai berikut :

Tabel 4.3
Gambaran Umum *Self Compassion* pada relawan di WPA Bandung

Kriteria	Kategori	Frekuensi	Persentase
<i>Self Compassion</i> Tinggi	$T > 55$	5	83,3%
<i>Self Compassion</i>	$T < 55$	1	16,7%

Rendah			
Jumlah		6 orang	100%

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa dari 6 relawan yang menjadi responden dalam penelitian ini, sebesar 16,7% atau 1 relawan memiliki *Self Compassion* rendah, artinya relawan yang mendampingi ODHA, kurang memberikan pemahaman dan perhatian kepada diri sendiri dalam menghadapi masa-masa sulit saat mendampingi ODHA. Mereka juga kurang menerima kekurangan dalam dirinya dan kegagalan yang terjadi dalam hidupnya, sehingga senantiasa menghakimi diri sendiri. Terdapat pula 83,3% atau sebanyak 5 orang relawan yang memiliki *Self Compassion* tinggi, artinya sebagian besar relawan yang mendampingi ODHA mampu memberikan pemahaman yang baik kepada diri sendiri ketika mengalami kesulitan, dan tidak menghakimi kekurangan dalam diri dan kegagalan yang dialami secara berlebihan.

4.1.3 Gambaran Aspek *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Self compassion dari relawan di WPA Kebon Pisang Bandung terdiri dari 3 aspek, yakni *Self Kindness*, *Common Humanity*, dan *Mindfulness*. Berdasarkan hasil pengukuran kepada subjek penelitian menggunakan alat ukur baku *Self Compassion* berdasarkan teori dari **Neff, K.D (2003)**, maka diperoleh gambaran mengenai keseluruhan aspek-aspek *Self Compassion* yang dimiliki oleh Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung. Hasil perhitungan diperoleh sebagai berikut :

Tabel 4.4

Gambaran Aspek *Self Compassion* pada Relawan

Komponen Subyek	<i>Self Kindness</i>		<i>Common Humanity</i>		<i>Mindfulness</i>	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	kategori
Subyek 1	30	Tinggi	24	Tinggi	35	Tinggi
Subyek 2	34	Tinggi	30	Tinggi	44	Tinggi
Subjek 3	15	Rendah	15	Rendah	21	Rendah
Subjek 4	27	Tinggi	24	Tinggi	36	Tinggi
Subjek 5	23	Tinggi	21	Tinggi	30	Tinggi
Subjek 6	21	Tinggi	22	Tinggi	36	Tinggi

Berdasarkan tabel diatas, 5 relawan memiliki *Self Compassion* yang tinggi. Ketiga aspek *Self Compassion* dari relawan yaitu *Self kindness*, *common humanity* dan *Mindfulness* memiliki persentase yang tinggi pada seluruh subjek, yang artinya kebanyakan relawan memiliki pemahaman dan kepedulian yang baik terhadap diri sendiri ketika mengalami penderitaan, dalam membuat kesalahan ataupun menghadapi kesulitan, dan tidak meratapi kegagalan. Seluruh relawan mampu melihat kejadian atau permasalahan yang dihadapinya tanpa berlebihan. Ketika mengalam kegagalan dalam mendampingi ODHA, relawan tidak mengkritik diri dan menerima kekurangan yang dimilikinya. Relawan pun menganggap bahwa permasalahan yang dihadapi, merupakan hal yang manusiawi dan juga dialami oleh kebanyakan relawan atau *care giver* lainnya.

4.1.4 Hasil Perhitungan dan Pengolahan Data Hubungan antara Trait Kepribadian *Extraversion* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Berdasarkan hasil perhitungan statistika dengan menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics 20 didapatkan hasil korelasi antara *trait* kepribadian *Extraversion* dengan *self compassion* sebagai berikut :

Tabel 4.5
Hasil Uji Korelasi antara *Trait* Kepribadian *Extraversion* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

			SELF COMPASSION	EXTRAVERSI ON
Spearmans rho	SELF COMPASSION	Correlation Coefficient	1,000	,943**
		Sig. (2-tailed)		,004
		N	6	6
	EXTRAVERSION	Correlation Coefficient	,943**	1,000
		Sig. (2-tailed)	,004	
		N	6	6

Berdasarkan tabel 4.3. maka hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel *trait* kepribadian *extraversion* dengan *self-compassion* adalah sebesar **0.943**. Koefisien korelasi tersebut bernilai positif 0,943 yang berarti **tingkat hubungan sangat kuat** antara variabel *trait* kepribadian *extraversion* dengan *self-compassion*, pada relawan di WPA Kebon Pisang Bandung.

4.1.5 Hasil Perhitungan dan Pengolahan Data Hubungan antara Trait kepribadian *Agreeableness* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Berdasarkan hasil perhitungan statistika dengan menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics 20 didapatkan hasil korelasi antara *trait* kepribadian *Agreeableness* dengan *self compassion* sebagai berikut :

Tabel 4.6
Korelasi antara *Trait* kepribadian *Agreeableness* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

			SELF COMPASSION	AGREEABLENESS
Spearman 's rho	SELF COMPASSION	Correlation Coefficient	1,000	,718
		Sig. (2-tailed)		,036
AGREEAB		N	6	6
		Correlation Coefficient	,718	1,000
		Sig. (2-tailed)	,036	
		N	6	6

Berdasarkan tabel 4.4 maka hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel *trait* kepribadian *agreeableness* dengan *self-compassion* adalah sebesar **0.718**. Koefisien korelasi tersebut bernilai positif 0,718 yang berarti **tingkat hubungan kuat** antara variabel *trait* kepribadian *extraversion* dengan *self-compassion*, pada relawan di WPA Kebon Pisang Bandung.

4.1.6 Hasil Perhitungan dan Pengolahan Data Hubungan antara *Trait* Kepribadian *Conscientiousness* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Berdasarkan hasil perhitungan statistika dengan menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics 20 didapatkan hasil korelasi antara *trait* kepribadian *conscientiousness* dengan *self compassion* sebagai berikut :

Tabel 4.7
Korelasi antara *Trait* Kepribadian *Conscientiousness* dengan *Self* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

			SELF COMPASSION	CONSCIENTIOUSN ESS
Spearman's rho	SELF COMPASSION	Correlation Coefficient	1,000	,794
		Sig. (2- tailed)		,022
		N	6	6
	CONSCIENTIOUSNESS	Correlation Coefficient	,794	1,000
		Sig. (2- tailed)	,022	
		N	6	6

Berdasarkan tabel 4.5 maka hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel *trait* kepribadian *Conscientiousness* dengan *self-compassion* adalah sebesar **0.794**. Koefisien korelasi tersebut bernilai positif 0,794 yang berarti **tingkat hubungan kuat** antara variabel *trait* kepribadian *conscientiousness* dengan *self-compassion*, pada relawan di WPA Kebon Pisang Bandung.

4.1.7 Hasil Perhitungan dan Pengolahan Data Hubungan antara *Trait* Kepribadian *Neuroticism* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Berdasarkan hasil perhitungan statistika dengan menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics 20 didapatkan hasil korelasi antara *trait* kepribadian *neuroticism* dengan *self compassion* sebagai berikut :

Tabel 4.8
Korelasi antara *Trait* Kepribadian *Neuroticism* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

			SELF COMPASSION	NEUROTICSM
Spearman's rho	SELF COMPASSION	Correlation Coefficient	1,000	,058
		Sig. (2- tailed)		,913
		N	6	6
	NEUROTICSM	Correlation Coefficient	,058	1,000
		Sig. (2- tailed)	,913	
		N	6	6

Berdasarkan tabel 4.6 maka hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel *trait* kepribadian *neuroticism* dengan *self-compassion* adalah sebesar **0.058**. Koefisien korelasi tersebut bernilai positif 0,058 yang berarti **tidak terdapat hubungan** antara variabel *trait* kepribadian *neuroticism* dengan *self-compassion*, pada relawan di WPA Kebon Pisang Bandung.

4.1.8 Hasil Perhitungan dan Pengolahan Data Hubungan antara *Trait* Kepribadian *Openness* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Berdasarkan hasil perhitungan statistika dengan menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics 20 didapatkan hasil korelasi antara *trait* kepribadian *Openness to Experience* dengan *self compassion* sebagai berikut :

Tabel 4.9
Korelasi antara *Trait* Kepribadian *Openness* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

			SELF COMPASSION	OPENNESS
Spearman's rho	SELF COMPASSION	Correlation Coefficient	1,000	,522
		Sig. (2-tailed)		,048
		N	6	6
	OPENESS	Correlation Coefficient	,522	1,000
		Sig. (2-tailed)	,048	
		N	6	6

Berdasarkan tabel 4.7 maka hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel *trait* kepribadian *openness* dengan *self-compassion* adalah sebesar **0.522**. Koefisien korelasi tersebut bernilai positif 0,522 yang berarti **tingkat hubungan sedang** antara variabel *trait* kepribadian *openness* dengan *self-compassion*, selain pada relawan di WPA Kebon Pisang Bandung.

Tabel 4.10
Ringkasan Hasil Perhitungan Statistik Hubungan antara *Trait* kepribadian dengan

Hubungan	Rank Spearman	Interpretasi
<i>Trait</i> kepribadian tipe <i>Extraversion</i> dengan <i>Self Compassion</i>	0,943	Sangat Kuat

<i>Compassion</i>		
<i>Trait</i> Kepribadian tipe <i>Agreeableness</i> dengan <i>Self Compassion</i>	0,718	Kuat
<i>Trait</i> kepribadian tipe <i>Conscientiousness</i> dengan <i>Self Compassion</i>	0,794	Kuat
<i>Trait</i> Kepribadian tipe <i>Neuroticism</i> dengan <i>Self Compassion</i>	0,058	Tidak Terdapat hubungan
<i>Trait</i> kepribadian tipe <i>Openness</i> dengan <i>Self Compassion</i>	0,522	Sedang

4.2 Pembahasan

4.2.1 Gambaran *Trait* Kepribadian *The Big Five* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Berdasarkan data pada grafik 4.2 menunjukkan bahwa jumlah relawan dengan kecenderungan *trait* kepribadian *extraversion* dan *conscientiousness* lebih banyak jika dibandingkan dengan jumlah relawan dengan kecenderungan *trait* kepribadian lainnya, akan tetapi *trait* kepribadian *neuroticism* lebih rendah dibandingkan dengan *trait* kepribadian *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *openness* yang dimiliki oleh kebanyakan relawan.

Relawan yang termasuk kedalam kategori *extraversion* merupakan individu yang memiliki karakteristik optimis, ramah dengan orang lain, aktif, senang bergaul, memiliki emosi yang positif dan optimis (Costa & McCrae, 2003). Relawan yang tergolong dalam *trait* kepribadian ini biasanya lebih sering berkumpul dan bersikap hangat pada orang lain. Relawan yang mempunyai kecenderungan *trait* kepribadian *extraversion* mengatakan bahwa dalam mendampingi ODHA, tidak menjadi halangan bagi mereka untuk tidak bergaul dengan orang-orang di sekitar karena dengan terus berinteraksi dengan orang lain

mereka bisa menceritakan semua pengalaman yang terjadi pada mereka hingga dalam merawat ODHA dan mereka juga mengatakan bahwa mereka melakukan hal tersebut karena mereka mengharapkan bahwa semua orang dapat peduli terhadap sesama, terutama pada ODHA dan tidak mendiskriminasi ODHA. Kebanyakan relawan yang memiliki *trait* kepribadian *extraversion*, merasa dirinya dapat mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, dengan aktif melakukan kegiatan sosial. Jika terdapat suatu kendala dalam proses pendampingan, dirinya tetap berusaha menjaga kestabilan emosinya, dengan berpikiran positif, dan optimis dalam menjalani segala hal.

Individu yang memiliki *trait* kepribadian *agreeableness* cenderung berorientasi pada orang lain yang artinya pada *trait* ini memiliki kebutuhan yang tinggi akan interaksi sosial dengan lingkungan sekitar dan memiliki rasa empati terhadap permasalahan yang dihadapi oleh orang lain. Beberapa relawan yang memiliki *trait* kepribadian *agreeableness* terlihat bahwa mereka suka membantu orang lain, hal tersebut mereka lakukan sebelum menjadi relawan. Mereka suka menolong terutama ketika orang tersebut meminta bantuan kepada mereka. Hal ini dibuktikan dengan mereka yang senantiasa menolong masyarakat di wilayah Kebon Pisang dengan mengabdikan sebagai relawan. Selain itu, mereka juga berempati dengan permasalahan yang sedang dihadapi oleh orang di sekitarnya, terutama dengan anak-anak dan wanita yang terinfeksi virus HIV/AIDS. Mereka pun senantiasa bersikap toleran, jika ada yang menegur dirinya dalam proses pendampingan. Para relawan yang memiliki kecenderungan *trait* kepribadian ini, akan mudah diajak bekerjasama, dan lebih senang jika menghindari konflik.

Selanjutnya *trait* kepribadian *conscientiousness*, individu dengan *trait* kepribadian *conscientiousness* memiliki kedisiplinan diri (*self-discipline*), teratur (*order*), dan pencapaian prestasi (*achievement striving*). Para relawan dengan *trait* kepribadian *conscientiousness* dapat ditunjukkan oleh perilaku-perilaku relawan yang memiliki orientasi tinggi terhadap pendampingan yang mereka berikan terhadap ODHA dengan berusaha menangani seluruh masyarakat Kebon Pisang yang terinfeksi virus HIV/AIDS. Menurut mereka, merupakan suatu prestasi ketika mereka mampu menanggulangi seluruh masyarakat Kebon Pisang yang terinfeksi virus HIV/AIDS. Sehingga mereka pun tidak mudah menyerah, dan gigih dalam menekan tingginya ODHA di wilayah Kebon Pisang. Selain itu, mereka pun berusaha mengikuti berbagai seminar dan kelas khusus tentang virus HIV/AIDS. Hal ini mereka lakukan, agar mereka dapat memberikan yang terbaik terhadap pendampingan yang akan diberikan. Mereka selalu taat dan patuh terhadap aturan yang telah ditetapkan sebagai relawan di WPA, sehingga mereka bersikap disiplin dan teratur. Mereka senantiasa mencatat tanggal pengobatan ODHA, dan mencatat obat yang akan dikonsumsi oleh ODHA. Mereka pun senantiasa mengatur jadwal yang akan mereka kerjakan sehari-hari, dan mereka dapat membagi waktu antara kepentingan pribadi dan kepentingan orang lain.

Trait kepribadian yang terakhir adalah *neuroticism*. Perilaku individu yang tergolong dalam *trait* kepribadian ini cenderung memiliki karakter *anxiety* (kecemasan), *depression* (depresi), *vulnerability* (rentan), *impulsiveness* (impulsif), dan *angry hostility* (permusuhan). Salah satu relawan yang tergolong pada *trait* kepribadian *neuroticism* merupakan orang yang cemas dan mudah khawatir, terutama dalam menghadapi kekurangan dirinya dalam mendampingi

ODHA. Dirinya takut berbuat kesalahan yang akan mencelakakan dirinya dan orang lain. Dirinya mengkhawatirkan semua hal, disamping kekurangan diri dan dirinya takut akan kegagalan menghampiri dirinya dalam mendampingi ODHA. Individu dengan *trait* kepribadian *neuroticism* yang tinggi cenderung mudah tertekan secara psikologis, sehingga bisa depresi.

4.2.2 Gambaran *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Menurut Kristin Neff (2003), seseorang yang berperan sebagai *care giver* seperti seorang Relawan, membutuhkan *self compassion* pada dirinya. Dalam penelitian ini, khususnya bagi relawan yang bertindak sebagai *care giver* yang dalam pekerjaan mendapatkan banyak kesulitan yang mereka anggap sebagai *suffering*. *Self compassion*, berguna untuk membantu mereka memahami bagaimana mereka dapat mengenali terlebih dahulu penderitaan atau *suffering* yang mereka rasakan agar dapat memahami pula penderitaan yang ODHA rasakan. Ketika seorang relawan sudah memiliki kemampuan *self compassion* pada dirinya, memungkinkan relawan untuk memiliki sumber daya yang memadai, sehingga terapis mampu untuk bersikap baik pada dirinya sendiri maupun ODHA yang mereka dampingi. Menurut Kristin Neff, seseorang tidak akan memberikan *compassion for others* secara penuh sebelum mereka memiliki *self compassion*.

Berdasarkan hasil data dari penelitian, sebagian besar relawan di Warga Peduli AIDS Kebon Pisang memiliki *self compassion* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mereka memahami dan menerima apa adanya diri mereka dengan tidak berperilaku kasar pada diri mereka sendiri. Mereka memandang

ketidaksempurnaan yang terjadi dalam hidupnya merupakan sesuatu yang normal karena mereka memandang setiap orang sama seperti dirinya yaitu memiliki kekurangan dan kelemahan. Dengan demikian relawan akan menerima secara lapang keadaan yang terjadi dalam hidupnya. Dalam melakukan tindakannya, relawan yang memiliki *self compassion* tinggi, akan mampu mengerti dan memahami kesalahan dan kegagalan yang dirasakan sebagai beban menjadi seorang relawan. Mereka mampu mengatasi ODHA yang mereka tangani. Menurut Neff, ketika seseorang memiliki *self compassion* pada diri mereka maka menjadikan mereka mampu untuk *self compassion for others* kepada orang lain. Dalam kegiatan pendampingan, relawan yang memiliki *self compassion* tinggi mampu untuk melakukan pendampingan yang baik dengan sesuai prosedur yang berlaku. Mereka mampu untuk mengikuti tahapan pendampingan secara teratur, mampu menguasai karakteristik ODHA yang berbeda-beda, dan mampu menjalin relasi yang baik dengan ODHA maupun keluarga ODHA itu sendiri.

4.2.3 Gambaran Setiap Apsek *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Self compassion memiliki tiga komponen, yaitu *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Lima orang yang memiliki *self compassion* tinggi, memiliki komponen *self kindness* yang juga tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mereka dapat memahami dan menerima apa adanya diri mereka dengan tidak berperilaku kasar pada diri mereka sendiri ketika mengalami kegagalan atau kesalahan saat melakukan tindakan terapi. Selain itu mereka juga dapat memberikan perhatian kepada diri sendiri ketika mengalami masa-masa sulit dalam melakukan pendampingan, misalnya dengan menghabiskan waktu bersama

keluarga dengan pergi berlibur. Relawan dengan *self kindness* tinggi melihat bahwa kesalahan dan kegagalan yang mereka hadapi dalam menjalankan profesinya sebagai seorang relawan merupakan hal yang tidak dapat dihindari.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Neff, individu yang berjenis kelamin perempuan cenderung memiliki tingkat *self-compassion* yang rendah dibandingkan laki-laki, hal itu terjadi karena individu yang berjenis kelamin perempuan cenderung lebih sering untuk menghakimi dan mengkritik dirinya sendiri. Akan tetapi dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa perempuan menunjukkan *self compassion* yang tinggi dibandingkan laki-laki.

Terdapat satu orang relawan berjenis kelamin pria, yang memiliki *self compassion* rendah dengan aspek *self kindness* dan *common humanity* yang rendah. Artinya, mereka tidak memiliki kemampuan untuk memahami dan tidak bisa menerima apa adanya dengan berperilaku kasar pada diri ketika mengalami kegagalan atau kesalahan saat melakukan pendampingan. Pada salah satu relawan yang memiliki *self compassion* rendah menunjukkan bahwa dirinya mempunyai trait agreeableness yang tinggi, hal ini disebabkan mereka masih mementingkan kepentingan orang lain dibanding mementingkan kepentingan diri sendiri. Hal ini terlihat ketika, relawan ini memberikan perhatian yang lebih terhadap orang lain, dan tidak untuk dirinya. Relawan ini pun masih menilai, menghakimi diri, mengkritik dirinya sendiri dan kurang menerima kelemahan serta kegagalan dihadapi.

Individu ini juga memiliki pandangan subjektif bahwa kekurangan hanya dimiliki dirinya saja, sehingga hanya dirinya saja yang dirasakan mengalami ketidaksempurnaan dalam hidupnya. Dengan demikian individu yang memiliki

self compassion rendah, cenderung menyalahkan diri mereka atas kesalahan dan kegagalan yang dihadapi. Individu ini cenderung menganggap bahwa kesalahan yang dilakukan karena memang tidak memiliki kemampuan yang baik dalam menjalankan tugasnya. Individu ini juga cenderung terpaku pada kesalahan mereka dan menyerah.

4.2.4 Hubungan antara *Trait Kepribadian Extraversion* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Hasil perhitungan statistik diperoleh bahwa koefisien korelasi *rank spearman* (r_s) antara *trait* kepribadian *extraversion* dengan *self compassion* menunjukkan bahwa keeratan di antara keduanya sangat kuat. Dengan kata lain, semakin relawan memiliki *trait* kepribadian *extraversion*, maka akan semakin sering relawan mengupayakan *self-compassion*. Relawan dengan *trait* kepribadian ini dapat menerima dirinya dengan afek positif seperti senang bergaul, aktif, suka bicara, bersikap ramah, optimis, tertarik dengan banyak hal serta energik dan memiliki emosi positif, hal ini pula yang mendorong relawan untuk senantiasa melakukan pendampingan dan berbagai kegiatan sosial. Sehingga hal ini terlihat ketika dirinya merasa gagal dalam proses pendampingan, dirinya berusaha tetap bersikap ramah pada ODHA, menjaga kestabilan emosi agar selalu positif dengan bersikap optimis mampu melewati kegagalan dan mau memaafkan diri sendiri. Mereka memandang bahwa kesulitan hidup sebagai relawan yang mendampingi ODHA adalah pengalaman yang bisa dialami oleh semua manusia dalam berbuat kebaikan.

Self compassion yang dimiliki oleh relawan di WPA Kebon Pisang berusaha memberikan pemahaman tentang kepedulian diri sendiri saat mengalami

kegagalan dan ketidaksempurnaan tanpa mengkritik serta memandang hal tersebut sebagai sesuatu yang tidak mengisolasi diri sendiri, dan memperlakukan pikiran dan perasaan yang negatif dengan penuh kesadaran dibandingkan membesar-besarkan permasalahan.

4.2.5 Hubungan antara *Trait* kepribadian *Agreeableness* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Hasil perhitungan statistik diperoleh bahwa koefisien korelasi *rank spearman* (r_s) antara *trait* kepribadian *agreeableness* dengan *self compassion* menunjukkan bahwa keeratan di antara keduanya kuat. Dengan kata lain, semakin relawan memiliki *trait* kepribadian *agreeableness*, maka akan semakin sering relawan mengupayakan *self compassion*. Relawan di WPA kebon Pisang yang memiliki *trait* kepribadian *agreeableness* yang tinggi juga diikuti oleh *self-compassion* yang tinggi. Relawan dengan *trait* kepribadian ini, memiliki hati yang lembut, murah hati, dan toleran. Ketika relawan melakukan kesalahan dalam pendampingan, seperti mengabaikan ODHA, relawan ini akan menyadari bahwa dirinya mengalami kegagalan dan dirinya mempunyai kekurangan. Banyak orang yang mengatakan bahwa relawan kurang efektif dalam melakukan pendampingan, relawan pun berusaha memaafkan, serta bersikap toleran terhadap segala pendapat serta kritikan, dan mencoba memaklumi segala pendapat yang diberikan orang lain. Sehingga hal ini membuat dirinya tidak tertekan, dengan berusaha menghibur diri, serta memaafkan segala kekurangan dan berusaha menyelesaikan tugas yang telah menjadi tanggung jawabnya.

Para relawan berusaha untuk saling membantu satu sama lain dan menunjukkan kepedulian dan kasih sayangnya terhadap semua orang, seperti para

relawan yang menyempatkan waktu untuk pergi menikmati hiburan bersama ODHA, para relawan pun membangun relasi yang hangat dengan anggota keluarga, dan mereka pun berusaha menjadi relawan yang peduli bagi sesama.

4.2.6 Hubungan antara *Trait* kepribadian *Conscientiousness* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Hasil perhitungan statistik diperoleh bahwa koefisien korelasi *rank spearman* (r_s) antara *trait* kepribadian *conscientiousness* dengan *self-compassion* menunjukkan bahwa keeratan di antara keduanya kuat. Dengan kata lain, semakin relawan memiliki *trait* kepribadian *conscientiousness*, maka akan semakin sering relawan di WPA Kebon Pisang mengupayakan *self-compassion*. Relawan di WPA kebon Pisang yang memiliki *trait* kepribadian *conscientiousness* yang tinggi juga diikuti oleh *self-compassion* yang tinggi. Individu yang *conscientiousness* akan memegang teguh tugas (*dutifulness*), memiliki kebutuhan akan pencapaian prestasi yang tinggi (*achievement striving*), memiliki disiplin diri yang tinggi sehingga mampu mencapai tujuan mereka.

Prestasi menurut para relawan ialah ketika mereka mampu mengubah citra wilayah Kebon Pisang ke arah lebih baik, dengan memberikan penyuluhan pada ODHA beserta keluarganya, menangani ODHA yang butuh dukungan sosial, dan mengubah pandangan masyarakat Kebon Pisang, agar tidak mendiskriminasi ODHA. Relawan di WPA Kebon Pisang, sudah mengabdikan dirinya selama kurang lebih 7 tahun, oleh karena itu dirinya pun selalu mengantisipasi kegagalan dengan membuat rencana di awal, dan berpikir dengan penuh hati-hati sebelum bertindak. Relawan di WPA Kebon Pisang ini senantiasa bertanggung jawab terhadap tugasnya dalam proses penyuluhan dan pendampingan. Mereka pun

berusaha tidak mengabaikan ODHA dan tetap memberikan perhatian khusus. Sehingga individu yang cenderung memiliki *trait* kepribadian ini, akan cenderung berorientasi pada tugas dan pencapaian prestasi. Mereka pun tidak peduli dengan banyaknya tantangan yang dihadapi, justru mereka menjadikan tantangan tersebut sebagai ujian yang harus dihadapi.

Relawan pun terlihat mampu mengatur diri dengan baik dan tidak terus larut dengan aktivitas-aktivitas yang menyita waktu mereka, mereka juga mampu belajar dari kegagalan yang pernah menghampirinya, seperti lalai dalam mendampingi ODHA. Ketika relawan merasa gagal serta terpuruk dalam proses pendampingan, dikarenakan dirinya tidak memberikan pendampingan yang maksimal, relawan yang memiliki *trait* kepribadian ini akan senantiasa tidak mudah menyerah, dan berusaha bertanggung jawab sebagai relawan, walaupun dirinya mempunyai pekerjaan lain.

4.2.7 Hubungan antara *Trait* Kepribadian *Neuroticism* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang Bandung

Hasil perhitungan statistik diperoleh bahwa koefisien korelasi *rank spearman* (r_s) antara *trait* kepribadian *neuroticism* dengan *self compassion* dengan menunjukkan bahwa keeratan di antara keduanya tidak terdapat hubungan. Menurut Neff, berdasarkan pengukuran yang dilakukan oleh NEO-FFI (Neff, Rude et. al.2007), ditemukan bahwa *self-compassion* memiliki asosiasi paling kuat dengan *neuroticism* ($r = -.5$). *Self-compassion* yang lebih tinggi terkait dengan derajat *neuroticism* yang secara signifikan lebih rendah. Hal ini dikarenakan perasaan *self-compassion* yang dimiliki oleh para relawan, tidak

merasa terisolasi, sehingga individu tersebut mampu mengontrol emosi dengan baik melalui pemikiran yang mendalam.

Dimensi kepribadian *neuroticism* yang tinggi diasosiasikan individu yang memiliki emosi negatif seperti rasa khawatir dan rasa tidak aman, mudah mendapat ide yang tidak realistis dan memiliki respon coping yang maladaptif. Sementara kepribadian *neuroticism* yang rendah diasosiasikan individu lebih tenang, tidak mudah marah, merasa lebih nyaman dan lebih puas terhadap dirinya (Costa & McCrae, 2003). Dimensi *neuroticism* adalah dimensi kepribadian yang paling relevan dalam menunjukkan maladjustment pada individu dari segala usia (Costa & McCrae, 2003). Namun terdapat satu relawan yang memiliki *trait* kepribadian *neuroticism* yang tinggi, dengan menunjukkan rasa khawatir, cemas berlebih terhadap pendampingan yang ia lakukan, dan ia pun senantiasa menyalahkan serta menghakimi dirinya sendiri atas kegagalan yang dihadapi.

4.2.8 Hubungan antara *Trait* Kepribadian *Openness to Experience* dengan *Self Compassion* pada Relawan di WPA Kebon Pisang

Hasil perhitungan statistik diperoleh bahwa koefisien korelasi *rank spearman* (r_s) antara *trait* kepribadian *openness to experience* dengan *self-compassion* menunjukkan bahwa keeratan di antara keduanya sedang. Dengan kata lain, semakin relawan memiliki kecenderungan *trait* kepribadian *openness to experience*, maka akan semakin sering relawan mengupayakan *self-compassion*. Para relawan yang memiliki *trait* kepribadian *openness to experience* yang sedang juga akan diikuti oleh kecenderungan *self-compassion*.

Self-compassion juga sering positif terkait dengan *agreeableness*, *extraversion*, dan *conscientiousness* (korelasi terbentang antara 32-.42), tetapi

tidak ada kaitan dengan *openness to experience* yang ditemukan. Namun pada penelitian ini, hubungan trait kepribadian *openness to experience* dengan *self-compassion* memiliki keeratan yang sedang. Hal ini dimungkinkan ada beberapa variabel yang mempengaruhinya, karena adanya rasa ingin tahu yang dimiliki oleh masing-masing individu, mereka menyukai hal-hal yang baru, dan kurang bisa menunjukkan ekspresi dari perasaan yang dimiliki.

Dalam penelitian ini, ditemukan relawan yang memiliki *self-compassion* mempunyai hubungan dengan trait kepribadian *openness to experience*. Dimensi kepribadian *openness to experience* yang tinggi diasosiasikan individu yang memiliki pemikiran yang luas dan terbuka terhadap berbagai pemahaman. Hal ini terlihat dari relawan yang jarang terlihat mengkritik dirinya secara berlebihan, dan bersikap lebih terbuka dengan pemikiran yang luas tentang lingkungan sekitar, memiliki ide-ide untuk dapat mengembangkan potensi diri, dan dapat menghargai berbagai saran dan pandangan orang lain. Sehingga kebanyakan relawan dapat mengembangkan dirinya dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Hal ini juga dikarenakan mereka cenderung memikirkan kemungkinan-kemungkinan yang berbeda dan mampu berempati pada kondisi yang dihadapi oleh orang lain. Mereka cenderung bebas dalam menganut nilai-nilai, mengakui bahwa benar atau salahnya suatu hal bagi satu orang mungkin akan berada jika diterapkan pada orang lain yang menghadapi kondisi berbeda.