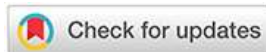


PENGARUH WELAS ASIH DIRI (*SELF COMPASSION*) TERHADAP DEPRESI NARAPIDANA KASUS KEKERASAN SEKSUAL PADA LAPAS KELAS IIB TASIKMALAYA



^{1*}Rizki Juliana, ²Padmono Wibowo

^{1,2}Program Studi Manajemen Pemasyarakatan, Politeknik Ilmu Pemasyarakatan – Indonesia

e-mail:

^{1*}rizkijuliana10@gmail.com (corresponding author)

²padmonowibowo@gmail.com

ABSTRACT

The rise of acts of violence against prisoners in cases of sexual violence in correctional institutions plus the mental pressure received by prisoners makes many prisoners with cases of sexual violence experience depression. Self-compassion is considered a capability to reduce prisoner depression. This research aims to find out the influence of self-compassion in reducing the depression of prisoners in cases of sexual violence. This research uses the quantitative research methods which is the primary data that comes from a questionnaire filled out by 50 prisoners in cases of sexual violence at the Class IIB Tasikmalaya Penitentiary. The data analysis technique in this research uses normality tests, simple linear regression, significance, and determination. The analysis results obtained a strong negative influence of self-compassion on depression in prisoners committing sexual violence cases at the Class IIB Tasikmalaya Penitentiary. The higher the self-compassion, the lower the prisoner's depression.

Keywords: *Self-Compassion; Prisoner Depression; Tasikmalaya Penitentiary*



©2024 Copyright (Hak Cipta) : Penulis (Authors)

Diterbitkan oleh (Published by) : Program Studi Manajemen, Universitas Nusa Cendana, Kupang – Indonesia.

Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi (This is an open access article under license) :

CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

PENDAHULUAN

Ketika berbicara mengenai kekerasan seksual sorotan kepada pelaku selalu terkait perlakuan pelaku kepada korban dan hal ini sering menimbulkan tindakan kekerasan fisik kepada pelaku, sering kali membuat kita lupa bahwa pelaku tetaplah manusia yang dilindungi oleh hak asasi manusia, begitu juga beberapa oknum petugas yang tersulut emosi sering melakukan tindakan yang berbeda antara narapidana kekerasan seksual dengan narapidana lainnya, emosional petugas lebih tinggi. Ketika mengetahui adanya tahanan atau narapidana baru yang akan masuk dengan latar belakang kekerasan seksual, terutama kekerasan seksual kepada anak-anak tingkat emosional dari petugas lebih tinggi. Begitu juga dengan narapidana, ketika ada narapidana baru yang masuk dengan status narapidana/tahanan kekerasan seksual perlakuan dari narapidana lainnya begitu keras, dan tidak jarang sampai mencederai.

Tekanan tinggi ini membuat banyak narapidana kasus kekerasan seksual mengalami depresi. Padahal menurut UU nomor 12 tahun 2022 tentang tindak pidana kekerasan seksual menyatakan bahwa rehabilitasi adalah upaya yang ditunjukkan terhadap Korban dan pelaku untuk memulihkan dari gangguan terhadap kondisi fisik, mental, dan sosial agar dapat melaksanakan perannya kembali secara wajar, baik sebagai individu, anggota keluarga, maupun masyarakat (Pasal 1 ayat 22 UU RI nomor 12 tahun 2022 tentang tindak pidana kekerasan seksual) di dukung juga dengan UU RI nomor 22 tahun 2022 tentang pemasyarakatan tentang hak narapidana pelaku kekerasan seksual yang menjalankan masa pidana di dalam lapas disebut dengan Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) juga berhak mendapatkan perlakuan secara manusiawi dan dilindungi dari tindakan penyiksaan, eksploitasi, pembiaran, kekerasan, dan segala tindakan yang membahayakan fisik dan mental (Pasal 91, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 Tentang Pemasyarakatan 2022). Maka diperlukan solusi untuk mengurangi depresi dari narapidana dalam penelitian ini peneliti berfokus kepada *self-compassion*. *Self-compassion* merupakan kebaikan hati dan pemahaman yang timbul dari diri dengan melibatkan perilaku yang sama terhadap diri sendiri ketika sedang dalam kesulitan, kegagalan, atau mengingat suatu hal yang tidak disukai. *Self-compassion* dapat membantu seseorang terbuka terhadap hal buruk yang sedang dialami, tidak menghindari atau memutuskan hubungan dengan orang lain, dan pada akhirnya dapat menyembuhkan diri dengan hal-hal yang baik. *Self-compassion* memiliki tiga dimensi: *Self-Kindness*, *Common Humanity*, dan *Mindfulness* (Windiastuti dan Kaloeti 2022).

Dengan latar belakang diatas dapat dikatakan pentingnya penanaman *self-compassion* kepada narapidana guna untuk mengurangi depresi terutama narapidana kasus kekerasan seksual yang mengalami tekanan depresi lebih tinggi dibandingkan narapidana lainnya, narapidana yang mengalami depresi akan sulit untuk mengikuti kegiatan pembinaan, dengan keadaan kesehatan fisik dan batin yang maksimal narapidana diharapkan dapat menjalankan pembinaan dengan baik, dengan hal ini harapannya *self-compassion* dapat membantu dalam proses pembinaan dimana narapidana dapat menjalankan pembinaan tanpa adanya depresi dalam menjalankan sisa masa pidana terutama narapidana kekerasan seksual.

TINJAUAN PUSTAKA

Self-Compassion

Variabel independent atau variabel bebas (X) penelitian ini merupakan variabel welas asih diri (*self-compassion*), welas asih diri sebagai kebaikan hati dan pemahaman yang timbul dari diri dengan melibatkan perilaku yang sama terhadap diri sendiri ketika sedang dalam kesulitan, kegagalan, atau mengingat suatu hal yang tidak disukai (Neff,

2023). *Self-compassion* dapat membantu seseorang terbuka terhadap hal buruk yang sedang dialami, tidak menghindari atau memutuskan hubungan dengan orang lain, dan pada akhirnya dapat menyembuhkan diri dengan hal-hal yang baik. *Self-compassion* memiliki tiga dimensi: *Self-Kindness*, *Common Humanity*, dan *Mindfulness*.

Depresi

Depresi adalah suatu kondisi di mana seseorang menjadi patologis ketika tidak mampu beradaptasi dan mengalami kesedihan, kekecewaan, kehilangan, atau kegagalan (Dewi, 2012). Depresi memiliki lima dimensi: emosi, kognitif, motivasi, fisik, dan delusi (Beck dan Alford, 2009).

METODE PENELITIAN

Karena berbentuk angka yang kemudian diolah dengan perhitungan statistik, penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dengan jenis desain penelitian korelasional sebagai desain penelitian. Desain penelitian ini berkenaan terkait ketergantungan satu variabel (variabel y / variabel terikat) terhadap variabel bebas (variabel x). Segala kejadian dalam hidup ini baik terkait permasalahan politik, sosial, ekonomi, dan yang lain saling berhubungan dan mempengaruhi satu dengan yang lain. Kejadian-kejadian itu bisa dinyatakan dalam perubahan nilai variabel satu, contohnya variabel bebas/independen yang dilambangkan huruf X (*Self-Compassion*) dan variabel terikat/dependent dilambangkan huruf Y (Depresi). Penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada 50 narapidana kasus kekerasan seksual di Lapas Kelas IIB Tasikmalaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan narapidana kasus kekerasan seksual di Lapas Kelas IIB Tasikmalaya sebagai subjek penelitian. Data yang diperoleh dari hasil penelitian terdiri dari variabel (X) *self-compassion* dan variabel (Y) depresi. Untuk mengetahui data yang digunakan ialah layak untuk diteliti, maka peneliti melakukan pengujian uji validitas untuk mengetahui terkait data yang digunakan valid atau tidak valid pernyataan yang diberikan. Begitupun dengan uji realibilitas dilakukan untuk mengetahui reliabelnya suatu pernyataan.

Uji Validitas dan Reliabilitas

Dalam penelitian ini dilakukan uji validitas kembali dengan seluruh responden pada penelitian yaitu 50 narapidana kasus kekerasan seksual, Berikut ini dapat dijelaskan terkait hasil dari uji validitas pada setiap item pernyataan yang dilakukan yaitu sebagai berikut :

Tabel 1
Uji Validitas *Self Compassion* (X)

Pernyataan	R_{hitung}	R_{tabel}	Keterangan
X1	0,699	0.279	Valid
X2	0,515	0.279	Valid
X3	0,670	0.279	Valid
X4	0,577	0.279	Valid
X5	0,550	0.279	Valid
X6	0,677	0.279	Valid
X7	0,510	0.279	Valid
X8	0,670	0.279	Valid
X9	0,674	0.279	Valid
X10	0,565	0.279	Valid

X11	0,517	0.279	Valid
X12	0,674	0.279	Valid
X13	0,711	0.279	Valid
X14	0,529	0.279	Valid
X15	0,730	0.279	Valid
X16	0,811	0.279	Valid

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 15 September 2023)

Tabel 1 menunjukkan validitas dengan cara membandingkan nilai r hitung dengan nilai r tabel dari 50 responden narapidana kasus kekerasan seksual Lapas Kelas IIB Tasikmalaya adalah 0,279. Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan semua butir pernyataan variabel *self-compassion* (X) memiliki nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel. Sehingga dapat disimpulkan 16 butir pernyataan dari variabel *self-compassion* (X) yang diujikan kepada 50 responden tersebut dinyatakan valid dan sudah layak untuk dijadikan pengukuran variabel penelitian.

Tabel 2
Uji Validitas Depresi (Y)

Pernyataan	R_{hitung}	R_{tabel}	Keterangan
Y1	0,691	0.279	Valid
Y2	0,651	0.279	Valid
Y3	0,413	0.279	Valid
Y4	0,352	0.279	Valid
Y5	0,556	0.279	Valid
Y6	0,781	0.279	Valid
Y7	0,610	0.279	Valid
Y8	0,633	0.279	Valid
Y9	0,699	0.279	Valid
Y10	0,671	0.279	Valid
Y11	0,660	0.279	Valid
Y12	0,493	0.279	Valid
Y13	0,672	0.279	Valid
Y14	0,693	0.279	Valid
Y15	0,694	0.279	Valid
Y16	0,640	0.279	Valid
Y17	0,820	0.279	Valid
Y18	0,773	0.279	Valid

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 15 September 2023)

Tabel 2 menunjukkan validitas dengan cara membandingkan nilai r hitung dengan nilai r tabel dari 50 responden narapidana kasus kekerasan seksual Lapas Kelas IIB Tasikmalaya adalah 0,279. Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan semua butir pernyataan variabel depresi (Y) memiliki nilai r hitung lebih besar dari nilai r tabel. Sehingga dapat disimpulkan 18 butir pernyataan dari variabel depresi (Y) yang diujikan kepada 50 responden tersebut dinyatakan valid dan sudah layak untuk dijadikan pengukuran variabel penelitian.

Selanjutnya setelah melakukan uji validitas dilakukan uji reliabilitas menggunakan metode pengujian Cronbach's Alpha dalam mengukur indikator penelitian. Dalam menentukan uji reliabilitas terkait reliabel atau tidaknya suatu instrumen penelitian yaitu jika nilai koefisien $\alpha > 0,6$ (lebih besar dari 0,6), maka instrument pengukuran tersebut layak digunakan atau dikatakan reliabel. Sebaliknya, jika nilai koefisien $\alpha < 0,6$ (kurang dari 0,6), maka instrumen pengukuran tersebut tidak layak

digunakan atau dikatakan tidak reliabel. Berikut penjelasan hasil uji reliabilitas penelitian yang telah dilakukan yaitu sebagai berikut :

Tabel 3
Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Hasil	Kesimpulan	Jumlah Item
Self Compassion	0,895	Reliabel	16
Depresi	0,843	Reliabel	18

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 15 September 2023)

Berdasarkan uji reliabilitas yang telah dilakukan terhadap ke dua variabel penelitian, terdapat 16 item dari variabel *self-compassion* maka diperoleh nilai Cronbach's Alpha dari variabel tersebut sebesar 0,895 dan dengan 18 item dari variabel depresi maka diperoleh nilai Cronbach's Alpha dari variabel depresi sebesar 0,843. Kedua nilai ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian ini memiliki reliabilitas yang tinggi sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

Uji Normalitas

Uji Normalitas data dilakukan untuk melihat apakah suatu sampel penelitian yang berasal dari populasi tersebut terdistribusi secara normal atau tidak. Dalam penelitian ini diperlukan data yang terdistribusi secara normal yang diukur menggunakan One Sample Kolmogorov-Smirnov Test dengan persyaratan suatu data dikatakan normalitas apabila tingkat signifikansi (α) sebesar 5% atau 0,05. Untuk mengetahui bahwa data yang diolah melalui SPSS tersebut normal dengan melihat nilai signifikansi atau Asymp. Sig. (2-tailed) lebih dari ($>$) 0,05. Jika sebaliknya nilai signifikansi kurang dari ($<$) 0,05 maka data tidak terdistribusi secara normal. Berikut hasil uji normalitas menggunakan One Sample Kolmogorov-Smirnov Test.

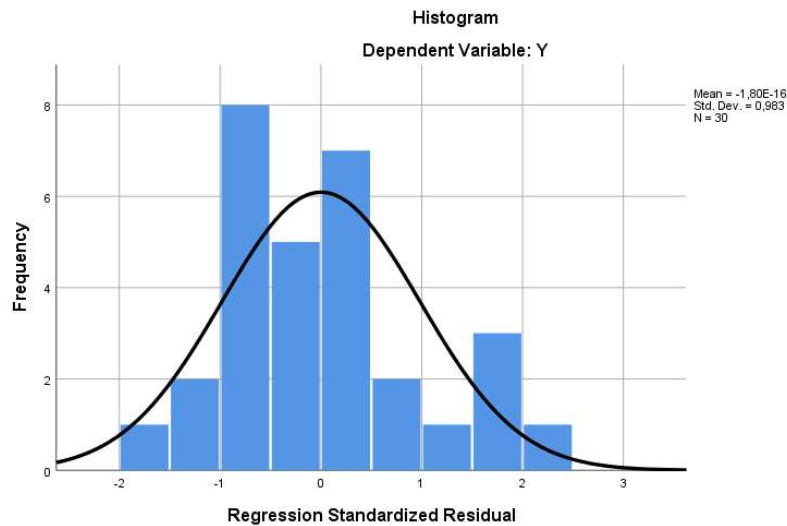
Tabel 4
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		50
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	10,71986849
Most Extreme Differences	Absolute	,093
	Positive	,093
	Negative	-,060
Test Statistic		,093
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 03 Oktober 2023)

Berdasarkan hasil pada tabel 4 maka diperoleh nilai signifikansi atau Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200. Sesuai dengan syarat yang telah disebutkan, nilai signifikansi

0,200 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data dari penelitian yang dilakukan adalah terdistribusi secara normal sehingga data penelitian ini dapat digunakan dalam analisis berikutnya. Pola distribusi data dapat dilihat melalui histogram pada Gambar 1.



Gambar 1
Histogram Regression Standarized Residual Uji Normalitas

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 03 Oktober 2023)

Grafik histogram memberikan pola distribusi yang condong ke arah kanan menandakan data terdistribusi secara normal. Serta dari perolehan angka yang didapatkan, dapat dinyatakan bahwa data pada kedua variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdistribusi secara normal, sehingga data yang didapatkan dapat dilanjutkan ke uji atau analisis selanjutnya menggunakan statistik.

Uji Hipotesis

Uji Regresi Linear Sederhana adalah suatu prosedur yang digunakan dengan metode penelitian kuantitatif untuk memprediksi dan mencari tahu tingkat pengaruh dari variabel independen dalam penelitian ini yaitu self compassion terhadap variabel dependen yaitu depresi. Hasil uji regresi linear sederhana pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 5
Uji Hipotesis
ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1120,657	1	1120,657	9,553	,003 ^b
	Residual	5630,863	48	117,310		
	Total	6751,520	49			

a. Dependent Variable: Depresi

b. Predictors: (Constant), *Self Compassion*

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 03 Oktober 2023)

Tabel 5 menggambarkan bahwa tabel ANOVA digunakan untuk mengetahui informasi mengenai tingkat signifikansi antara variabel *self-compassion* (variabel X) terhadap depresi (variabel Y). Data dalam tabel menunjukkan bahwa bahwa nilai F = 9,553 dengan tingkat signifikansi atau nilai probabilitasnya sebesar 0,003. Disimpulkan bahwa nilai signifikansi $0,003 < 0,05$ sehingga penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh antara variabel *self-compassion* terhadap variabel depresi karena memenuhi syarat uji untuk mengukur tingkat pengaruh suatu variabel.

Tabel 6
Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	41,628	9,184		4,533	,000
<i>Self-compassion</i>	-,553	,179	-,407	-3,091	,003

a. Dependent Variable: Depresi

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 03 Oktober 2023)

Tabel 6 memberikan gambaran tabel *coefficients*, dan dapat dilihat koefisien arah regresi dari kolom *Unstandardized Coefficients* dan sub kolom B. Kolom tersebut memberi informasi yang ada pada nilai constant sebesar 41,628 dan nilai koefisien arah regresinya sebesar -0,553 sehingga dari nilai tersebut diperoleh rumus nilai persamaan regresi seperti berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 41,628 - 0,553X$$

Persamaan pada nilai koefisien b menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi mengindikasikan besarnya pengaruh yang terjadi pada setiap perubahan satuan variabel yaitu *self compassion* sebagai variabel x dan depresi sebagai variabel y. Nilai negatif pada koefisien b menunjukkan bahwa sifat perubahan yang akan terjadi adalah berbanding terbalik sehingga setiap kenaikan yang terjadi pada variabel x maka akan diikuti dengan terjadinya penurunan nilai pada variabel y. Jika koefisien bernilai positif maka ketika terjadi penambahan nilai variabel x maka akan diikuti pertambahan variabel y. Dari persamaan regresi yang telah dibuat mendapatkan penafsiran bahwa nilai konstanta variabel *self-compassion* 41,628 dan nilai tersebut adalah konstan, sedangkan nilai variabel depresi sebesar -0,553. Nilai pada koefisien b dalam persamaan regresi ini mengindikasikan sifat perubahan nilai yang terjadi antara variabel *self-compassion* terhadap variabel depresi berbanding terbalik. Setiap kenaikan nilai pada variabel *self-compassion* maka akan diikuti dengan penurunan nilai pada variabel depresi. Setiap 1% kenaikan nilai variabel *self-compassion*, maka terjadi penurunan sebesar -0,553 pada variabel depresi. Dalam penelitian ini didapatkan sifat regresinya berbanding terbalik sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pengaruh *self-compassion* yang terjadi maka akan semakin rendah pula depresi

Uji Determinasi

Uji Koefisien Determinasi Sederhana merupakan sebuah prosedur yang digunakan dalam metode penelitian kuantitatif untuk menunjukkan besar atau kecilnya pengaruh variabel *self-compassion* (X) terhadap variabel depresi (Y). Nilai R square menentukan nilai koefisien determinasi. Berikut merupakan tabel hasil dari nilai koefisien determinasi.

Tabel 7
Hasil Uji Determinasi

Model Summary					
Model	R	R Square	Adjusted Square	R	Std. Error of the Estimate
1	,407 ^a	,166	,149		10,831

a. Predictors: (Constant), X

b. Dependent Variable: Y

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 03 Oktober 2023)

Berdasarkan data pada Tabel 7, didapatkan nilai koefisien (R) sebesar 0,407 yang mengindikasikan bahwa hubungan antara *self-compassion* terhadap depresi adalah negatif lemah, hal ini karena $0,407 < 0,5$. Selanjutnya didapatkan nilai koefisien determinasi atau R² sebesar 0,166 yang mengindikasikan seberapa kuat pengaruh yang diberikan variabel bebas secara keseluruhan terhadap kenaikan atau penurunan variabel terikat. Berdasarkan nilai hasil uji determinasi ini disimpulkan bahwa *self-compassion* narapidana kasus kekerasan seksual di Lapas Kelas IIB Tasikmalaya dipengaruhi sebesar 16% oleh self compassion sedangkan 84% sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel lainnya yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini.

Uji Signifikansi (uji t)

Uji signifikansi adalah uji yang digunakan untuk menjelaskan apakah *self-compassion* memiliki pengaruh terhadap variabel depresi dengan syarat uji ini adalah jika nilai t hitung > t tabel maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif antara variabel penelitian yang dipakai yaitu 1 variabel bebas dan 1 variabel terikat. Untuk mengetahui t tabel maka terlebih dahulu dilakukan perhitungan dengan menghitung df untuk melihat pada tabel distribusi nilai t.

$$df = n - k = 50 - 2 = 48$$

Berdasarkan nilai df, maka nilai t tabel pada uji t dengan signifikansi sebesar 5% adalah 1.677. Hasil uji signifikansi pada Tabel 8 menjawab pengujian hipotesis penelitian dengan menggunakan perbandingan nilai antara t hitung 3,091 dengan t tabel 1.677. Nilai t hitung > t tabel, yaitu > dengan nilai signifikansi $0,03 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi pengaruh yang negatif dan signifikan antara variabel *self-compassion* dan depresi.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan uji signifikansi (t) menjawab hipotesis pada penelitian ini, sebagai berikut:

H₀ : tidak adanya pengaruh antara *self-compassion* terhadap depresi narapidana kasus kekerasan seksual.

H_a : adanya pengaruh *self-compassion* terhadap depresi narapidana kasus kekerasan seksual.

Tabel 8
Hasil uji signifikansi

Model		Unstandardized Coefficients		Standardize	t	Sig.
		B	Std. Error	d Coefficients Beta		
1	(Constant)	41,628	9,184		4,533	,000
	Self-compassion	-,553	,179	-,407	-3,091	,003

a. Dependent Variable: depresi

Sumber : Data Primer SPSS 25.0 (Diolah Penulis Pada 03 Oktober 2023)

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai t hitung > t tabel sebesar 3,091 > 1,677 maka hipotesis yang diambil adalah terhadap pengaruh signifikan negatif antara variabel self compassion terhadap variabel depresi narapidana kasus kekerasan seksual di Lapas Kelas IIB Tasikmalaya.

Pembahasan

Penelitian ini menggunakan berbagai uji statistik untuk mengetahui dan mengukur tingkat pengaruh antara variabel self compassion terhadap variabel depresi di Lembaga Kelas IIB Tasikmalaya. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji normalitas guna mengetahui apakah data yang digunakan berdistribusi secara normal atau tidak, uji regresi linear sederhana dan uji determinasi untuk mengetahui tingkat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat, serta uji signifikansi atau uji t untuk melakukan pengujian terhadap hipotesis penelitian. Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan One Sample Kolmogorov-Smirnov Test diperoleh hasil nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200 yang mana telah memenuhi syarat untuk uji normalitas, yaitu nilai signifikansi $0,200 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini berdistribusi secara normal. Pada uji regresi linear sederhana diperoleh nilai $F = 9,553$ dengan nilai signifikansi atau probabilitas sebesar 0,003 yang mana telah memenuhi syarat uji regresi linear sederhana yaitu nilai signifikansi $0,003 < 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa penelitian ini memenuhi syarat untuk dapat mengukur tingkat pengaruh variabel *self-compassion* sebagai variabel bebas terhadap variabel depresi sebagai variabel terikat di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tasikmalaya.

Hasil uji regresi linear sederhana pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antar variabel *self-compassion* terhadap variabel depresi. Pada uji regresi linear sederhana diperoleh nilai constant sebesar 41,628 serta koefisien arah regresi sebesar -0,553 yang bernilai negatif. Nilai negatif ini menandakan adanya pengaruh negatif atau terjadinya perubahan yang sifatnya berbanding terbalik, yang berarti setiap terjadi pertambahan nilai pada variabel *self-compassion* maka juga akan terjadi penurunan nilai pada variabel depresi. Sehingga berdasarkan nilai koefisien regresi tersebut menunjukkan bahwa kenaikan nilai sebesar 1 satuan pada variabel *self-compassion*, diperoleh nilai depresi yang akan menurun sebesar -0,553 dimana semakin besar pengaruh *self-compassion* maka semakin menurun angka depresi yang terjadi pada narapidana Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Tasikmalaya. Besarnya persentase pengaruh yang diberikan oleh variabel *self-compassion* terhadap variabel depresi diperoleh dari uji determinasi yang mana dalam penelitian ini nilai R square sebesar 0,166 atau dapat disimpulkan bahwa besar pengaruh variabel self compassion sebagai

variabel bebas memiliki pengaruh sebesar 16% terhadap variabel depresi sebagai variabel terikat, sedangkan sisanya sebesar 84% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini. Cukup rendahnya persentase dari pengaruh *self-compassion* terhadap depresi narapidana di Lembaga Pemasarakatan Kelas IIB Tasikmalaya dapat dipengaruhi terdapatnya permasalahan yang lebih krusial pada organisasi tersebut.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian hasil penelitian terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara *self-compassion* terhadap depresi narapidana kasus kekerasan seksual di Lapas Kelas IIB Tasikmalaya. Hal tersebut menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang berbanding terbalik, bahwa semakin besar pengaruh *self-compassion* pada narapidana kasus kekerasan seksual di Lapas Kelas IIB Tasikmalaya maka depresi akan semakin menurun, begitupun dengan sebaliknya. Besaran pengaruh antara variabel *self-compassion* terhadap depresi narapidana kasus kekerasan seksual di Lapas Kelas IIB Tasikmalaya ialah sebesar 16% sedangkan sisanya yaitu sebesar 84% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak tertera dalam di dalam penelitian ini. Oleh karenanya dibutuhkan penelitian lebih lanjut terkait variabel lain yang dapat mempengaruhi variabel depresi selain variabel *self-compassion* di Lapas Kelas IIB Tasikmalaya, agar penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam lingkup pemasarakatan dan pendidikan.

DAFTAR RUJUKAN

- Aaron T., M. D., dan Brad, A. A. 2009. *Depression Causes and Treatment*. University of Pennsylvania Press Philadelphia.
- Amalia, N., Prajoko, P., dan Lelah. 2020. Implementasi Metode Certainty Factor Untuk Konsultasi Jenis Depresi Pada Remaja Dan Orang Dewasa. *SANTIKA Scientific Journal Of Science And Technology* 10(1):19–27. doi: 10.37150/jsa.v10i1.1360.
- Anggraini, M. 2021. Hubungan Family Support Dan Self Compassion Dengan Depresi Narapidana Kasus Narkoba Di Lembaga Pemasarakatan Narkotika Kelas Iia Jakarta. Politeknik Ilmu Pemasarakatan.
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azizah, L. M., Imam Z., dan Amar A. 2016. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Teori Dan Aplikasi Praktik Klinik*. Indomedia Puteka.
- Azwar, S. 2009. *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pusataka Pelajar.
- BRIEF. 2019. "Gender-Based Violence (Violence Against Women and Girls)." The Word Bank. Diambil 5 Maret 2023 (<https://www.worldbank.org/en/topic/socialsustainability/brief/violence-against-women-and-girls>).
- Carmines, E.G. & Zeller, R. A. 2006. "Reliability and Validity Assessment."
- Cresswell. 2016. *Research Design Pendekatan Motode Kualitatif, Kuantitatif, Dan Campuran*. Pustaka Pelajar.
- Dessi, A.DP. 2020. "Dear Me: Sebuah Upaya Untuk Menurunkan Simtom Depresi Melalui Self-Compassion Exercise Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Suska Riau."
- Dewi, K.S. 2012. *Buku Ajar Kesehatan Mental*.
- Keluarga, M. 2022. "Mengenal Gejala Depresi, Penyebab, dan Cara Mengatasinya." Mitra Keluarga. Diambil 14 Maret 2023 (<https://www.mitrakeluarga.com/artikel/artikel-kesehatan/sekilas-tentang-depresi-3>).

- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2021. Penanganan Korban Kekerasan Seksual Harus Menjadi Prioritas Pemerintah, Pelaku Kejahatan Harus Dihukum Seberat-Beratnya. Indonesia: <https://www.kemkoptik.go.id/penanganan-korban-kekerasan-seksual-harus-menjadi-prioritas-pemerintah-pelaku-kejahatan-harus-0>. Diunduh 26 Februari 2023.
- Krieger, Tobias, Dan Thomas Berger. 2016. The Relationship Of Self-Compassion And Depression : Cross-Lagged Panel Analyses In Depressed Patients After Outpatient Therapy. *Journal Of Affective Disorders* 202:39–45. Doi: 10.1016/J.Jad.2016.05.032.
- Majekodunmi, O., Adetunji O., Lateef, O., dan Raifu, O. 2017. Depression In Prison Population: Demographic And Clinical Predictors. *Journal Of Forensic Science And Medicine* 3(3):122–27. Doi: 10.4103/Jfsm.Jfsm_32_16.
- Mashlihuudin, Y. 2018. Degradasi Moral Remaja Indonesia. Infokom Universitas Muhammadiyah Malang. Diambil 14 Maret 2023 (<https://p2kk.umm.ac.id/id/pages/detail/artikel/deggradasi-moral-remaja-indonesia.html>).
- Murtisari, M. N., Nataniel T., dan Yenny. 2022. Hubungan Lama Pidana Dengan Tingkat Depresi Pada Narapidana Lapas Di Tenggarong. *Jurnal Verdure* 4(1):81–96.
- Nafisah, A., Rulita, H., dan Nuke, M. 2018. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Self Compassion Remaja Di Panti Asuhan. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah* 10(2):160–66.
- Namora, L. L. 2016. Depresi Tinjauan Psikologis. Vol. 8. Jakarta: Kencana.
- Neff, K. D. 2023. *Self-Compassion: Theory, Method, Research, And Intervention*.
- Neff, K. D., Kullaya, P., dan Ya, P. H. 2008. Self-Compassion And Self-Construal In The United States, Thailand, And Taiwan. *Journal Of Cross-Cultural Psychology* 39(3):267–85. Doi: 10.1177/0022022108314544.
- Neff, K. D., dan Roos, V. 2009. Self-Compassion Versus Global Self-Esteem: Two Different Ways Of Relating To Oneself. *Journal Of Personality* 77(1):23–50. Doi: 10.1111/J.1467-6494.2008.00537.X.
- Noviana, I. 2015. Kekerasan Seksual Terhadap Anak: Dampak Dan Penanganannya. *Sosio Informa* 1(1):13–28. Doi: 10.33007/Inf.V1i1.87.
- Palmer, E. J., dan Rachael, C. 2005. Depression , Hopelessness And Suicide Ideation Among Vulnerable Prisoners. *Criminal Behaviour And Mental Health* 15(3):164–70.
- Prasetyo, B., dan Lina, M. J. 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Regis, M. 2019. *Loving the Wounded Soul (Alasan dan Tujuan Depresi Hadir di Hidup Manusia)*. Gramedia Pustaka Utama.
- Rosyanti, L., dan Indriono, H. 2018. *E-Book: Memahami Gangguan Depresi Mayor (Major Depressive Disorder)*.
- Satiti, D. P. 2019. Hubungan Self-Compassion Dengan Psychological Distress Pada Narapidana Perempuan Di Lembaga Pemasyarakatan Kelas Iia Semarang. Universitas Negeri Semarang.
- Seksual, UU RI Nomor 12 Tahun 2022 Tentang Tindak Pidana Kekerasan. 2022. *Gastronomía Ecuatoriana Y Turismo Local*. 1(69):5–24.
- Sintya, D. 2018. Hubungan Antara Self-Compassion Dan Depresi Pada Remaja Dari Keluarga Bercerai. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Subhan. 2022. Globalisasi dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam dan Sosial Masyarakat (Studi Kasus di Kabupaten Bima). *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat* 3:251–58.

- Sujarweni. 2019. *Metodologi Penelitian Bisnis Dan Ekonomi Pendekatan Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka baru press.
- Sukma, F. M., dan Ria, U. P. 2019. Dukungan Sosial Dan Hubungannya Dengan Tingkat Depresi Pada Narapidana Anak. *Jurnal Keperawatan Jiwa* 6(2):83. doi: 10.26714/jkj.6.2.2018.83-90.
- Susanti, A. 2019. Hubungan Antara Self-Compassion Dan Loneliness Pada Remaja.
- Talik, E., dan Bartłomiej, S. 2018. The Sense of Quality of Life and Religious Strategies of Coping with Stress in Prison Inmates. *Journal of Religion and Health* 57(3):915–37. doi: 10.1007/s10943-017-0455-4.
- Ulfiyatun, K., dan Fathul, L. 2015. Dinamika Psikologis Anak Pelaku Kejahatan Seksual. *Jurnal Psikologi Tabularasa* 10(1):89–102.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 Tentang Pemasyarakatan. 2022. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 Tentang Pemasyarakatan.
- Wajdi, F. dan Asmani, A. 2021. Pentingnya Pendidikan Seks Bagi Anak Sebagai Upaya Pemahaman Dan Menghindari Pencegahan Kekerasan Maupun Kejahatan Seksual. *Jurnal Abdimas Indonesia* 1(3):129–37. doi: 10.53769/jai.v1i3.130.
- Westa, A. B. N. R. W. 2021. Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Depresi Pada Lanjut Usia. *E-Jurnal Medika Udayana* 4(1):1–14.
- Windiastuti, M. P., dan Dian V. S. K. 2022. Studi Pendahuluan Pengaruh Self-Compassion Writing pada Mahasiswa dengan Depresi Ringan. *Jurnal Empati* 11(4):234–44.
- Wisely, G. 2023. Tahanan Lapas Medan Tewas Gantung Diri, Polisi Sebut Tak Ada Kekerasan. *detik sumut*. Diambil 6 Maret 2023 (<https://www.detik.com/sumut/berita/d-6586277/tahanan-lapas-medan-tewas-gantung-diri-polisi-sebut-tak-ada-kekerasan>).
- World Health Organization. 2020. Depression. World Health Organization. Diambil 6 Maret 2023 (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>).
- World Health Organization. 2019. Panduan Penilaian Dan Alur Layanan Berbasis Individu Di Layanan Kesehatan Primer. WHO.
- Wuryansari, R. dan Subandi. 2019. “Program Mindfulness for Prisoners (Mindfulners) untuk Menurunkan Depresi pada Narapidana.” *Journal of Professional Psychology* 5(2):196–212. doi: 10.22146/gamajpp.50626.
- Zahirah, U., Nunung N., dan Hetty K. 2019. Dampak Dan Penanganan Kekerasan Seksual Anak Di Keluarga. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat* 6(1):10. doi: 10.24198/jppm.v6i1.21793.