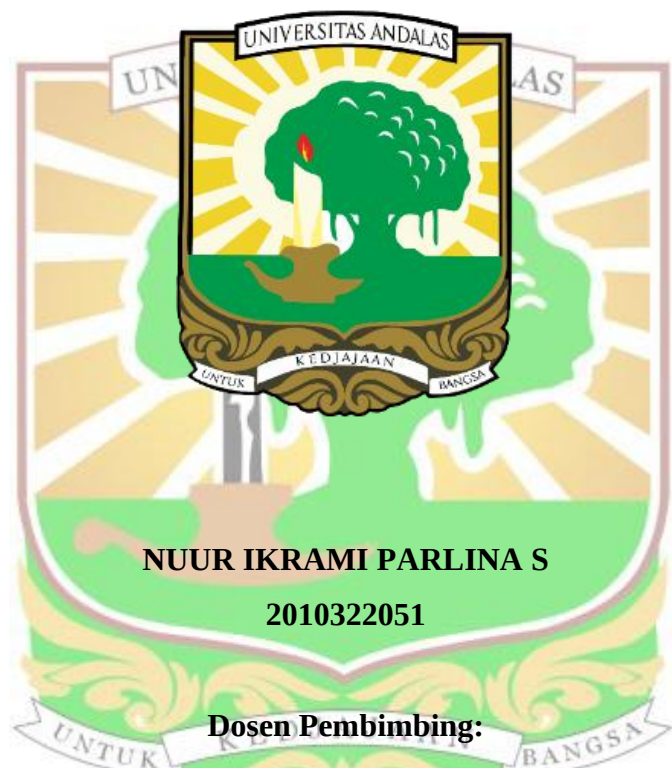


**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP KOMPETENSI EMOSI
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan

Gelar Sarjana Psikologi



NUUR IKRAMI PARLINA S

2010322051

Dosen Pembimbing:

Amatul Firdausa Nasa, M.Psi., Psikolog

Diny Amenike, M. Psi., Psikolog

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2025

THE EFFECT OF SELF-COMPASSION ON EMOTIONAL COMPETENCE IN ADOLESCENTS IN ORPHANAGES

Nuur Ikrami Parlina S¹), Amatul Firdausa Nasa²), Diny Amenike²),
Nelvia Afriyeni²), Septi Mayang Sarry²)

¹)Psychology Student, Faculty of Medicine, Universitas Andalas

²)Department of Psychology, Faculty of Medicine, Universitas Andalas
nuriqrami888@gmail.com

ABSTRACT

Self-compassion is an important factor in the development of an individual's emotional competence. Emotional competence encompasses the ability to identify, express, understand, utilize, and regulate emotions effectively, particularly when facing challenges in social environments such as orphanages. This study aims to examine the effect of self-compassion on emotional competence among adolescents living in orphanages in Padang. This research employs a quantitative approach with simple linear regression analysis. The study involved 292 adolescents residing in orphanages in Padang, selected using a stratified random sampling technique with a size-based stratification approach. Data were collected using the Profile of Emotional Competence (PEC) to measure emotional competence ($\alpha = .884$) and the Self-Compassion Scale (SCS) to measure self-compassion ($\alpha = .857$). The analysis results show that self-compassion has a significant influence on emotional competence, with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a regression coefficient (β) of 0.064. Self-compassion contributes 6.4% to emotional competence, while the remaining 93.6% is influenced by other factors not examined in this study. These findings highlight the importance of fostering self-compassion as an initial step in enhancing the emotional competence of adolescents in orphanages.

Keywords: Self-Compassion, Emotional Competence, Adolescents, Orphanages

PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP KOMPETENSI EMOSI PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN

Nuur Ikrami Parlina S¹⁾, Amatul Firdausa Nasa²⁾, Diny Amenike²⁾,
Nelia Afriyeni²⁾, Septi Mayang Sarry²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

²⁾Departemen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

nuriqrami888@gmail.com

ABSTRAK

Self-compassion merupakan salah satu faktor penting yang berperan dalam pengembangan kompetensi emosi individu. Kompetensi emosi mencakup kemampuan untuk mengidentifikasi, mengekspresikan, memahami, menggunakan, dan mengelola emosi secara efektif, terutama dalam menghadapi tantangan di lingkungan sosial seperti panti asuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-compassion* terhadap kompetensi emosi pada remaja di panti asuhan Kota Padang. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan analisis regresi linear sederhana. Responden dalam penelitian ini berjumlah 292 remaja yang tinggal di panti asuhan di Kota Padang, yang dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan pendekatan *size-based stratification*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *Profile of Emotional Competence* (PEC) untuk mengukur kompetensi emosi ($\alpha = .884$) dan *Self-Compassion Scale* (SCS) untuk mengukur *self-compassion* ($\alpha = .857$). Hasil analisis menunjukkan bahwa *self-compassion* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kompetensi emosi, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien regresi (β) sebesar 0,064. *Self-compassion* berkontribusi sebesar 6,4% terhadap kompetensi emosi, sementara 93,6% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Temuan ini menekankan pentingnya penguatan *self-compassion* sebagai langkah awal dalam meningkatkan kompetensi emosi remaja di panti asuhan.

Kata kunci : *Self-Compassion*, Kompetensi Emosi, Remaja, Panti Asuhan