“HUBUNGAN *PARENT ATTACHMENT* DENGAN *SELF COMPASSION* PADA REMAJA DI SMK NEGERI 5 MANADO”

SKRIPSI

OJIALISTIN DANA

21061061

UKDLSM

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE MANADO

2025

"HUBUNGAN *PARENT ATTACHMENT* DENGAN *SELF COMPASSION* PADA REMAJA DI SMK NEGERI 5 MANADO"

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado

OJIALISTIN DANA

21061061

UKDLSM

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE MANADO

2025

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN *PARENT ATTACHMENT* DENGAN *SELF COMPASSION* PADA REMAJA DI SMK NEGERI 5 MANADO

Yang disusun dan diajukan oleh:

OJIALISTIAN DANA

21061061

Telah dipertahankan didepan TIM penguji Ujian Skripsi

pada tanggal 28 Juli 2025

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

UKDLSM

TIM PENGUJI

Dosen Penguji 1 : (Johanis Kerangan, S.Kep., Ns., M.Kep)

Dosen Penguji 2 : (Wahyuny Langelo, B.S.N., M.Kes)

Dosen Penguji 3 : (Syenshie V. Wetik, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J)

MENGETAHUI,

Dekan Fakultas Keperawatan De La Salle Unika De La Salle Manado	Ketua Program Studi Unika Fakultas Keperawatan Manado
Wahyuny Langelo, B.S.N., M.Kes	**Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN *PARENT ATTACHMENT* DENGAN *SELF COMPASSION* PADA REMAJA DI SMK NEGERI 5 MANADO

Nama	: Ojialistin Dana
NIM	: 21061061
Fakultas	: Keperawatan
Program Studi	: Ilmu Keperawatan

Menyetujui, Manado,
28 Juli 2025

UKDLSM

Pembimbing I	Pembimbing II
Wahyuny Langelo, B.S.N., M.Kes	**Syenshie V. Wetik, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J**

Mengetahui,

Dekan	Ketua Program Studi
Wahyuny Langelo, B.S.N., M.Kes	**Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes**

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, didalam naskah SKRIPSI ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah SKRIPSI dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI, saya bersedia SKRIPSI ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (SARJANA) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

UKDLSM

Manado, 28 Juli 2025
Mahasiswa,

Nama : Ojialistin Dana
Nim : 21061061
PS : Sarjana Keperawatan
Prog : Ilmu Keperawatan
Fak : Keperawatan Unika DLSM

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat kasih dan karunia-Nya, saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana dalam Program Studi Ilmu Keperawatan di Universitas Katolik De La Salle Manado. Dalam penyusunan skripsi, saya berusaha memberikan kontribusi yang berarti dalam judul penelitian "Hubungan *Parent Attachment* Dengan *Self-Compassion* Pada Remaja di SMK Negeri 5 Manado". Saya juga berharap dapat memberikan wawasan yang baru dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan praktik di lapangan.

Skripsi ini tidak akan tersusun dengan baik tanpa dukungan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Dengan rasa hormat, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Johanis Ohoitimur selaku Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado, yang telah memberikan kesempatan, dukungan dan fasilitas dalam menempuh pendidikan di lingkungan Universitas Katolik De La Salle Manado.
2. Wahyuny Langelo, B.S.N., M.Kes Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado yang senantiasa mendukung kegiatan akademik mahasiswa serta memberikan arahan kepada peneliti selama menempuh pendidikan.
3. Natalia Rakinaung, S.Kep., Ns., M.N.S Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado, atas segala dukungan dan bantuan akademik yang sangat berarti selama proses studi berlangsung.
4. Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado, yang sudah memberikan motivasi, pengarahan serta fasilitas untuk menunjang kelancaran proses akademik, khususnya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dosen pembimbing I Wahyuny Langelo, B.S.N., M.Kes yang dengan penuh kesabaran dan ketelitian telah banyak memberikan arahan serta masukan yang membangun dan sudah meluangkan waktu dalam membimbing sehingga dapat membantu peneliti menyusun skripsi ini.

UKDLSM

6. Dosen pembimbing II Syenshie V. Wetik, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J, atas segala masukan, saran, serta dukungan yang sangat berharga telah membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado yang telah banyak memberikan dukungan, ilmu pengetahuan, dan bantuan yang berharga selama masa perkuliahan.
8. Pihak SMK Negeri 5 Manado atas izin dan fasilitas yang telah diberikan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Secara khusus, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada kepala sekolah Olga F. Mamusung, S.Pd yang sudah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian serta wakil kepala sekolah hubungan masyarakat ma'am Jennie Makatuuk, M.Pd yang sudah memberikan bantuan dan arahan dalam kelancaran penelitian.
9. Keluarga, yang tersayang mama dan papa tercinta, terima kasih atas segala doa, cinta dan kasih sayang, dukungan, serta pengorbanan yang tidak henti – hentinya mama dan papa berikan kepada saya. Terima kasih telah menjadi orang tua yang *supportif*, yang telah berjuang, mengorbankan banyak waktu, tenaga, dan upaya untuk mendukung peneliti selama proses studi hingga penyusunan skripsi ini. Semoga ini menjadi langkah awal saya untuk membuat mama dan papa bahagia. Untuk kakak Holly, kakak Loly dan kakak Eklin terima kasih untuk bantuan, dukungan dan semangat yang telah diberikan sehingga saya bisa menjalani masa perkuliahan dengan baik dan lancar.
10. Rekan angkatan 21 atas kebersamaan, kerjasama, dan semangat yang telah diberikan selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi.

Ucapan terima kasih sebesar-besarnya juga saya sampaikan kepada semua pihak, yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu atas segala bantuan, motivasi, dukungan, dan partisipasinya yang tiada henti diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Manado, 28 Juli 2025

UKDLSM

HUBUNGAN *PARENT ATTACHMENT* DENGAN *SELF COMPASSION* PADA REMAJA DI SMK NEGERI 5 MANADO

Dana Ojialistin[1], Langelo Wahyuny[2], Wetik Syenshie[3]
Universitas Katolik De La Salle Manado
Email: ojialistindana@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Masa remaja adalah fase yang sangat rentan terhadap tantangan psikososial seperti perubahan emosional maupun krisis identitas. Rendahnya *self-compassion* dapat memicu berbagai dampak negatif seperti stres, depresi, dan perilaku menyakiti diri. Salah satu faktor yang berhubungan dengan pembentukan *self-compassion* adalah *parent attachment*.
Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *parent attachment* dengan *self-compassion* pada remaja di SMK Negeri 5 Manado.
Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 5 Manado. Populasi penelitian adalah siswa/i jurusan layanan kesehatan dan sampel berjumlah 82 dengan menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner *self-compassion* dan *parent attachment*. Uji statistik menggunakan korelasi *pearson* dengan nilai signifikan p<0,05.
Hasil: Uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *parent attachment* dengan *self-compassion* pada remaja, dengan nilai *p-value* = 0,014<0,05. Remaja dengan *parent attachment* yang baik cenderung memiliki *self-compassion* yang lebih tinggi.
Kesimpulan: *Parent attachment* berperan penting membangun *self-compassion* remaja seperti dukungan emosional, hubungan komunikasi yang baik, dan kepercayaan antara orang tua dan anak untuk meningkatkan kemampuan remaja dalam mengembangkan *self-compassion*.
Kata Kunci: *Parent Attachment*, *Self Compassion*, Remaja

UKDLSM

THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL ATTACHMENT AND SELF-COMPASSION AMONG ADOLESCENTS AT SMK NEGERI 5 MANADO

Dana Ojialistin[1], Langelo Wahyuny[2], Wetik Syenshie[3]
Universitas Katolik De La Salle Manado
Email: ojialistindana@gmail.com

Abstract

Background: Adolescence is a vulnerable developmental phase often marked by psychosocial challenges such as emotional changes and identity crises. Low levels of self-compassion may trigger various negative outcomes, including stress, depression, and self-harming behaviors. One of the factors associated with the development of self-compassion is parental attachment.
Objective: This study aimed to examine the relationship between parental attachment and self-compassion among adolescents at SMK Negeri 5 Manado.
Method: This study employed a quantitative approach with a correlational design. The study was conducted at SMK Negeri 5 Manado, with a population consisting of students from the health services department. A total sample of 82 participants was selected using a total sampling technique. The instruments used were self-compassion and parent attachment questionnaires. Data were analyzed using Pearson's correlation test with a significance level of $p < 0.05$.
Results: Statistical analysis revealed a significant relationship between parental attachment and self-compassion among adolescents, with a p-value = $0.014 < 0.05$. Adolescents with stronger parental attachment tended to demonstrate higher levels of self-compassion.
Conclusion: Parental attachment plays an important role in fostering self-compassion among adolescents through emotional support, effective communication, and trust between parents and children, thereby enhancing adolescents' ability to develop self-compassion.

Keywords: parent attachment, self-compassion, adolescents

UKDLSM

This translation has been checked and proven accurate

Rafael H. Y. Sengkey, S.S., M.Pd.
Head of Langugage Development Office
Universitas Katolik De La Salle Manado

DAFTAR ISI

Cover
Halaman Pengesahan Skripsi iii
Halaman Persetujuan Skripsi iv
Pernyataan Orisinalitas Skripsi v
Kata Pengantar vi
Abstrak viii
Abstract ix
Daftar Isi x
Daftar Tabel xii
Daftar Gambar xiii
Daftar Bagan xiv
Daftar Lampiran xv
Daftar Singkatan xvi

BAB I PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Pertanyaan Penelitian 5
1.3 Tujuan Penelitian 5
1.4 Manfaat Penelitian 6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 9
2.1 *Self Compassion* 9
2.2 *Parent Attachment* 15
2.3 Remaja 19
2.4 Kaitan *Parent Attachment* Dengan *Self Compassion* 24
2.5 Penelitian Terkait 26
2.6 Aplikasi Konsep Teori Keperawatan Menurut Jean Watson 30

BAB III KERANGKA KONSEP 37
3.1 Kerangka Konsep 37
3.2 Hipotesis 38
3.3 Definisi Operasional 39

BAB IV METODE PENELITIAN 40
4.1 Desain Penelitian 40
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian 40
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian 41
4.4 Instrumen Penelitian 42
4.5 Pengumpulan Data 44
4.6 Analisis Data 47
4.7 Etika Penelitian 50

UKDLSM

BAB V HASIL PENELITIAN 53
5.1 Hasil Karakteristik Demografi/Responden 53
5.2 Hasil Analisis Univariat 54
5.3 Hasil Analisis Bivariat 55

BAB VI PEMBAHASAN 56
6.1 Gambaran *Parent Attachment* pada Remaja 56
6.2 Gambaran *Self Compassion* Pada Remaja 59
6.3 Gambaran *Parent Attachment* Dengan *Self Compassion* 62
6.4 Keterbatasan Penelitian 65

BAB VII PENUTUP 67
7.1 Kesimpulan 67
7.2 Saran 67

DAFTAR PUSTAKA 70
LAMPIRAN 75

UKDLSM

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Penelitian Terkait 26

Tabel 3.1 Definisi Operasional 39

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi berdasarkan Karakteristik Demografi 53

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi berdasarkan *Parent Attachment* 54

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi berdasarkan *Self Compassion* 54

Tabel 5.4 Uji Korelasi *Pearson* 55

UKDLSM

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kebutuhan Manusia Menurut Jean Watson 34
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Menurut Jean Watson 35

UKDLSM

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep Penelitian 37

Bagan 4.1 Alur Proses Pengumpulan Data 44

UKDLSM

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Curriculum Vitae* 75

Lampiran 2 *Informed Consent* 77

Lampiran 3 Kuesioner Penelitian 80

Lampiran 4 Surat Survey Data Awal 84

Lampiran 5 Lembar Persetujuan Ujian Proposal 85

Lampiran 6 Lembar Revisi Proposal 86

Lampiran 7 Surat Uji Validitas dan Reliabilitas 87

Lampiran 8 Master Tabel Uji Validitas dan Reliabilitas 88

Lampiran 9 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas 91

Lampiran 10 Lembar Persetujuan Penelitian 100

Lampiran 11 Surat Izin Pengumpulan Data 101

Lampiran 12 Surat Keterangan Selesai Penelitian 102

Lampiran 13 Hasil Analisis Statistik 103

Lampiran 14 Lembar Konsultasi 106

Lampiran 15 Lembar Persetujuan Ujian Skripsi 113

Lampiran 16 Lembar Revisi Skripsi 114

Lampiran 17 Dokumentasi Penelitian 115

UKDLSM

DAFTAR SINGKATAN

BNN = Badan Narkotika Nasional

BKR = Bina Keluarga Remaja

BRIN = Badan Riset dan Inovasi Nasional

GRH = Gerakan Remaja Hebat

I-NAMHS = *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey*

IPPA = *Inventory of Parent and Peer Attachment*

NSSI = *Non-Suicidal Self-Injury*

PTSD = *Post Traumatic Sindrom Disease*

SCS = *Self Compassion Scale*

SWD = Skala Welas Diri

RAN-PIJAR = Rencana Aksi Nasional Peningkatan Kesejahteraan Anak Usia Sekolah dan Remaja

WHO = *World Health Organization*

UKDLSM

BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan pada remaja terjadi karena berbagai tantangan, salah satu tantangan utama yang sering muncul adalah kesulitan dalam memahami dan menerima diri sendiri, terutama ketika mengalami kegagalan, penolakan, atau tekanan sosial. Remaja rentan mengalami krisis identitas, cenderung labil dan mudah terbawa arus negatif. Rendahnya *self-compassion* pada remaja ditandai dengan perilaku menyalahkan diri, penggunaan alkohol berlebihan dan penyalahgunaan obat – obat terlarang hingga gangguan emosional seperti kecemasan dan depresi. Dalam masa ini, *self-compassion* remaja dapat didukung dengan *parent attachment* untuk membentuk kesehatan mental dan emosional anak. Rendahnya kualitas *parent attachment* disebabkan oleh pola asuh yang otoriter, kurangnya komunikasi, atau pengalaman traumatis dalam keluarga.

Self-compassion yang rendah di usia remaja juga muncul karena remaja lebih mudah mengevaluasi diri secara negatif daripada kelompok usia lain (Irnanda & Hamidah, 2021). Remaja yang merasa tidak diterima dan didukung oleh orang tuanya, mereka cenderung memiliki persepsi negatif, kesulitan dalam mengelola stres, dan kecenderungan untuk menyalahkan diri secara berlebihan. Hal ini dapat meningkatkan risiko munculnya masalah psikologis seperti kecemasan, depresi hingga rendahnya harga diri. Adapun masalah kehidupan, baik pribadi maupun sosial sering melibatkan remaja seperti konflik orang tua dengan tekanan dan stress sehingga berdampak pada tindakan di luar batas (Hasanah et al., 2024).

Masalah yang dihadapi remaja dapat memicu perasaan negatif, sehingga akan menyalurkan emosi negatif melalui tindakan *non-suicidal self-injury (*NSSI). NSSI adalah perilaku menyakiti diri sendiri dengan sengaja (Viratasya dan Purnamasari, 2023). Selain itu, terdapat potensi munculnya ide bunuh diri yang memicu resiko percobaan bunuh diri, dan terganggunya kesehatan mental serta menurunnya kepuasan hidup (Febriana et al., 2021). Adapun berbagai pelampiasan emosi negatif lainnya seperti konsumsi

UKDLSM

minuman beralkohol, merokok, penyalahgunaan zat hingga tindakan bunuh diri (Khairunnisa et al., 2023).

Data dan *Opini Public Global You Gov Omnibus*, dalam surveinya tahun 2023 kepada 1.018 responden menunjukkan 36,9% lebih penduduk, pernah melukai diri sendiri terutama di kalangan generasi muda. Data terbaru menginformasikan bahwa sekitar 20,21% remaja di Indonesia telah terlibat dalam perilaku *self-harm*, dengan 93% di antaranya adalah remaja perempuan (Paramita, 2023). Penelitian oleh Liu et al., 2024, melibatkan 204 partisipan menunjukkan bahwa 132 partisipan (64.71%) mengalami *non-suicidal self-injury* (NSSI) dengan 25% melakukannya setiap hari. Maka NSSI adalah bentuk pelampiasan emosi negatif yang tidak mencerminkan *self-compassion* terhadap diri sendiri.

World Health Organization (WHO) mencatat kasus bunuh diri menempati posisi kedua sebagai penyebab kematian tertinggi, dengan 77% dari 700.000 kasus bunuh diri tahunan terjadi pada remaja usia 15 hingga 29 tahun. *Department of Health and Human Services* melaporkan bahwa di Amerika Serikat kasus bunuh diri mengalami peningkatan sebesar 4% (2020-2021) di kalangan remaja (Gusmunardi et al., 2023). Sementara di Indonesia, Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN) melaporkan bahwa 46,63% dari 2.112 kasus (2012-2023), sebanyak 985 kasus bunuh diri melibatkan remaja (Adrian Gede Arga, 2025).

UKDLSM

Badan Narkotika Nasional (BNN) melaporkan bahwa di tahun 2023, total kasus penyalahgunaan narkoba mencapai 924 kasus. Dari data survei tahun 2023 menemukan adanya peningkatan signifikan dalam kategori pernah menggunakan narkotika pada individu berusia 15-24 tahun, yaitu pada 2021 sebanyak 1,44% dan 2023 sebanyak 1,52% (BNN, 2024). Hal ini mengindikasikan bahwa pengguna narkoba sebagian besar dari kalangan remaja. Remaja dinilai menjadi target utama dalam peredaran narkoba karena kondisi mental yang rentan terhadap pengaruh dari teman sebaya dan rasa penasaran yang tinggi tanpa memikirkan efek negatif terhadap diri sendiri.

Hasil survei pada tahun 2022 oleh *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) menemukan sekitar 15,5 juta individu

muda di Indonesia yakni 1 dari 3 orang mengalami permasalahan mental. Selain itu, tercatat juga sekitar 2,45 juta anak muda yakni 1 diantara 20 orang dilaporkan mengalami satu masalah mental pada rentang waktu 12 bulan. Survei tersebut menjelaskan jika masalah mental terbanyak ditemukan para remaja adalah kecemasan, yang merupakan kombinasi dari fobia sosial dan seluruh masalah kecemasan sebanyak 3,7%, depresi mayor mencapai 1,0%, perilaku buruk sebanyak 0,9%, stres pasca–trauma (PTSD) dan gangguan pemusatan perhatian serta hiperaktivitas (ADHD) masing-masing sebanyak 0,5% (Barus, 2022).

Berdasarkan laporan yang dikeluarkan oleh *Trust for America's Health* dan *Well Being Trust*, kehilangan orang tua atau pengasuh merupakan pengalaman masa kecil yang buruk dan dikaitkan dengan peningkatan risiko berbagai dampak kesehatan negatif. Pada tahun 2020, terjadi peningkatan yang signifikan dalam kematian akibat narkoba dan alkohol dikalangan remaja dan dewasa muda, termasuk peningkatan bunuh diri. Prevalensi angka kematian akibat narkoba meningkat sebesar 30 %, dan akibat alkohol sebesar 27 %, serta tingkat bunuh diri mengalami peningkatan hingga 35% (Christopher et al., 2022).

UKDLSM

Karakter *self compassion* yang tinggi pada remaja dibentuk untuk bisa menghadapi berbagai kondisi, terutama tantangan lingkungan sosial. *Self compassion* adalah kepedulian untuk diri sendiri, bersikap lembut dan hangat kepada diri sendiri serta menyayangi diri tanpa syarat (Hasanah et al., 2024). Dunia modern saat ini, para remaja dihadapkan pada tuntutan yang semakin meningkat, baik dari lingkungan keluarga, jaringan sosial maupun konteks akademik (Khairunnisa et al., 2023). Ketika mengalami masalah atau kegagalan, individu akan mengkritik diri dan menganggap dirinya sebagai pribadi yang gagal (Sari & Prasetyaningrum, 2022).

Individu yang cenderung mengkritik dan menyalahkan dirinya karena pengalaman hidupnya kurang menyenangkan adalah ciri *self-compassion* rendah (Meilasari & Utami, 2022). Proses pemahaman diri tanpa mengkritik kesengsaraan, kegagalan ataupun kelemahan yang dirasakan adalah praktik dari *self compassion* (Khairunnisa et al., 2023). Maka bisa diartikan bahwa

self compassion adalah cara individu memperlakukan dirinya saat mengalami tantangan, tekanan, kesulitan maupun kegagalan, namun mampu memahami diri dengan tidak menghakimi dan merugikan diri sendiri.

Langkah yang dapat diperhatikan dalam mengatasi rendahnya *self-compassion* terhadap remaja ialah *parent attachment*. Keterikatan orang tua atau yang sering dikenal sebagai *parent attachment* memiliki hubungan terhadap perkembangan sosial–emosional dan perilaku, termasuk kesehatan mental pada anak (Bowlby, 1988; Kohlhoff et al., 2022). Oleh karena itu, *parent attachment* menjadi bagian penting yang harus diperhatikan untuk membantu remaja mengembangkan *self-compassion*. Apabila hal ini diabaikan, dapat timbul konflik antara anak dan orang tua. Isu ini telah dibahas Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2025), mengenai kasus anak dalam lingkungan keluarga dan pengasuhan alternatif.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 15 orang siswa/i dari jurusan layanan kesehatan, terkait topik *parent attachment* dan *self compassion* yaitu 5 dari 15 siswa mengatakan sering merasa stres akibat pelajaran, merasa tidak mampu mendapatkan nilai bagus, merasa tidak pintar, *insecure* terhadap diri sendiri, perasaan rendah diri serta kurangnya kepercayaan diri. Selain itu, mereka cenderung menyalahkan diri karena tidak mendapatkan nilai yang bagus seperti teman – teman lainnya. Adapula yang mengatakan lebih suka menyendiri. Selanjutnya, 10 siswa mengungkapkan orang tua mereka ikut membantu kerja bakti di sekolah, bersedia hadir jika dipanggil pihak sekolah karena ada konflik antarteman, serta menganggap jika peran dan kedekatan dengan orang tua itu diperlukan.

Hasil wawancara selanjutnya kepada 5 siswa, mereka mengatakan jika hubungan komunikasi kurang baik, jarang interaksi dengan orang tua, jarang bercerita bersama dan lebih suka bergaul dengan temannya di luar rumah, juga ada yang memiliki konflik dengan orang tua. Oleh karena itu, sangat dibutuhkan dukungan emosional dan kelekatan yang baik bersama orang tua dalam membangun *self-compassion* remaja. Penelitian sebelumnya juga membuktikan bahwa *parent attachment* memberikan pengaruh sebesar 75%

UKDLSM

kepada *self compassion*, yakni semakin baik *parent attachment*, maka semakin tinggi juga *self compassion* (Sorongan et al., 2022).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, *parent attachment* memainkan peran terhadap *self compassion* sebesar 23,9%, yang menunjukkan pentingnya hubungan *family attachment* serta sifat kepribadian dalam pembentukan *self-compassion* pada remaja (Nurhalimah, 2021). Pada dasarnya dukungan *parent attachment* sangat penting untuk perkembangan remaja yang sehat. Remaja yang merasakan keamanan saat bersama orang tuanya cenderung lebih mampu menerima segala kelebihan dan kekurangannya, menerima berbagai kondisi, baik maupun buruk tanpa menghakimi diri sendiri. Berdasarkan hal tersebut, *parent attachment* juga berperan penting terhadap kepribadian, interaksi, dan sosialisasi anak di masyarakat.

Upaya meningkatkan *self-compassion* diperlukan kesejahteraan mental dan emosional remaja. Program yang telah diupayakan pemerintah seperti Kelompok Bina Keluarga Remaja (BKR) yaitu layanan komunikasi efektif antara orang tua dalam mendidik anak di zaman digital dan pesatnya arus informasi. Adapula Rencana Aksi Nasional untuk Peningkatkan Kesejahteraan Anak Usia Sekolah dan Remaja (RAN-PIJAR) yaitu membahas lingkungan yang aman untuk mendukung tumbuh kembang anak remaja. Gerakan Remaja Hebat (GRH) yang bertujuan meningkatkan kemampuan remaja dalam komunikasi, penyelesaian masalah, berfikir kritis, pengambilan keputusan, berkolaborasi dan mengelola stress. Berdasarkan latar belakang dan upaya diatas, maka perlu diteliti hubungan antara *parent attachment* dengan *self-compassion* pada remaja.

UKDLSM

1.2 Pertanyaan Penelitian

"Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *parent attachment* dengan *self compassion* pada remaja di SMK Negeri 5 Manado?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara *parent attachment* dengan *self compassion* pada remaja di SMK Negeri 5 Manado.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.1.1 Diketahui karakteristik responden di SMK Negeri 5 Manado.

1.3.1.2 Diketahui gambaran *parent attachment* pada remaja di SMK Negeri 5 Manado.

1.3.1.3 Diketahui gambaran *self compassion* pada remaja di SMK Negeri 5 Manado.

1.3.1.4 Dianalisis hubungan antara *parent attachment* dengan *self-compassion* pada remaja di SMK Negeri 5 Manado.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Siswa/i

Dalam penelitian ini, sangat diharapkan adanya peningkatan pemahaman siswa/i mengenai pentingnya hubungan *attachment* (keterikatan) yang sehat dengan orang tua, sehingga menumbuhkan sikap saling terbuka dan membina hubungan komunikasi yang baik dengan orangtua. Hal ini tentunya membantu remaja mengenali dampak dari keterikatan emosional terhadap cara bersikap pada diri sendiri dalam menghadapi tekanan akademik maupun sosial. Siswa/i dapat dilibatkan dalam program bimbingan konseling yang mengedukasi tentang pengelolaan emosi dan latihan *self-compassion* yaitu mengajarkan kata – kata pujian atau motivasi untuk diri sendiri, maupun *mindfulness* seperti teknik relaksasi.

1.4.2 Bagi Orang Tua

Semoga penelitian ini bisa membagikan informasi positif untuk meningkatkan kesadaran para orang tua tentang dampak pola asuh dan kualitas hubungan dengan anak terhadap kemampuan anak mencintai dan memaafkan diri sendiri. Orang tua dapat berperan aktif dengan memanfaatkan waktu luang sebaik mungkin untuk menciptakan komunikasi yang terbuka dan hangat bersama anak. Orang tua dapat melibatkan diri dalam program edukasi yang difasilitasi oleh perawat komunitas atau sekolah dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas komunikasi, penerimaan, dan dukungan emosional bagi remaja.

UKDLSM

Sehingga memperkuat rasa percaya diri dan kesejahteraan emosional anak.

1.4.3 Bagi Guru

Melalui penelitian yang dilakukan, semoga dapat mendorong guru untuk mendampingi siswa dalam lingkungan sekolah, lebih memahami latar belakang emosional siswa/i serta pengaruhnya terhadap perilaku serta prestasi belajar. Guru dapat membangun komunikasi dengan mendengarkan keluhan atau masalah siswa dengan empati dan tanpa menghakimi dan menjalin komunikasi dengan orang tua untuk memberikan informasi tentang perkembangan siswa serta mengedukasi orang tua tentang pentingnya dukungan emosional di rumah.

1.4.4 Bagi Sekolah

Semoga penelitian ini bisa menjadi dasar dalam menyusun program-program pembinaan karakter yang mendukung kesehatan mental seperti bimbingan dan konseling melalui penyelenggaraan edukasi atau seminar guna menciptakan suasana yang kondusif bagi kesejahteraan emosional dan psikologis siswa, sehingga dapat meningkatkan prestasi akademis serta menciptakan lingkungan belajar yang positif. Sekolah juga dapat menegakkan aturan anti-*bullying*, membangun interaksi yang saling menghargai, dan menumbuhkan suasana belajar yang membuat siswa nyaman berekspresi tanpa takut diejek.

UKDLSM

1.4.5 Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Semoga penelitian ini bisa berkontribusi dalam memperkuat pendekatan holistik, khususnya keperawatan keluarga dan komunitas yang menekankan pentingnya keterlibatan keluarga dalam memengaruhi kesehatan mental remaja. Perawat keluarga atau komunitas dapat menjalankan intervensi keperawatan yaitu promosi kesehatan emosional keluarga serta bisa berkontribusi aktif dalam program di sekolah untuk meningkatkan *self-compassion* sebagai salah satu upaya pencegahan masalah psikologis. Perawat keluarga juga

mampu menerapkan posyandu remaja berkolaborasi dengan pemerintah.

1.4.6 Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan membuka peluang bagi penelitian selanjutnya untuk mengeksplorasi faktor – faktor lain yang dapat mempengaruhi *self-compassion*, seperti *peer attachment* atau *self-esteem*, lingkungan sosial, budaya lokal atau penggunaan media sosial. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif secara bersamaan serta memperluas sampel berdasarkan tingkat pendidikan atau di sekolah lain untuk mengukur efektivitasnya terhadap peningkatan *self-compassion* remaja dalam jangka panjang sehingga hasil penelitian menjadi lebih komprehensif.

UKDLSM