

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN  
*SELF CRITICISM* PADA ANAK SULUNG**



**SKRIPSI**

**OLEH :**

**ANGEL FEBRIANTI SIMATUPANG**

**04041381924066**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2023**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN *SELF CRITICISM***

**PADA ANAK SULUNG**

**SKRIPSI**

Dipersiapkan dan disusun oleh


**ANGEL FEBRIANTI SIMATUPANG**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji


Pada Tanggal 24 Juli 2023

**Susunan Dewan Penguji**

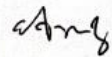
Pembimbing I

  
Yeni Anna Appulembang, M.A., Psy  
NIP. 198409222118032001


Pembimbing II

  
Angeline Hosana Zefany Tarigan, S.Psi., M.Psi  
NIP. 198704152018032001

Penguji I

  
Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A  
NIP. 198612152015042004

Penguji II

  
Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., M.A  
NIP. 198108132012101201

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 24 Juli 2023



Sayang Ajeng Mandhiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 199805212002122004

**LEMBAR PERSETUJUAN  
UJIAN SKRIPSI**

Nama : Angel Febrianti Simatupang  
NIM : 04041381924066  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Kedokteran  
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self Compassion* dengan *Self Criticism* Pada Anak  
Sulung

Indralaya, 26 September 2022

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Yeni Anna Appulembang, M. A., Psy  
NIP 198409222118032001



Angeline Hosana Zefany Tarigan S.Psi., M.Psi  
NIP 198704152018032001

Mengetahui,

Ketua Bagian Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si  
NIP 197805212002122004

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, Angel Febrianti Simatupang, dengan disaksikan oleh tim dosen penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjaan saya dicabut.

Indralaya, Juli 2023

Yang menyatakan,



Angel Febrianti Simatupang  
NIM 04041381924066

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Peneliti mempersembahkan hasil penelitian skripsi ini dan mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Diri saya sendiri, terima kasih untuk selalu bertahan walaupun beribu kali merasa keadaan terlalu berat sehingga ingin menyerah.
2. Kedua orang tua saya dan kedua saudari saya yang selalu memberikan saya dukungan dan tidak pernah menekan saya selama masa studi saya. Terima kasih atas kasih dan sayang yang sudah dicurahkan untuk peneliti.
3. Teman-teman tersayang yang selalu mendukung dan membantu saya dalam kehidupan pribadi dan masa studi. Kepada litak, devy, khai, nisek, pecol, nauk, ica, beka, awak, dan ipeh. Terima kasih karena selalu bersikap apa adanya dan selalu dapat saling menghibur

## KATA PENGANTAR

Segala hormat, puji, dan syukur kepada Allah Bapa yang bertakhta di dalam kerajaan surga, Putranya Yesus Kristus, dan persekutuan Roh Kudus atas anugerah-Nya yang berlimpah, kasih setia dan karunia-Nya yang besar telah tercurah kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Self Compassion* dengan *Self Criticism* Pada Anak Sulung”. Selama penulisan skripsi tentunya peneliti banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak yang telah mendukung serta membimbing peneliti. Kasih yang tulus dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Anis Saggaf, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Marisya Pratiwi, M. Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
5. Ibu Yeni Anna Appulembang, M. A., Psy, selaku pembimbing I skripsi yang selama proses pengerjaan proposal penelitian telah mendukung dan menyediakan waktu untuk memberikan bimbingan serta pengarahan yang sangat baik kepada peneliti.
6. Ibu Angeline Hosana Zefany Tarigan S.Psi., M.Psi., selaku pembimbing II skripsi.

7. Para dosen dan staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
8. Tempat ternyaman, yaitu Bapak Robert Simatupang dan Ibu Lamria Siagian yang selalu memberikan *support* setiap waktu dan dalam segala hal kepada peneliti. Saudari-saudari terkasih, dr. Betharia Veronica Simatupang dan Fanny Simatupang, S.T
9. Teman-teman terkasih, Litha, Khairun, dan Devy yang telah bersama dengan penulis sejak duduk di bangku Sekolah Dasar.
10. Member KKB, Anisa Patika Sari, Faiza Khairunnisa, Naurah Demi Putridinanti, Nurvadillah, Rebecca Gloverny, Siti Anissa Nursyahbani, Widya Hazimah Rosyadah, dan Zakya Alivaturodya yang sedari awal selalu memberikan bantuan dan dukungan selama masa perkuliahan kepada peneliti.
11. Teman seangkatan dan seperjuangan, yaitu Owlster Master yang selalu memberikan dukungan.

Peneliti menyadari bahwa laporan yang peneliti susun masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti sangat terbuka dalam menerima kritik dan saran yang membangun. Akhir kata, semoga proposal ini dapat memberikan manfaat bagi tiap orang yang membaca dan semua pihak.

Indralaya, 15 Juli 2023

Angel Febrianti Simatupang  
NIM 04041381924066

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>14</b>
<b>A. Latar Belakang Masalah.....</b>	<b>14</b>
<b>B. Rumusan Masalah .....</b>	<b>20</b>
<b>C. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>20</b>
<b>D. Manfaat Penelitian.....</b>	<b>21</b>
<b>E. Keaslian penelitian.....</b>	<b>21</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>28</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Criticism</i> .....	33
Tabel 3. 2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Compassion</i> .....	34
Tabel 4. 1 Distribusi Skala <i>Self Criticism</i> Aitem Valid dan Gugur.....	44
Tabel 4. 2 Distribusi Skala <i>Self Criticism</i> Aitem Valid dan Gugur.....	45
Tabel 4. 3 Distribusi Skala <i>Self Compassion</i> Aitem Valid dan Gugur ..	47
Tabel 4. 4 Distribusi Skala <i>Self Compassion</i> Aitem Valid dan Gugur ..	47
Tabel 4. 5 Distribusi Skala Pola Asuh Aitem Valid dan Gugur.....	50
Tabel 4. 6 Distribusi Skala Pola Asuh Aitem Valid dan Gugur.....	50
Tabel 4. 7 Penyebaran Skala <i>Try Out</i> .....	52
Tabel 4. 8 Penyebaran Skala Penelitian.....	55
Tabel 4. 9 Deskripsi Usia Subjek Penelitian .....	56
Tabel 4.10 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian .....	56
Tabel 4.11 Deskripsi Pekerjaan Subjek Penelitian .....	57
Tabel 4.12 Deskripsi Domisili Subjek Penelitian.....	57
Tabel 4.13 Deskripsi Data Deskriptif Subjek Penelitian .....	58
Tabel 4.14 Formulasi Kategorisasi .....	58
Tabel 4.15 Deskripsi Kategorisasi Variabel <i>Self Criticism</i> Subjek.....	59
Tabel 4.16 Deskripsi Kategorisasi Variabel <i>Self Compassion</i> Subjek...	60
Tabel 4.17 Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian.....	60
Tabel 4.18 Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian .....	61
Tabel 4.19 Hasil Uji Hipotesis Variabel Penelitian.....	62
Tabel 4.20 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia Subjek .....	63

<b>Tabel 4.21 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin Subjek</b> .....	<b>64</b>
<b>Tabel 4.22 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Domisili Subjek.....</b>	<b>65</b>
<b>Tabel 4.23 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarakan Pekerjaan Subjek ....</b>	<b>66</b>
<b>Tabel 4.24 Deskripsi Hasil Uji Beda Pola Asuh Terhadap <i>Self Criticism</i></b> .....	<b>67</b>
<b>Tabel 4.25 Deskripsi Perolehan Nilai <i>Mean</i> Pada Variabel <i>Self Criticism</i></b> .....	<b>68</b>
<b>Tabel 4.26 Deskripsi Perolehan Nilai <i>Mean</i> Pada Variabel <i>Self</i> <i>Compassion</i>.....</b>	<b>68</b>

**DAFTAR LAMPIRAN**

**LAMPIRAN A .....93**

**LAMPIRAN B .....105**

**LAMPIRAN C .....111**

**LAMPIRAN D .....155**

**LAMPIRAN E .....165**

**LAMPIRAN F .....169**

**LAMPIRAN G .....172**

**HUBUNGAN ANTARA SELF COMPASSION DENGAN SELF CRITICISM  
PADA ANAK SULUNG**

**Angel Febrianti Simatupang<sup>1</sup>, Yeni Anna Appulembang<sup>2</sup>**

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *self criticism* pada anak sulung. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara *self compassion* dengan *self criticism* pada anak sulung.

Partisipan dalam penelitian ini adalah 155 anak sulung yang memiliki ibu dengan pola asuh otoriter di Indonesia. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Variabel *self criticism* diukur dengan menggunakan skala *self criticism* yang disusun oleh peneliti mengacu pada aspek dari Gilbert (2004). Pengukuran variabel *self compassion*, digunakan skala *self compassion* yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek dari Neff (2003). Untuk memisahkan anak sulung yang memiliki ibu dengan pola asuh otoriter digunakan skala pola asuh yang disusun oleh peneliti dengan mengacu pada dimensi dari Baumrind (2010).

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *pearson product moment*. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa nilai signifikansi *self compassion* dan *self criticism* sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan nilai  $r = -0,687$  yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

**Kata kunci :** *Self Compassion, Self Criticism*

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Psikologi FK Universitas Sriwijaya

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Yeni Anna Appulembang, M.A., Psy  
NIP. 19840922118032001

Angelina Hosana Zefany Tarigan, S.Psi., M.Psi  
NIP. 198704152018032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Psikologi



Bayang Ajieng Mardiyah, S.Psi., M.Si  
NIP. 1978052131022004

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF COMPASSION AND SELF  
CRITICISM IN FIRSTBORNS**

**Angel Febrianti Simatupang<sup>1</sup>, Yeni Anna Appulembang<sup>2</sup>**

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between self-compassion and self-criticism in firstborns. The hypothesis of this study is that there is a relationship between self-compassion and self-criticism in firstborns.*

*The participants in this study were 155 firstborns who have mothers with authoritarian parenting style in Indonesia. The sampling technique in this study is using purposive sampling. The self-criticism variable was measured using a self-criticism scale compiled by researchers referring to aspects of Gilbert (2004). The measurement of self-compassion variable used the self-compassion scale compiled by researchers based on aspects of Neff (2003). To separate the firstborn who has a mother with an authoritarian parenting style, a parenting scale was compiled by the researchers referring to the dimensions of Baumrind (2010)*

*Data analysis completed by using the pearson product moment correlation technique. The results of the correlation analysis showed that the significance value of self-compassion and self-criticism was 0.000 ( $p < 0.05$ ) with a value of  $r = -0.687$  which means that there is a significant negative relationship. Thus, the hypothesis proposed in this study can be accepted.*

**Keyword : Self Compassion, Self Criticism**

<sup>1</sup>*Student of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University*

<sup>2</sup>*Lecturer of Psychology Department of Medical Faculty, Sriwijaya University*

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Yeni Anna Appulembang, M.A., Psy  
NIP. 19840922118032001



Angeline Hosana Zefany Tarigan, S.Psi., M.Psi  
NIP. 198704152018032001

Mengetahui,  
Ketua Bagian Psikologi,



Sayang Ajeng Mardhryah, S.Psi., M.Si  
NIP. 197805212002122004

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kelahiran anak dalam sebuah keluarga menjadi hal yang sangat dinantikan (Setianingrum dan Maryatmi 2020). Hal tersebut dikarenakan setiap keluarga pasti menganggap anak menjadi sumber kebahagiaan bagi orang tuanya (Novillasari & Mardhiyah, 2021). Setiap anak yang lahir dalam sebuah keluarga dibagi urutan kelahirannya oleh Adler (dalam Feist & Feist, 2013) menjadi empat, yaitu anak sulung, anak tengah, anak bungsu, dan anak tunggal.

Menurut Zola, Ilyas, dan Yusri (2017), setiap anak memiliki karakteristik yang berbeda-beda yang sebagiannya disebabkan oleh urutan kelahiran dalam keluarga. Oleh karena itu, orang tua memperlakukan anaknya berbeda-beda, seperti yang diungkapkan oleh Sujanto (dalam Zola et al, 2017), setiap anak mendapatkan perlakuan yang berbeda dari orang tuanya berdasarkan urutan kelahiran.

Agustina (2019) mengungkapkan bahwa, urutan kelahiran cenderung mempengaruhi cara orang tua dalam memperlakukan anaknya, terutama pada anak sulung. Setianingrum dan Maryatmi (2020) mengungkapkan bahwa, orang tua mengharapkan anak sulung menjadi contoh yang baik bagi adiknya. Seperti yang dikemukakan oleh Leman (2009), orang tua membentuk anak sulung menjadi sebuah standar dan tolak ukur dalam keluarga serta dipaksa untuk menuruti perintah orang tua.

Penelitian yang dilakukan oleh Subroto, Satiadarma, dan Wati (2017) menemukan bahwa tuntutan dan harapan orang tua yang tinggi pada anak

sulung menyebabkan anak memiliki tanggung jawab yang besar, sering disalahkan, dan sering mengalah. Selain itu, adanya tuntutan dan harapan dari orang tua dapat menyebabkan anak mengalami tekanan hidup karena harus sesuai dengan harapan orang tuanya (Kurniawan, 2013). Menurut Purba (2016), orang tua yang memberikan tuntutan dan harapan yang tinggi dapat menyebabkan anak sulung melakukan *self criticism*. Goldman dan Greenberg (2013) juga mengungkapkan bahwa, anak sulung yang berusaha mewujudkan standar yang tinggi dari orang tuanya dapat membuat mereka melakukan *self criticism*.

Menurut Leman (2009), *self criticism* merupakan sifat yang melekat dan menjadi salah satu kelemahan pada anak sulung. Hal tersebut yang mengakibatkan anak sulung sering mengalami kecemasan karena takut melakukan kesalahan yang akhirnya membuat mereka melakukan *self criticism* saat mulai dewasa (Yildiz, Altay, dan Toruner, 2017). Menurut Hurlock (2015), dewasa awal adalah individu yang memiliki rentang usia 18 hingga 40 tahun.

Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh Katz dan Nelson (2007) menemukan bahwa, pola asuh yang otoriter dari orang tua menjadi salah satu akibat munculnya perilaku *self criticism* pada kalangan mahasiswa dan usia dewasa. Menurut Baumrind (dalam Seroussi dan Yaffe, 2020), pola asuh otoriter ditandai dengan tingkat kontrol yang tinggi disertai dengan rendahnya kehangatan dan dukungan emosional dari orang tua. Buri (dalam Rudy dan Grusec, 2006) mengatakan bahwa rendahnya *self esteem* dan tingginya *self criticism* berkaitan dengan pola asuh yang digambarkan sebagai pola asuh otoriter, melibatkan kontrol yang tinggi, dan penghukuman. Hal yang sama diungkapkan oleh Lepper (dalam

Baumrind, Larzelere, dan Owens, 2010) bahwa orang tua yang otoriter cenderung melakukan kritik yang keras dan hukuman kepada anak. Dalam penelitiannya, Bleys (2016) menemukan ibu yang mengkritik anaknya dapat memunculkan *self criticism* pada anak.

Stone (2011) mengungkapkan bentuk-bentuk perilaku *self criticism*, diantaranya takut mengambil risiko yang kemungkinan mengarahkan pada kegagalan, memandang kehidupan penuh dengan kesalahan, sulit merubah diri ke arah yang lebih positif, memandang diri lebih rendah dibandingkan orang lain, mengoreksi perilaku diri, dan merasa diri tidak cukup baik. Sedangkan menurut Blatt (dalam Koestner, Zuroff, Power, 1991), *self criticism* dicirikan dengan ketidakpuasan dan rasa bersalah karena tidak dapat memenuhi standar dan cita-cita. Seperti pada fenomena yang diungkapkan oleh Chong (2019), seorang anak sulung yang berusia 29 tahun merasa banyak menanggung harapan-harapan ibunya, mulai dari mengejar gelar master, nilai sempurna, dan mendapat pekerjaan dengan kedudukan dan penghasilan yang tinggi.

Pada penelitian yang dilakukan Shafira (2013), ditemukan bahwa beberapa anak sulung terpaksa masuk ke jurusan tertentu yang sesuai dengan keinginan orang tuanya mengembangkan perilaku *self criticism* karena gagal mencapai nilai yang memuaskan. Kasus yang sama juga terjadi seperti yang dikutip dari fimela.com (2017), seorang anak sulung yang selalu mengikuti arahan orangtuanya mulai dari jurusan perkuliahan, pekerjaan, dan jodoh. Ia sempat bekerja sebagai *web programmer* dalam tekanan yang besar karena merasa bukan *passionnya*. Awalnya, ia merasa yakin bahwa arahan orang tuanya tidak mengarahkannya kepada



kegagalan. Pada kenyataannya, saat usianya 24 tahun ia menganggur dan melakukan *self criticism*, karena menyesal berbagai impiannya harus direlakan demi mewujudkan harapan orang tuanya.

Gilbert dkk (2004) membagi 3 dimensi *self criticism*, yaitu *inadequate self*, *reassured self*, dan *hated self*. *Inadequate self* merupakan perasaan individu yang tertekan secara internal dan menimbulkan perasaan tidak mampu oleh kegagalan dan kemunduran yang dialami, sehingga merasa pantas untuk dikritik dan larut dalam kegagalan yang dialami. *Reassured self* merupakan perasaan dimana individu tidak mampu untuk peduli pada dirinya, tidak dapat meyakinkan diri sendiri, dan tidak dapat mendukung dirinya sendiri. *Hated self* adalah respon yang lebih destruktif dan berdasarkan kemakuan diri pada kemunduran yang dialami dicirikan dengan ketidaksukaan pada diri dan hasrat agresif atau penyiksaan pada diri sendiri.

Manfredi, Caselli, Pescini, Rossi, Rebecchi, Ruggiero, dan Sassaroli (2016) mendefinisikan *self criticism* sebagai suatu bentuk evaluasi diri yang timbul dari perbandingan antara situasi saat ini dengan standar internal pribadi. Blatt (2004) mendefinisikan *self criticism* sebagai bentuk definisi diri yang maladaptif, ditandai dengan penilaian kognitif negatif terhadap dirisendiri, rasa bersalah, dan ketakutan kehilangan persetujuan karena gagal memenuhi standar. Menurut Gilbert, Clarke, Hempel, Miles, dan Irons (2004), *selfcriticism* adalah perasaan menyalahkan diri sendiri karena sesuatu yang tidak mereka terima di kehidupan nyata.

Castilho dan Pinto-Guoveia (2013) mengungkapkan bahwa *self criticism* dapat dipicu saat individu mengalami kegagalan atau melakukan kesalahan. Zhang, Singleton, Pollard, Pittman, Lamis, Fischer, Patterson, dan Kaslow (2017)

menemukan bahwa *self criticism* berhubungan negatif dengan *self compassion*. Neff (2003) menemukan bahwa salah satu komponen dari *self compassion*, yaitu *self kindness* dapat menurunkan *self criticism*, dimana individu akan bersikap baik pada dirinya sendiri, memaafkan, dan menerima dirinya sendiri serta meyakini diri bahwa layak mendapatkan cinta dan empati meskipun memiliki kelemahan dan kegagalan. Lutz (2020) juga mengungkapkan bahwa, *self compassion* dapat menjadi penangkal *self criticism* dikarenakan mampu menumbuhkan kasih sayang terhadap diri, melawan suara-suara internal yang mengkritik diri sendiri, dan mengurangi emosi negatif.

Ehret, Joormann, dan Berking (2015) juga menemukan bahwa *self criticism* yang tinggi dan *self compassion* yang rendah dapat menimbulkan risiko perilaku yang maladaptif. Penelitian yang dilakukan Warren, Smeets, dan Neff (2016) juga menemukan bahwa tingkat *self compassion* yang tinggi dapat mengurangi individu untuk mengkritik diri mereka sendiri. Lucre dan Corten (2013) dalam penelitiannya menemukan bahwa, *self compassion* menghasilkan peningkatan pemahaman terhadap diri sendiri, toleransi terhadap peristiwa negatif, dan pengurangan *self criticism*. Hal yang serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Braehler, Gumley, dan Harper (2013) yang menunjukkan bahwa *self compassion* menargetkan kasih sayang, mengurangi rasamalu, *self criticism*, dan menghasilkan kesehatan mental yang lebih baik.

Warren et al (2016) mendefinisikan *self compassion* sebagai perlakuan terhadap diri sendiri dengan perhatian ketika dihadapkan dengan kekurangan pribadi, kesalahan, kegagalan, dan situasi kehidupan yang menyakitkan. Sedangkan

menurut Neff (2003), *self compassion* sebagai sikap perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun kekurangan dalam diri. Selain itu, Neff (2003) membagi *self compassion* menjadi 3 komponen dasar, yaitu *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. *Self kindness* merupakan individu yang memahami diri sendiri ketika mengalami kekurangan, kegagalan, dan penderitaan dengan tidak mengkritik diri sendiri. *Common humanity* berupa bentuk kesadaran yang dimiliki individu untuk memandang kesulitan, kegagalan, dan tantangan sebagai sebuah hal yang wajar dialami semua orang. Kemudian, *mindfulness* membuat individu melihat sesuatu secara apa adanya, sehingga individu dapat melihat situasi secara jelas, menerima, dan menghadapinya tanpa harus menghakimi.

Menurut Allen dan Leary (2010), individu yang memiliki tingkat *self compassion* yang tinggi akan memperlakukan dirinya dengan baik dan perhatian saat berada dalam situasi negatif. Menurut Warren et al (2016), individu yang memiliki tingkat *self compassion* yang tinggi tidak akan menghakimi diri mereka sendiri. Mereka menerima bahwa ketidaksempurnaan adalah bentuk dari berbagai pengalaman manusia. Hal yang sama diungkapkan oleh Renggani dan Widiyasavitri (2018), bahwa *self compassion* dapat membuat individu lebih peduli terhadap dirinya saat menghadapi kesulitan, masalah, dan tantangan hidup. Muris dan Petrocchi (2016) juga mengungkapkan bahwa *self compassion* membuat individu cenderung untuk peduli, hangat, dan pengertian terhadap dirinya sendiri saat sedang menghadapi masalah atau kegagalan.

Neff, Kasar, dan Kirkpatrick (2007) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa tingkat *self compassion* yang tinggi dapat mengurangi tekanan dalam pikiran. Begitu pula dengan Smith (2015), Ia mengungkapkan bahwa *self compassion* melindungi individu dari tekanan negatif. Hidayati dan Maharani (2013) mengungkapkan bahwa, *self compassion* menjadi sumber kekuatan bagi individu untuk lepas dari reaksi negatif. Lebih lanjut dijelaskan oleh Johnson (2020) bahwa dengan *self compassion*, individu akan memahami dirinya sendiri. Menurut Germer (2009), *self compassion* dapat membawa perbedaan dalam kehidupan individu ke arah yang lebih positif saat menjalani kesulitan. Jadi, individu akan lebih menyayangi dirinya karena melihat kekurangan dan kegagalan sebagai bagian dari kehidupan manusia (Neff, 2003).

Berdasarkan latar belakang masalah dan fenomena yang telah peneliti paparkan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self Compassion* dengan *Self Criticism* pada Anak Sulung”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada hubungan antara *self compassion* dengan *self criticism* pada anak sulung?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *self criticism* pada anak sulung.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini, yaitu :

1. Teoritis

Dapat menyumbangkan informasi berkaitan dengan hubungan antara *selfcompassion* dengan *self criticism* khususnya di bidang psikologi klinis.

2. Praktis

- a. Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan jawaban mengenai permasalahan yang diteliti, yaitu tentang hubungan antara *self compassion* terhadap *self criticism* pada anak sulung, sehingga dapat mencegah, mengurangi, dan menanggulangi permasalahan yang diteliti pada anak sulung.

#### **E. Keaslian penelitian**

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian yang terdahulu yang memiliki karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah, dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan. Pada penelitian ini terdapat beberapa penelitian terdahulu yang menjadi acuan yaitu sebagai berikut.

Penelitian yang pertama ini berjudul *Women Athletes' Self Compassion, self Criticism, and Perceived Sport Performance* yang dilakukan oleh Margo E. Killham, Diane E. Mack, Amber D. Mosewich, Katie E. Gunnell pada tahun 2018. Penelitian ini dilakukan pada 82 atlet perempuan dengan tujuan mengeksplorasi apakah *self compassion* menyumbang varians unik pada *self criticism* terkait dengan

kinerja atlet wanita dalam olahraga. Metode dalam penelitian ini adalah menggunakan *Self Criticism-AV* (SC-AV) oleh Mosewich, et al (2013) untuk mengukur *self criticism* yang berisi 7 aitem. Untuk mengukur *self compassion*, digunakan alat ukur *Self Compassion Scale* (SCS-AV) yang dikembangkan oleh Neff (2003) yang berisi 26 aitem. Hasil penelitian ini adalah *self compassion* berkorelasi negatif dengan *self criticism* dan berkorelasi positif dengan kinerja olahraga yang dirasakan oleh para atlet wanita. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mengembangkan *self compassion* penting untuk atlet wanita, sedangkan *self criticism* tidak berperan dalam kinerja olahraga.

Penelitian yang kedua berjudul *Self Reassurance, Not Self Esteem, Serves As A Buffer Between Self Criticism and Depressive Symptoms* yang diteliti oleh Nicola Petrocchi, Francesco Dentale, dan Paul Gilbert pada tahun 2018. Penelitian ini dilakukan pada 419 Masyarakat di Inggris. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hipotesis bahwa kepercayaan diri berfungsi sebagai penyangga antara keritik diri dan gejala depresi dengan bantuan harga diri dan motivasi. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan RSES (Rosenberg, 1965) untuk mengukur harga diri yang terdiri dari 10 aitem. Kritik diri dan keyakinan diri diukur dengan menggunakan skala dari Gilbert (2004) yang terdiri dari 22 aitem pertanyaan. Depresi diukur dengan skala CES-D dari Radloff (1977) yang berisi 20 aitem. Hasil dari penelitian ini adalah kritik diri, keyakinan diri, dan depresi menunjukkan konsistensi internal yang memadai dan berdistribusi mendekati normal.

Hal yang membedakan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada variabel, dimana peneliti membahas variabel *self compassion* dan *self criticism*. Penelitian ini juga berbeda dengan penelitian di atas dari segi alat ukur dan subjek, dimana sasaran peneliti ini merupakan anak sulung.

Penelitian yang ketiga ini berjudul Kritik Diri Sebagai Mediator pada Hubungan Konsep Diri dan Perilaku *Nonsuicidal Self Injury* Remaja Korban Perundungan oleh Inca Agustina Arifin, Naomi Soetikno, dan Fransisca Iriani pada tahun 2021. Penelitian ini dilakukan pada 68 remaja berusia 12-21 tahun yang pernah atau sedang mengalami perundungan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab permasalahan penelitian bahwa apakah ada peran kritik diri sebagai mediator hubungan antara konsep diri dan tindakan NSSI remaja yang menjadi korban perundungan. Metode yang dipakai pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan alat ukur NSSI yang digunakan adalah *The Inventory of Statement About Self Injury* yang telah diterjemahkan ke Bahasa Indonesia atas izin *corresponding author*, yaitu Catherine R. Glenn. Konsep diri diukur dengan menggunakan kuesioner *Tennessee Self Concept Scale* dari William H. Fitts (1971 dalam Sari 2012) yang berisi 100 butir pernyataan skala Likert. Untuk mengukur kritik diri, digunakan *The Forms of self Criticizing/Attacking and Self Reassuring Scale* yang diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh peneliti atas izin Prof. Paul Gilbert yang terdiri dari 22 aitem. Hasil dari penelitian ini adanya korelasi negatif antara konsep diri dan tindakan NSSI yang membuktikan bahwa semakin positif konsep diri individu, maka akan semakin kecil pula kemungkinan ia melakukan tindakan NSSI, begitu pula sebaliknya. Individu yang

menghargai dirinya, termasuk tubuhnya, tidak akan melukai dan merusaknya secara sengaja dan langsung. Ditemukan adanya korelasi negatif antara konsep diri dan kritik diri yang artinya bahwa semakin positif konsep diri individu, maka akan semakin rendah kritik dirinya. Dalam penelitian tersebut, diketahui bahwa kritik diri merupakan mediator antara konsep diri dan perilaku NSSI. Hal tersebut berarti konsep diri yang diperkuat oleh kritik diri berhubungan secara signifikan dengan perilaku NSSI.

Hal yang membedakan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada variabel, dimana peneliti membahas variabel *self compassion* dan *self criticism*. Penelitian ini juga berbeda dengan penelitian di atas dari segi alat ukur dan subjek, dimana sasaran peneliti ini merupakan anak sulung.

Penelitian keempat berjudul Membebaskan Kritik Diri dengan Menggambar : Studi Kasus Terapi Seni berbasis Pendekatan *Person-Centered* pada Permasalahan Gangguan Panik oleh Monika W. Satyajati dan Rosada Dwi Iswari pada tahun 2015. Penelitian ini dilakukan pada 2 klien yang mengalami gangguan panik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam mengenai penerapan terapi *person-centered* pada permasalahan gangguan panik. Metode yang dipakai pada penelitian ini adalah studi kasus intrinsik dengan cara subjek diminta untuk menggambar. Hasil dari penelitian ini menunjukkan terapi seni berbasis *person-centered* mendukung proses pemulihan klien yang memiliki gangguan panik, namun terapi ini tidak dapat menggambarkan konsep yang diungkapkan oleh Natalie Rogers pada tahun 2012 secara keseluruhan, karena keterbatasan sesi untuk klien.



Hal yang membedakan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada variabel, dimana peneliti membahas variabel *self compassion* dan *self criticism*. Penelitian ini juga berbeda dengan penelitian di atas dari segi alat ukur dan subjek, dimana sasaran peneliti ini merupakan anak sulung.

Penelitian kelima berjudul Hubungan Welas Asih Diri dengan Citra Tubuh pada Remaja di SMA Negeri 2 Semarpura oleh Pande Putu Ayu Erismadewi, Kadek Eka Swedarma, dan Gusti Ayu Ary Antari pada tahun 2022. Penelitian ini dilakukan pada 183 siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Semarpura. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan welas asih diri terhadap citra tubuh yang penelitian sebelumnya masih terbatas. Metode yang dipakai pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan rancangan *cross-sectional*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki welas asih diri dalam kategori sedang dan citra tubuh dalam kategori tinggi. Hasil analisis korelasi menunjukkan terdapat hubungan lemah dengan arah korelasi positif yang signifikan antara welas asih diri dengan citra tubuh. Welas asih diri terbukti berpengaruh pada peningkatan citra tubuh seseorang, sehingga welas asih diri juga perlu ditingkatkan.

Hal yang membedakan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada variabel, dimana peneliti membahas variabel *self compassion* dan *self criticism*. Penelitian ini juga berbeda dengan penelitian di atas dari segi alat ukur dan subjek, dimana sasaran peneliti ini merupakan anak sulung.

Penelitian keenam berjudul Bimbingan Konseling pada Siswa *Underachiever* Mengenai Profil *Self Compassion* oleh Meilanita Azhari Fauzi, Anne Hafina,

Dadang Sudrajat pada tahun 2020. Penelitian ini dilakukan pada 4 siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Bandung yang teridentifikasi *underachiever* (memiliki IQ diatas 130). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui profil *self-compassion* pada siswa *underachiever* kelas XI di SMAN 11 Bandung dan bentuk layanan bimbingan konseling yang disampaikan. Metode yang dipakaipada penelitian ini adalah kualitatif dengan pengumpulan data dengan kuesioner, wawancara, dan observasi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa keempat partisipan memiliki *self compassion* yang rendah yang berarti keempat siswa harus mendapatkan layanan bimbingan dan konseling untuk dapat mengembangkan *self compassion* pada diri siswa tersebut.

Hal yang membedakan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada variabel, dimana peneliti membahas variabel *self compassion* dan *self criticism*. Penelitian ini juga berbeda dengan penelitian di atas dari segi alat ukur dan subjek, dimana sasaran peneliti ini merupakan anak sulung.

Penelitian ketujuh berjudul Hubungan *Self Compassion* dengan *Homesickness* pada Siswa Baru di Pondok Pesantren oleh Muhammad Firdaus pada tahun 2022. Penelitian ini dilakukan pada 132 siswa baru dari 3 pesantren di Kabupaten Agam, Sumatera Barat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan *homesickness* pada siswa di pondok pesantren. Metode yang dipakai pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan Skala *homesickness* oleh Stroebe et al (2002) yang terdiri dari 38 aitem untuk mengukur *homesickness*, sedangkan untuk mengukur *self compassion* menggunakan *Self Compassion Scale* yang disusun oleh Neff (2003) yang berisi

26 aitem. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara *self compassion* dengan *homesickness* pada siswa di pesantren.

Hal yang membedakan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada variabel, dimana peneliti membahas variabel *self compassion* dan *self criticism*. Penelitian ini juga berbeda dengan penelitian di atas dari segi alat ukur dan subjek, dimana sasaran peneliti ini merupakan anak sulung.

Keaslian penelitian ini didasarkan dari penelitian sebelumnya yang mempunyai tema yang pada umumnya sama, yaitu hubungan antara *self compassion* dengan *self criticism*, tetapi berbeda dalam teori dan kriteria subjek. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian saat ini dapat dipertanggungjawabkan keasliannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abela, J., Webb, C., Wagner, C., Ho, M., Adams, P. (2006). The Role of Self-Criticism, Dependency, and Hassles in the Course of Depressive Illness: A Multiwave Longitudinal Study. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(3), 328- 338. <https://doi.org/10.1177/0146167205280911>
- Agustina. (2014, Agustus 18). Ini alasan kebanyakan orang tua lebih keras mendidik anak sulung dibanding si bungsu. Diakses 23 Agustus 2022, dari <http://www.tribunnews.com/lifestyle/2014/08/18/ini-alasan-kebanyakan-orangtua-lebih-keras-mendidik-anak-sulung-diabanding-si-bungsu>
- Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-compassion, stress, and coping. *Social and Personality Psychology Compass*, 107-118.
- Amanalachioaie, A., & Diaconu-Gherasim, L. (2021). The role of social comparison and type of feedback on self-criticism in people with high levels of depressive symptoms. *Romanian Journal of Applied Psychology*, 23(2), 40-45. <https://doi.org/10.24913/rjap.23.2.03>
- Amitay, O. A., Mongrain, M., & Fazaa, N. (2008). Love and control: Self-criticism in parents and daughters and perceptions of relationship partners. *Personality and Individual Differences*, 44(1), 75-85. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.07.020>
- APA dictionary of psychology. (n.d.). APA Dictionary of Psychology. <https://dictionary.apa.org/self-compassion>
- APA dictionary of psychology. (n.d.). APA Dictionary of Psychology. <https://dictionary.apa.org/self-criticism>
- Arikunto. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Sagung Seto.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barnard, L. K., & Curry, J. F. (2011). Self-compassion: Conceptualizations, correlates, & Interventions. *Review of General Psychology*, 15(4), 289-303. <https://doi.org/10.1037/a0025754>
- Baumrind, D., Larzelere, R. E., & Owens, E. B. (2010). Effects of preschool parents' power assertive patterns and practices on adolescent development. *Parenting*, 10(3), 157-201. <https://doi.org/10.1080/15295190903290790>

- Berthoud, L., Kramer, U., Caspar, F., & Pascual-Leone, A. (2015). Emotional processing in a ten-session general psychiatric treatment for borderline personality disorder: A case study. *Personality and Mental Health*, 9(1), 73-78. <https://doi.org/10.1002/pmh.1287>
- Blatt, S. J., & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and selfdefinition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527–562.
- Blatt, S. J. (2004). *Experiences of depression: Theoretical, research and clinical perspectives*. Washington, DC: American Psychological Association Press.
- Bleys, D., Soenens, B., Boone, L., Claes, S., Vliegen, N., & Luyten, P. (2016). The role of intergenerational similarity and parenting in adolescent self-criticism: An actor-partner interdependence model. *Journal of Adolescence*, 49(1), 68-76. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.03.003>
- Bluth, K., Roberson, P. N., Gaylord, S. A., Faurot, K. R., Grewen, K. M., Arzon, S., & Girdler, S. S. (2015). Does self-compassion protect adolescents from stress? *Journal of Child and Family Studies*, 25(4), 1098-1109. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0307-3>
- Boyras, G., Legros, D. N., & Berger, W. B. (2020). Self-criticism, self-compassion, and perceived health: Moderating effect of ethnicity. *The Journal of General Psychology*, 148(2), 149-167. <https://doi.org/10.1080/00221309.2020.1746232>
- Braehler, C., Gumley, A., Harper, J., Wallace, S., Norrie, J., and Gilbert, P. (2013). Exploring change processes in compassion focused therapy in psychosis: results of a feasibility randomized controlled trial. *Br. J. Clin. Psychol.* 52, 199–214. doi: 10.1111/bjc.12009
- Breines, J. G., & Chen, S. (2012). Self-compassion increases self improvement motivation. *Personality and Social Psychology*, 20 (10), 1-11. Doi: 10.1177/014616721244
- Castilho, P., Pinto-Gouveia, J., & Duarte, J. (2013). Exploring self-criticism: Confirmatory factor analysis of the FSCRS in clinical and nonclinical samples. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 22(2), 153-164. <https://doi.org/10.1002/cpp.1881>
- Chaplin, JP. (2008). *Kamus Lengkap Psikologi*. Alih Bahasa: Kartini Kartono. Jakarta: Rajawali Press.

- Chen, W., Chen, C., Dai, C., U, N. M., & Cheng, L. (2017). Is the incremental theory of intelligence a key to students' motivational engagement? The moderating effects of self-enhancement and self-criticism. *Interactive Learning Environments*, 26(6), 730-744. <https://doi.org/10.1080/10494820.2017.1402061>
- Chong, E. (2019, Juli 8). 'Saya jadi canggung dan kesepian karena terlalu dikekang orang tua'. *BBC News Indonesia*. <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-48900101>
- Cleare, S., Gumley, A., & O'Connor, R. C. (2019). Self-compassion, self-forgiveness, suicidal ideation, and self-harm: A systematic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 26(5), 511-530. <https://doi.org/10.1002/cpp.2372>
- Cox, B.J., Fleet, C., & Stein, M.B. (2004). Self-criticism and social phobia in the US national comorbidity survey. *Journal of Affective Disorders*, 82(2) 227-234.
- Cunha, M., Xavier, A., & Castilho, P. (2016). Understanding self-compassion in adolescents: Validation study of the self-compassion scale. *Personality and Individual Differences*, 93, 56-62. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.023>
- Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil Dalam Negeri. (2022). Diakses pada 1 Juni 2023 <https://dukcapil.kemendagri.go.id/berita/baca/1396/dukcapil-kemendagri-rilis-data-penduduk-semester-i-tahun-2022-naik-054-dalam-waktu-6-bulan>
- Duarte, C., Ferreira, C., Gouveia, J. (2016). At the core of eating disorders: Overvaluation, social rank, self-criticism and shame in anorexia, bulimia and binge eating disorder. *Comprehensive Psychology*. Doi : 10.1016/j.comppsy.2016.01.003
- Ehret, A. M., Joormann, J., & Berking, M. (2015). Examining risk and resilience factors for depression: The role of self-criticism and self-compassion. *Cognition and Emotion*, 29(8), 1496-1504.
- Fakta anak pertama, benarkah lebih bertanggung jawab?. (2021). <https://kumparan.com/mama-rempong/fakta-anak-pertama-benarkah-lebih-bertanggung-jawab-1wF11gFNKmx/full> .
- Falconer, C. J., King, J. A., & Brewin, C. R. (2015). Demonstrating mood repair with a situation-based measure of self-compassion and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 88(4), 351-365. <https://doi.org/10.1111/papt.12056>

- Fauzziyah, N., Rachmawati, Y., Kurniati, E. (2018). Analisis perilaku sosial anak ditinjau dari urutan kelahiran. *Jurnal Pertumbuhan Anak Usia Dini*. 15 (1). 42-56.
- Feist & Feist. (2013). *Teori kepribadian*, edisi ketujuh jilid 1. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ferguson, L. J., Kowalski, K. C., Mack, D. E., & Sabiston, C. M. (2014). Self-compassion and Eudaimonic well-being during emotionally difficult times in sport. *Journal of Happiness Studies*, 16(5), 1263-1280. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9558-8>
- Ferrari, M., Ciarrochi, J., Yap, K., Sahdra, B., & Hayes, S. C. (2022). Embracing the complexity of our inner worlds: Understanding the dynamics of self-compassion and self-criticism. *Mindfulness*, 13(7), 1652-1661. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01897-5>
- Ferrari, M., Yap, K., Scott, N., Einstein, D. A., & Ciarrochi, J. (2018). Self-compassion moderates the perfectionism and depression link in both adolescence and adulthood. *PLOS ONE*, 13(2), e0192022. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0192022>
- Fimela.com. (2017, April 29). Berhenti Menuruti Keinginan orang Tua, Aku Mulai Turuti kata Hati. *fimela.com*. <https://www.fimela.com/lifestyle/read/3769814/berhenti-menuruti-keinginan-orang-tua-aku-mulai-turuti-kata-hati>
- Germer, C. K. (2009). *The mindful path to self-compassion: Freeing your-self from destructive thoughts and emotions*. New York: Guilford Press.
- Gilbert, P., Clarke, M., Hempel, S., Miles, J., & Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43(1), 31-50. <https://doi.org/10.1348/014466504772812959>
- Gilbert, P., Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self criticism : Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychoteraphy*. 13. 353-379.
- Gilbert, P., Baldwin, M. W., Irons, C., Baccus, J. R., & Palmer, M. (2006). Self-criticism and self-warmth: An imagery study exploring their relation to depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(2), 183-200. <https://doi.org/10.1891/jcop.20.2.183>

- Gilbert, P., McEwan, K., Irons, C., Bhundia, R., Christie, R., Broomhead, C., & Rockliff, H. (2010). Self-harm in a mixed clinical population: The roles of self-criticism, shame, and social rank. *British Journal of Clinical Psychology*, 49(4), 563-576. <https://doi.org/10.1348/014466509x479771>
- Gilbert, P. & Irons, C. (2017) . Shame, self-criticism, and self-compassion in adolescence. Boston University Theology Library.
- Gilbert, P. (2020). Compassion: From its evolution to a psychotherapy. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.586161>
- Goldman, R. N., & Greenberg, L. (2013). Working with identity and self-soothing in emotion-focused therapy for couples. *Family Process*, 52(1), 62-82. <https://doi.org/10.1111/famp.12021>
- Halamová, J., Kanovský, M., Jurková, V., & Kupeli, N. (2018). Effect of a short-term online version of a mindfulness-based intervention on self-criticism and self-compassion in a nonclinical sample. *Studia Psychologica*, 60(4), 259-273. <https://doi.org/10.21909/sp.2018.04.766>
- Heafey, A. (2021, March 28). First borns. *Unfold Psychology*. <https://unfoldpsychology.com/first-borns>
- Hermanto, N., Zuroff, D. C., Kopala-Sibley, D. C., Kelly, A. C., Matos, M., Gilbert, P., & Koestner, R. (2016). Ability to receive compassion from others buffers the depressogenic effect of self-criticism: A cross-cultural multi-study analysis. *Personality and Individual Differences*, 98, 324-332. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.055>
- Hidayati, F., dan Maharani, R., (2013). Self compassion (welas asih): Sebuah alternatif konsep transpersonal tentang sehat spiritual menuju diri yang utuh. *Prosiding psikologi kesehatan*. Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Hurlock, Elizabeth B. 2015. *Developmental psychology*. 5th Ed, Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Janie, D. N. A. (2012). *Statistik deskriptif & regresi linier berganda dengan SPSS*. Semarang: University Press.
- Joeng, J. R., & Turner, S. L. (2015). Mediators between self-criticism and depression: Fear of compassion, self-compassion, and importance to others. *Journal of Counseling Psychology*, 62(3), 453-463. <https://doi.org/10.1037/cou0000071>



- Johnson, E. A. & O'Brien, K. A. (2013). Self-compassion soothes the savage ego-threat system: Effect on negative affect, shame, rumination, and depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 32(9), 939-963.
- Kannan, D., & Levitt, H. M. (2013). A review of client self-criticism in psychotherapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(2), 166-178. <https://doi.org/10.1037/a0032355>
- Karinda, F. B. (2020). Belas kasih diri (self compassion) pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(2), 234-252. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.11288>
- Katz, J., & Nelson, R. A. (2007). Family experiences and self-criticism in college students: Testing a model of family stress, past unfairness, and self-esteem. *The American Journal of Family Therapy*, 35(5), 447-457. <https://doi.org/10.1080/01926180601057630>
- Kaurin, A., Schönfelder, S., & Wessa, M. (2018). Self-compassion buffers the link between self-criticism and depression in trauma-exposed firefighters. *Journal of Counseling Psychology*, 65(4), 453-462. <https://doi.org/10.1037/cou0000275>
- Kelly, A. C., & Tasca, G. A. (2016). Within-persons predictors of change during eating disorders treatment: An examination of self-compassion, self-criticism, shame, and eating disorder symptoms. *International Journal of Eating Disorders*, 49(7), 716-722. <https://doi.org/10.1002/eat.22527>
- Kirby, J. N., & Laczko, D. (2017). A randomized micro-trial of a lovingkindness meditation for young adults living at home with their parents. *Journal of Child and Family Studies*, 26(7), 1888–1899. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0692-x>
- Koestner, R., Zuroff, D.C., & Power, T. A. (1991). Family origins of adolescent self-criticism and its continuity into adulthood. *Journal of Abnormal Psychology*. 100, 191–197.
- Kopala-Sibley, D. C., Mongrain, M., & Zuroff, D. C. (2013). A lifespan perspective on dependency and self-criticism: Age-related differences from 18 to 59. *Journal of Adult Development*, 20(3), 126-141. <https://doi.org/10.1007/s10804-013-9163-9>
- Kotera, Y., Cockerill, V., Chircop, J., Kaluzeviciute, G., & Dyson, S. (2021). Predicting self-compassion in UK nursing students: Relationships with resilience, engagement, motivation, and mental wellbeing. *Nurse Education in Practice*, 51, 102989. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.102989>

- Kotera, Y., Dosedlova, J., Andrzejewski, D., Kaluzeviciute, G., & Sakai, M. (2021). From stress to psychopathology: Relationship with self-reassurance and self-criticism in Czech University students. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00516-z>
- Kotera, Y., Green, P., & Sheffield, D. (2018). Mental health attitudes, self-criticism, compassion and role identity among UK social work students. *The British Journal of Social Work*, 49(2), 351-370. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcy072>
- Kotera, Y., Green, P., & Sheffield, D. (2019). Mental health of therapeutic students: Relationships with attitudes, self-criticism, self-compassion, and caregiver identity. *British Journal of Guidance & Counselling*, 49(5), 701-712. <https://doi.org/10.1080/03069885.2019.1704683>
- Kupeli, N., Chilcot, J., Schmidt, U. H., Campbell, I. C., & Troop, N. A. (2012). A confirmatory factor analysis and validation of the forms of self-criticism/reassurance scale. *British Journal of Clinical Psychology*, 52(1), 12-25. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.2012.02042.x>
- Kurniawan, L. (2013, Mei 19). Keluh kesah Anak Sulung. Diakses pada tanggal 14 Agustus 2014, dari: <https://inisketsatangan.wordpress.com/tag/anak-sulung/>
- Lassri, D., & Gewirtz-Meydan, A. (2021). Self-compassion moderates the mediating effect of self-criticism in the link between childhood maltreatment and psychopathology. *Journal of Interpersonal Violence*, 088626052110629. <https://doi.org/10.1177/08862605211062994>
- Leary, M. R., Tate, E. B., Allen, A. B., Adams, C. E., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: The implication of treating oneself kindly. *Journal of Personality and Social Psychology*. 92(5), 887-904. Doi:10.1037/0022-31543514.92.5.887
- Leman, K. (2009). *The birth order book: Why are you the way you are*. Revell.
- Lestari, V. (2018). Gambaran pola sibling relationship pada adik usia remaja dengan kakak usia dewasa awal. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 100. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.549>
- López, A., Sanderman, R., Smink, A., Zhang, Y., Van Sonderen, E., Ranchor, A., & Schroevers, M. J. (2015). A reconsideration of the self-compassion scale's total score: Self-compassion versus self-criticism. *PLOS ONE*, 10(7), e0132940. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0132940>

- Lucre, K. M., & Corten, N. (2013). An exploration of group compassion-focused therapy for personality disorder. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 86(4), 387–400. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2012.02068.x>
- Luoma, J. B., & Platt, M. G. (2015). Shame, self-criticism, self-stigma, and compassion in acceptance and commitment therapy. *Current Opinion in Psychology*, 2, 97-101. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2014.12.016>
- Lutz, J., Berry, M. P., Napadow, V., Germer, C., Pollak, S., Gardiner, P., Edwards, R. R., Desbordes, G., & Schuman-Olivier, Z. (2020). Neural activations during self-related processing in patients with chronic pain and effects of a brief self-compassion training—A pilot study. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, 304, 111155. <https://doi.org/10.1016/j.psychresns.2020.111155>
- Manfredi, C., Caselli, G., Pescini, F., Rossi, M., Rebecchi, D., Ruggiero, G. M., Sassaroli, S. (2016). Parental criticism, self criticism and their relation to depressive mood: An exploratory study among a non-clinical population. *Psychotherapy School, Sigmund Freud University, Milan, Italy*.
- Michaeli, Y., Dickson, D. J., Hakhmigari, M. K., Scharf, M., & Shulman, S. (2019). Change in self-criticism across emerging adulthood and psychological well-being at age 35: The mediating role of reflectivity. *Emerging Adulthood*, 10(2), 323-334. <https://doi.org/10.1177/2167696819882199>
- Montero-Marín, J., Gaete, J., Demarzo, M., Rodero, B., Lopez, L. C., & García-Campayo, J. (2016). Self-criticism: A measure of uncompassionate behaviors toward the self, based on the negative components of the self-compassion scale. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01281>
- Moreira, H., Gouveia, M. J., Carona, C., Silva, N., & Canavarro, M. C. (2014). Maternal attachment and children's quality of life: The mediating role of self-compassion and parenting stress. *Journal of Child and Family Studies*. Doi:10.1007/s10826-014-0036-z
- Mosewich, A., Killham, M., Mack, D., & Gunnell, K. (2018). Women Athletes' Self Compassion, self Criticism, and Perceived Sport Performance. *Journal of Sport Exercise, and Performance Psychology*. 7(3), 297-307. <https://doi.org/10.1037/spy0000127>

- Mosewich, A. D., Crocker, P. R., Kowalski, K. C., & DeLongis, A. (2013). Applying self-compassion in sport: An intervention with women athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35(5), 514-524. <https://doi.org/10.1123/jsep.35.5.514>
- Muris, P., Messters, C., Pierik, A., & Kock, B. D. (2015). Good for the self: Self-compassion and other self related construct in relation to symptoms of anxiety and depression in non-clinical youth. *Journal of Child and Family Studies*. 25, 607-617. Doi: 10.1007/s10826-015-0235-2
- Neff, K. D. (2003). Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2, 223-250.
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 1-12.
- Neff, K. D. & Beretvas, S. (2012). The role of self-compassion in romantic relationship. *Self and Identity*, 9, 225-240.
- Neff, K. D. & Germer, C. (2017). Self-compassion and psychological well-being. *Oxford Handbook of Compassion Science*. Chapter 27. Oxford University Press.
- Neff, K. D., Hsieh, Y., & Dejitterat, K. (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4(3), 263-287. <https://doi.org/10.1080/13576500444000317>
- Neff, K. D. & McGehee, P. (2009). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9, 225-240.
- Ningsih, S., & Dukalang, H. H. (2019). Penerapan Metode Suksesif interval pada Analisis Regresi Linier Berganda. *Jambura Journal of Mathematics*, 1(1), 43-53. <https://doi.org/10.34312/jjom.v1i1.1742>
- Novillasari, M., Mardhiyah, S. (2021). Hubungan antara persepsi terhadap harapan orang tua dengan ketakutan akan kegagalan akademik pada anak sulung. 17 (2). 297-313.
- O'Brien, K. S., Caputi, P., Minto, R., Peoples, G., Hooper, C., Kell, S., & Sawley, E. (2009). Upward and downward physical appearance comparisons: Development of scales and examination of predictive qualities. *Body Image*, 6(3), 201-206. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.03.003>

- Pedro, L., Branquinho, M., Canavarro, M. C., & Fonseca, A. (2019). Self-criticism, negative automatic thoughts and postpartum depressive symptoms: The buffering effect of self-compassion. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 37(5), 539-553. <https://doi.org/10.1080/02646838.2019.1597969>
- Peter, D., & Gazelle, H. (2017). Anxious solitude and self-compassion and self-criticism trajectories in early adolescence: Attachment security as a moderator. *Child Development*, 88(6), 1834-1848. <https://doi.org/10.1111/cdev.12926>
- Petrocchi, N., Dentale, F., & Gilbert, P. (2018). Self-reassurance, not self-esteem, serves as a buffer between self-criticism and depressive symptoms. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 92(3), 394-406. <https://doi.org/10.1111/papt.12186>
- Powers, T., Richard, K., Zuroff. (2007). Self criticism, goal motivation, goal motivation, and goal progress. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 26 (7). 826-840.
- Priyatno, D. 2010. Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS. Yogyakarta: Gava Media.
- Psychology of Education*, 21(3), 677-690. <https://doi.org/10.1007/s11218-018-9434-1>
- Purba, T. (2016, Juli). Urutan kelahiran memang mempengaruhi karakter seseorang (1) : Inilah karakter anak sulung. <https://intisari.grid.id/amp/0335769/urutan-kelahiran-memang-mempengaruhi-karakter-seseorang-1-inilah-karakter-anak-sulung>. 26 Maret 2022.
- Renggani, A. F., & Widiasavitri, P. N. (2018). Peran self-compassion terhadap psychological well-being pengajar muda di Indonesia mengajar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 418. <https://doi.org/10.24843/jpu.2018.v05.i02.p13>
- Reyes, D. (2011). Self-compassion: A concept analysis. *Journal of Holistic Nursing*. 20(10), 1-9. Doi: 10.1177/0898010111423421
- Rudy, D., & Grusec, J. E. (2006). Authoritarian parenting in individualist and collectivist groups: Associations with maternal emotion and cognition and children's self-esteem. *Journal of Family Psychology*, 20(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.1.68>

- Salvador, Ceu, M., Carona, Castilho, C., Paula, Rijo, & Daniel. (2017). Self-criticism and self-compassion in adolescents : two forms of self-relating and their implications for psychopathology and treatment. *Journal of Psychology*. 3(2), 132-140.
- Sandquist, G. E., Karin. B.F., Grenyer. P. T. (2009). The relation of early environmental experience to shame and self criticism: Psychological pathways to depression.
- Santor, D., Yazbek, A. (2006). Soliciting unfavorable social comparison : effects of self criticism. *Journal of Personality and Individual Differences*. 40(1). 545-556. doi:10.1016/j.paid.2005.06.029
- Seroussi, D., & Yaffe, Y. (2020). Links between Israeli college students' self-regulated learning and their recollections of their parents' parenting styles. *SAGE Open*, 10(1), 215824401989909. <https://doi.org/10.1177/2158244019899096>
- Setianingrum, N. R., & Maryatmi, A. S. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosi dan coping stress terhadap psychological well-being pada anak sulung di kelurahan X Bogor. *Jurnal Humaniora* , 4(3), 297-313.
- Shafira. (2013). Penelitian kualitatif: Dampak psikologis anak Yang dipaksa memilih jurusan perkuliahan. *Academia.edu - Share research*. [https://www.academia.edu/13456182/penelitian\\_kualitatif\\_dampak\\_psikologis\\_anak\\_yang\\_dipaksa\\_memilih\\_jurusan\\_perkuliahan](https://www.academia.edu/13456182/penelitian_kualitatif_dampak_psikologis_anak_yang_dipaksa_memilih_jurusan_perkuliahan)
- Shahar, B., Carlin, E. R., Engle, D. E., Hegde, J., Szepsenwol, O., & Arkowitz, H. (2011). A pilot investigation of emotion-focused two-chair dialogue intervention for self-criticism. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 19(6), 496-507. <https://doi.org/10.1002/cpp.762>
- Shahar, B., Szepsenwol, O., Zilcha-Mano, S., Haim, N., Zamir, O., Levi-Yeshuvi, S., & Levit-Binnun, N. (2014). A wait-list randomized controlled trial of loving-kindness meditation programme for self-criticism. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 22(4), 346-356. <https://doi.org/10.1002/cpp.1893>
- Shetach, A. (2012). Conflict leadership: Navigating toward effective and efficient team outcomes. *The Journal for Quality and Participation*, 35(2), 25-30.
- Smith, J. L. (2015). Self-compassion and resilience in senior living residence. *Senior Housing and Care Journal*, 23, 16-31.
- Stone, H. (2011). *Embracing your inner critic: Turning self-criticism into a creative asset*. Harper Collins.

- Sturman, E., & Mongrain, M. (2005). Self-criticism and major depression: An evolutionary perspective. *Journal of Clinical Psychology*, 44(4), 505-519. <https://doi.org/10.1348/014466505x35722>
- Subroto, U., Satiadarma, M., Wati, L. (2017). Pengaruh Urutan Kelahiran pada Kecemasan Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Komunikasi X Jakarta. *Jurnal Humaniora*. 1 (1). 311-318.
- Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas Dan validitas self-compassion scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 177-191. <https://doi.org/10.24854/jpu107>
- Sugiyono. 2018. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif, dan R dan D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. 2019. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif, dan R dan D*. Bandung : Alfabeta.
- Terry, M. L., & Leary, M. R. (2011). Self-compassion, self-regulation, and health. *Self and Identity*, 10(3), 352-362. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.558404>
- Trompeter, H. R., De Kleine, E., & Bohlmeijer, E. T. (2016). Why does positive mental health buffer against psychopathology? An exploratory study on self-compassion as a resilience mechanism and adaptive emotion regulation strategy. *Cognitive Therapy and Research*, 41(3), 459-468. <https://doi.org/10.1007/s10608-016-9774-0>
- Tysara, L. (2023). Anak sulung adalah anak pertama, ini 6 sifat khasnya. Diakses 1 Juni 2023 dari <https://www.liputan6.com/hot/read/5235651/anak-sulung-adalah-anak-pertama-ini-6-sifat-khasnya>
- Waite, F., Knight, M. T., & Lee, D. (2015). Self-compassion and self-criticism in recovery in psychosis: An interpretative phenomenological analysis study. *Journal of Clinical Psychology*, 71(12), 1201-1217. <https://doi.org/10.1002/jclp.22211>
- Wakelin, K. E., Perman, G., & Simonds, L. M. (2021). Effectiveness of self-compassion-related interventions for reducing self-criticism: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 29(1), 1-25. <https://doi.org/10.1002/cpp.2586>

- Warren R., Smeets. E., Neff, K. (2016). Self-criticism and self-compassion: Risk and resilience: Being compassionate to oneself is associated with emotional resilience and psychological well-being. *Psychology & Current Psychiatry*, 15(12)
- Werner, A. M., Tibubos, A. N., Rohrman, S., & Reiss, N. (2019). The clinical trait self-criticism and its relation to psychopathology: A systematic review–Update. *Journal of Affective Disorders*, 246, 530-547. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.069>
- Wood, J. (1996). *Personality and social psychology bulletin*. 22. 520. Doi: 10.1177/0146167296225009
- Yamaguchi, A., Kim, M., & Akutsu, S. (2014). The effects of self-construals, self-criticism, and self-compassion on depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, 68, 65-70. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.013>
- Yarnell, L. M., Stafford, R. E., Neff, K. D., Reilly, E. D., Knox, M. C., & Mullarkey, M. (2015). Meta-analysis of gender differences in self-compassion. *Self and Identity*, 14(5), 499-520. <https://doi.org/10.1080/15298868.2015.1029966>
- Yıldız, S., Altay, N., & Kılıcarslan-Toruner, E. (2017). Health, care and family problems in gifted children: A literature review. *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, 5(3), 15-24. <https://doi.org/10.17478/jegys.2017.62>
- Zhang, H., Watson-Singleton, N. N., Pollard, S. E., Pittman, D. M., Lamis, D. A., Fischer, N. L., Patterson, B., & Kaslow, N. J. (2017). Self-criticism and depressive symptoms: Mediating role of self-compassion. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 80(2), 202-223. <https://doi.org/10.1177/0030222817729609>
- Zhang, V. (2022). 7 Fakta ilmiah mengejutkan tentang anak sulung, terlahir untuk belajar! <https://yoursay.suara.com/lifestyle/2022/08/03/133542/7-fakta-ilmiah-mengejutkan-tentang-anak-sulung-terlahir-untuk-belajar>
- Zola, N., Ilyas, A., & Yusri, Y. (2017). Karakteristik Anak Bungsu. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), 109-114. <https://doi.org/10.29210/120100>
- Zulaehah, I., & Kushartati, S. (2017). Grateful training to increase self-compassion. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 9(2), 206-218. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol9.iss2.art5>



Zuroff, D. C., Clegg, K., Levine, S. L., Hermanto, N., Armstrong, B. F., Haward, B., & Thode, S. (2021). Beyond trait models of self-criticism and self-compassion: Variability over domains and the search for signatures. *Personality and Individual Differences*, 170, 110429. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110429>