

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan penyesuaian diri pada dewasa awal yang bekerja di luar pulau asal. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *self-compassion* dengan penyesuaian diri pada dewasa awal yang bekerja diluar pulau asal. Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal yang bekerja diluar pulau asal dengan jumlah 102 dewasa awal dengan rentang usia 20-39 tahun yang bekerja minimal 3 bulan. Data di kumpulkan menggunakan skala penyesuaian diri dan *self-compassion scale* dengan metode analisis korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Karl Pearson. Hasil analisis *product moment* untuk variabel *self-compassion* dengan penyesuaian diri menunjukkan $r_{xy} = 0,551$ dan ($p < 0,050$) dengan demikian dapat disimpulkan ada hubungan positif antara *self-compassion* dengan penyesuaian diri pada dewasa awal yang bekerja diluar pulau asal. Sumbangan yang diberikan *self-compassion* sebesar 30,4% terhadap penyesuaian diri dan sisanya sebesar 69,6% yang disebabkan faktor lain.

Kata Kunci : *Self-compassion*, Penyesuaian Diri, Dewasa awal yang bekerja di luar pulau asal

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-compassion and adjustment in early adults who work outside the island of origin. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between self-compassion and adjustment to working outside the island of origin, the subjects in this study were early adults who worked outside the island of origin with a total of 102 early adults with an age range of 20-39 years who worked at least 3 months. Data collection in this study used adjustment scale and a self-compassion scale with the product moment correlation analysis method developed by Karl Pearson. The results of the product moment analysis for the variable self-compassion with adjustment show $r_{xy} = 0.551$ and $p = 0.000$ ($p < 0.050$). Thus, it can be concluded that there is a positive relationship between self-compassion and adjustment in early adults who work outside the island of origin. The contribution given by self-compassion is 30.4% for self-adjustment and the remaining 69.6% is caused by other factors.

Keywords : *Self-compassion, Adjustment, Early adults who work outside the island of origin*