

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Antara *self compassion* dengan resiliensi pada relawan bencana alam. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara *self compassion* dengan resiliensi pada relawan bencana alam. Subjek dalam penelitian ini adalah berjumlah 76 relawan bencana alam. Metode pengumpulan data menggunakan skala resiliensi dan *Self Compassion Scale* (SCS). Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = 0,698$  ( $p < 0,01$ ), sehingga hipotesis dalam penelitian yang diajukan dalam penelitian dapat diterima. Artinya semakin tinggi *self compassion* maka semakin tinggi resiliensi relawan bencana alam, begitu pula sebaliknya semakin rendah *self compassion* maka semakin rendah pula resiliensi relawan bencana alam. Sumbangan *self compassion* terhadap resiliensi sebesar 48,8% berarti sebesar 51,2 % dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: *Self Compassion*, Resiliensi, Relawan Bencana Alam

### **Abstrak**

This study aims to determine the relationship between self compassion and resilience in natural disaster volunteers. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between self-compassion and resilience to natural disaster volunteers. The subjects in this study are 76 natural disaster volunteers. The data collection methods used are the scale of resilience and Self Compassion Scale (SCS). The data analysis technique used is the product moment correlation from Karl Pearson. Based on the results, correlation coefficient  $r_{xy} = 0.698$  ( $p < 0.01$ ) were obtained. So, the hypothesis proposed in the study can be accepted. It means the higher the self-compassion, the higher the resilience of natural disaster volunteers, and vice versa. The contribution of 48.8% self-compassion to resilience means the other 51.2% is influenced by other factors.

**Keywords:** Self Compassion, Resilience, Natural Disaster Volunteers