

# VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA WELAS DIRI PADA ORANG TUA DARI ANAK DENGAN AUTISME DI INDONESIA

Ni'matuzahroh & Alfi Yasyfizan Nafis

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang, Jawa Timur, 45151, Indonesia

Korespondensi: zahroh@umm.ac.id

## VALIDITY AND RELIABILITY OF THE SELF-COMPASSION SCALE FOR PARENTS OF AUTISTIC CHILDREN IN INDONESIA

Manuscript type: Original Research

### Abstract

Having a child with autism can significantly affect parents' sense of self-compassion, which in turn impacts their psychological well-being. In Indonesia, there is a lack of consensus among scholars regarding a standardized tool to measure self-compassion among parents of autistic children. Hence, this study aimed to validate and establish the reliability of the Indonesian version of the Self-Compassion Scale tailored for parents of autistic children. Participants in this study were 455 parents of autistic children aged 2–18 years, selected via purposive sampling. Participants were asked to complete the scale through an online platform. Confirmatory Factor Analysis (CFA) results indicated satisfactory validity (ranging from .47–.73) with 26 valid items. Moreover, the scale demonstrated adequate reliability, as indicated by Composite Reliability (CR) values ranging from .70–.80 and Variance Extracted (VE) values ranging from .32–.50. These findings confirm that the Indonesian version of the Self-Compassion Scale is a valid and reliable tool for measuring self-compassion in parents of autistic children.

### Article history:

Received 7 June 2023

Received in revised form 29 August 2024

Accepted 12 February 2024

Available online 16 November 2024

### Keywords:

parents of autistic children  
reability  
self-compassion scale  
validity

### Abstrak

Memiliki anak dengan autisme dapat memengaruhi welas diri orang tua secara signifikan, yang berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka. Di Indonesia belum ada standar alat ukur yang disepakati oleh para ahli untuk mengukur welas diri pada orang tua yang memiliki anak dengan autisme. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji tingkat validitas dan reliabilitas skala welas diri versi Bahasa Indonesia pada orang tua yang memiliki anak dengan autisme. Partisipan dalam penelitian ini adalah 455 orang tua yang memiliki anak dengan autisme usia 2–18 tahun, yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Partisipan diminta untuk melengkapi skala melalui platform daring. Hasil uji *Confirmatory Factor Analysis (CFA)* menunjukkan tingkat validitas yang memadai (.47–.73) dengan 26 butir valid. Selain itu, skala menunjukkan nilai reliabilitas yang memadai dengan nilai *Composite Reliability (CR)* antara .70–.80 dan nilai *Variance Extracted (VE)* antara .32–.50. Hal ini menunjukkan bahwa alat ukur welas diri orang tua anak dengan autisme versi Bahasa Indonesia valid dan reliabel untuk mengukur tingkat welas diri orang tua anak dengan autisme.

**Kata Kunci:** orang tua anak dengan autisme, reliabilitas, skala welas diri, validitas

### Dampak dan Implikasi dalam Konteks Ulayat

Peningkatan prevalensi kasus autisme di Indonesia menekankan pentingnya peran dukungan psikologis, emosional, dan sosial bagi pengasuh anak dengan autisme. Dukungan utama bagi anak dengan autisme datang dari orang tua. Memiliki anak dengan autisme di Indonesia dapat mengundang berbagai persepsi serta stereotype sosial tertentu. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk dapat memiliki welas diri sehingga dapat lebih sadar akan kebutuhan dan batasan pribadi mereka dalam upaya menjalankan pengasuhan yang lebih efektif. Studi ini berhasil menguji validitas dan reliabilitas alat ukur welas diri khusus bagi orang tua dari anak dengan autisme, yang dapat bermanfaat bagi para praktisi kesehatan mental untuk memberikan program pendampingan yang relevan.

Handling Editor: Karel Karsten Himawan, Universitas Pelita Harapan, Tangerang, Indonesia



This open access article is licensed under [Creative Commons Attribution License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction, provided the original work is properly cited.

## PENDAHULUAN

Autisme adalah gangguan pada sistem saraf yang memengaruhi kemampuan berkomunikasi verbal dan non-verbal serta interaksi sosial pada individu (Hallahan & Kauffman, 2006). Beberapa anak dengan autisme masih memiliki tingkat inteligensi yang relatif normal, bahkan di atas rata-rata yang dikategorikan ke dalam klasifikasi *Asperger Syndrome*, sehingga pada umumnya cenderung dapat dididik atau dilatih yang membuat orang tua mereka memiliki harapan anak mereka dapat melakukan berbagai hal (Sitompul, 2018). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak dengan autisme lebih tinggi dibanding orang tua dengan anak kebutuhan khusus lainnya (Falk dkk., 2014; Dabrowska & Pisula, 2010; Derguy dkk., 2016; Cuzzocrea dkk., 2016; Brei dkk., 2015) dan berdampak pada rendahnya tingkat kualitas hidup mereka (Chu dkk., 2020; Hsiao, 2018; Pisula & Porebowicz-Dorsmann, 2017; Thullen & Bonsall, 2017). Sikap welas diri yang dimiliki orang tua terbukti dapat menurunkan tingkat stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak dengan autisme. Pada beberapa penelitian lainnya sikap welas diri menjadi faktor yang memengaruhi tingkat stres pengasuhan orang tua, bahkan dapat berpengaruh terhadap tingginya kualitas hidup orang tua dengan anak autisme (Bohadana dkk. 2019). Oleh karena itu, diperlukan skala welas diri agar orang tua yang memiliki anak dengan autisme mengetahui sejauh mana tingkat welas diri mereka agar dapat bangkit dari keterpurukan ataupun situasi sulit tersebut (Besser & Priel, 2011).

Menurut Neff dan Dahm (2015), welas diri (*compassion*) adalah perasaan yang kita rasakan saat melihat orang lain menderita. Seseorang berbelas kasihan untuk menghindari munculnya perasaan bersalah dan terisolasi dari orang lain. Welas diri merupakan perasaan untuk memotivasi saat melihat orang lain berada dalam kesulitan dengan cara mengomunikasikan perasaan hangat untuk orang tersebut (MacBeth & Gumley, 2012; Strauss dkk., 2016). Elices dkk. (2017) menyebutkan bahwa selain untuk orang yang kita sayangi, perasaan belas kasihan juga dapat diberikan kepada orang yang tidak kita kenal. Selanjutnya, Goetz dkk. (2010) mengatakan bahwa welas diri mencakup kepekaan terhadap pengalaman yang berkaitan dengan penderitaan, yang diikuti oleh perasaan ingin meringankan penderitaan tersebut. Artinya, untuk dapat merasakan dan mengalami perasaan belas kasihan, seseorang harus terlebih dahulu memahami rasa sakit atau penderitaan.

Neff (2003a) mendefinisikan welas diri sebagai tindakan untuk berbuat baik dan memahami perasaan pada diri sendiri saat berada dalam masa sulit dan tidak menyakiti ataupun menyalahkan

diri sendiri, memaknai kegagalan dan masa sulit sebagai hal yang wajar dan dapat terjadi pada semua orang, serta mampu mengontrol pikiran negatif yang muncul, sehingga tidak menyebabkan terjadinya identifikasi berlebihan (*over-identification*) pada masalah yang sedang terjadi. Seseorang yang memiliki welas diri yang tinggi akan merespons kesulitan yang dialaminya dengan penerimaan tanpa syarat (Cleare dkk., 2019) dan menyadari bahwa kesulitan yang dihadapi bagian dari kehidupan manusia yang tidak sempurna (Breines & Chen, 2012). Neff dan Tóth-Király (2020) menyebutkan bahwa welas diri memiliki enam komponen utama yang dibagi menjadi tiga pasangan, di mana setiap komponen dalam satu pasangan merupakan suatu konstruk yang saling berlawanan. Berbagai temuan (Neff, 2003a; Neff, 2003b; Neff dkk., 2018; Neff dkk., 2019) menyebutkan bahwa komponen tersebut terdiri dari *self-kindness*, *self-judgment*, *common humanity*, *isolation*, *mindfulness*, dan *over identification*. Welas diri membuat seseorang dapat meregulasi emosinya dengan baik di saat mendapat penderitaan (Feldman & Kuyken, 2011), membuat seseorang dapat berhubungan sosial dengan baik (Bloch, 2018), membuat seseorang memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang rendah (Soysa & Wilcomb, 2013) dan berimbang pada kesehatan jiwa yang baik (Neff & Seppala, 2016).

Orang tua yang memiliki anak dengan autisme dihadapkan pada situasi yang sulit karena kondisi anak mereka yang mengalami kesulitan dalam melakukan kegiatan sehari-hari, seperti belajar, berinteraksi, dan berkomunikasi (Neff & Faso, 2015). Aydin (2014) dan Wong dkk. (2016) menyebutkan bahwa kesulitan anak dengan autisme dalam belajar, berkomunikasi, dan berinteraksi dapat menyebabkan perasaan putus asa dan emosi negatif lainnya terhadap orang tua ataupun pengasuhnya (Besser & Priel, 2011). Untuk mengatasi perasaan putus asa dan emosi negatif, tersebut diperlukan welas diri yang tinggi (Allen & Leary, 2010) agar emosi negatif yang muncul karena mengasuh anak dengan autisme tidak berkepanjangan (Gilbert dkk., 2006).

Di tingkat internasional, studi mengenai welas diri pada orang tua anak dengan autisme sudah cukup banyak. Sebagai contoh, Neff dan Faso (2015) meneliti tentang hubungan welas diri dengan *well-being* pada orang tua yang memiliki anak dengan autisme. Bohadana dkk. (2019) meneliti tentang pengaruh welas diri terhadap kualitas hidup orang tua yang memiliki anak dengan autisme. Torbet dkk. (2019) menyebutkan bahwa pada orang tua yang memiliki anak dengan autisme, welas diri memiliki korelasi positif dengan tingkat kesejahteraan psikologis, namun berkorelasi negatif dengan tingkat stres pengasuhan dan stres psikologis. Di Indonesia, penelitian serupa pernah dilakukan, seperti penelitian Isfani (2021) yang meneliti tentang welas diri pada orang tua anak dengan autisme. Hasilnya menunjukkan bahwa mereka memiliki tingkat welas diri yang baik, sehingga mampu bangkit dari situasi sulit.

Sebagai ahli yang menggagas welas diri, Neff mengembangkan berbagai macam alat ukur welas diri yang telah tervalidasi dan reliabel. Salah satu alat ukur yang dibuat oleh Neff (2003a) adalah skala welas diri yang diujikan kepada mahasiswa yang dipilih secara acak dengan nilai validitas yang cukup tinggi. Tahun 2021, Neff mengembangkan *Self-Compassion Scale for Youth* dan *Self-Compassion Scale Short-Form* dengan sampel mahasiswa dari Universitas Leuven Belgia dan Universitas Texas Amerika Serikat. Skala *Self-Compassion* dari Neff (2021) ini kemudian banyak digunakan di berbagai negara karena memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Beberapa penelitian yang menguji validitas dan reliabilitas alat ukur SCS dilakukan oleh Akin dkk. (2007) dan Deniz dkk. (2008) di Turki, Arimitsu (2014) di Jepang, Azizi dkk. (2013) di Iran, de Souza dan Hutz (2016) di Brazil, Jin dan Lee (2009), Ku dan Jung (2016) di Korea, dan Karakasidou dkk. (2017) di Yunani., Muttaqin dkk. (2020), Wulandari dkk. (2019), dan Sugianto dkk. (2020) di Indonesia. Namun, dari penelitian-penelitian tersebut belum ada penelitian yang meneliti tentang alat ukur welas diri untuk sampel penelitian orang tua yang memiliki anak dengan autisme.

Dari latar belakang tersebut, penelitian ini mencoba menguji validitas dan reliabilitas alat ukur welas diri pada orang tua anak dengan autisme di Indonesia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas alat ukur welas diri pada orang tua yang memiliki anak dengan autisme, sehingga dapat ditetapkan bahwa alat ukur tersebut dapat digunakan untuk mengukur welas diri pada orang tua anak dengan autisme di Indonesia. Selain itu, diharapkan alat ukur ini dapat menjadi acuan dalam menemukan atau mengembangkan intervensi psikologis untuk meningkatkan welas diri, khususnya pada orang tua yang memiliki anak dengan autisme.

## METODE

### ***Desain***

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan alat ukur yang diujikan pada sampel tertentu dengan analisis datanya bersifat statistik dan bertujuan untuk mengeksplorasi tingkat validitas dan reliabilitas dari alat ukur welas diri untuk orang tua yang memiliki anak dengan autisme.

### ***Partisipan***

Partisipan penelitian adalah 455 orang tua yang memiliki anak dengan autisme. Data responden dikumpulkan dengan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria partisipan berjenis

kelamin laki-laki atau perempuan, memiliki anak dengan autisme yang berusia 2–18 tahun, dan tinggal di Indonesia.

Tabel 1.  
*Profil Deskriptif Partisipan*

Keterangan	Kategori	Jumlah	Persentase
Usia Orang Tua	21–40 Tahun	260	57.2
	41–60 Tahun	184	40.4
	>60 Tahun	11	2.4
Jenis Kelamin Orang Tua	Perempuan	373	82
	Laki-laki	82	18
Hubungan Orang Tua dan Anak	Orang Tua Kandung	434	95.4
	Orang Tua Asuh	21	4.6
Pekerjaan	ASN/PNS	69	15.3
	Pedagang	26	5.8
	Guru/Dosen/Pekerja di Institusi Pendidikan	30	6.7
	Ibu Rumah Tangga	216	47.5
	Pekerja di Institusi Swasta	30	6.7
	Pekerja Sosial (LSM/NGO)	5	1.2
	Petani/Nelayan/Tukang Kebun/Lainnya	12	2.7
	Wiraswasta	53	11.7
	Polisi	2	.4
	TNI	1	.2
	Nakes	8	1.8
	Tingkat Pendidikan	SD/SMP	39
SMA/SMK/Sederajat		141	31
Diploma/D1-D3		55	12
D4/S1/Sederajat		185	40.7
Profesi/S2/Spesialis		33	7.3
S3		2	0.4
Usia Anak	2–5 Tahun	82	18
	6–11 Tahun	207	45.5
	12–18 Tahun	166	36.5

### ***Instrumen***

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala welas diri milik Neff (2023) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Sugianto dkk. (2020) dengan validitas konvergen dengan nilai AVE < .5 dan reliabilitas sebesar .87. Alat ukur ini terdiri dari 26 butir, di mana partisipan merespons melalui skala *Likert* lima pilihan (1 = “hampir tidak pernah”; 5 = “hampir selalu/sering”).

### ***Teknik Analisis***

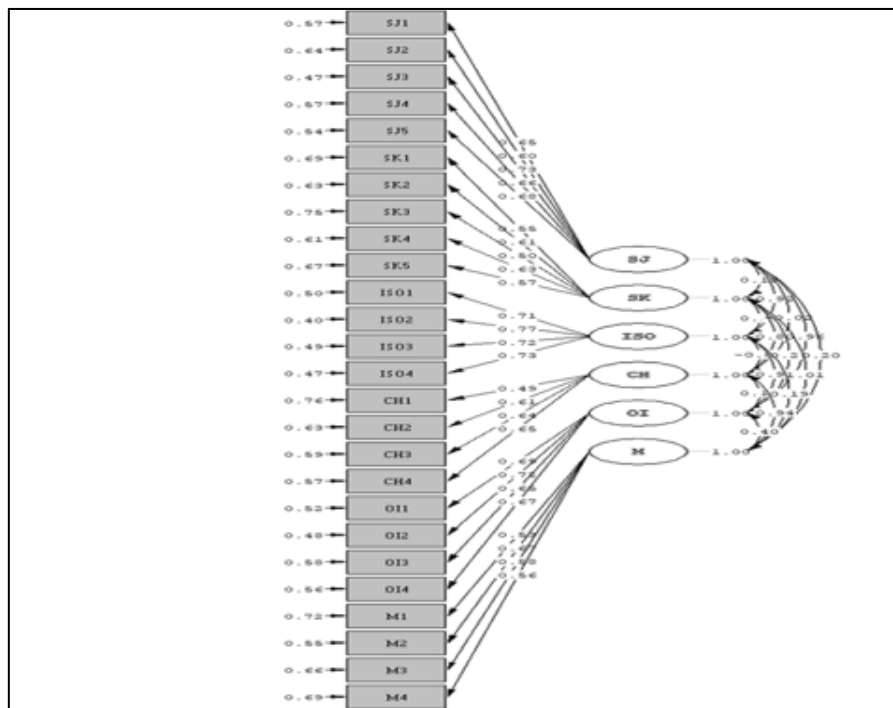
Data dianalisis menggunakan teknik analisis konfirmatori faktor (CFA) yaitu metode evaluasi yang membandingkan model teoritik dengan data, seperti nilai RMSEA < .08, nilai CFI, IFI, NFI,

dan TLI > .90, nilai GFI > .90, serta rasio  $\chi^2/df < 2$  (Brown, 2006; Cangur & Ercan, 2015; Schumaker & Lomax, 2010), dengan menggunakan *software* Lisrel 8.8 untuk mengetahui tingkat validitas setiap butir yang dilihat dari muatan faktor pada setiap butir. Kemudian uji reliabilitas dilakukan dengan melihat nilai *Construct Reliability (CR)* dan *Variance Extracted (VE)*. Suatu konstruk dapat dikatakan reliabel jika memenuhi persyaratan nilai  $CR \geq .7$  dan nilai  $VE \geq .5$  (Hair dkk., 2010).

## HASIL

### Deksripsi Hasil Analisis Validitas dan Reliabilitas Skala Welas Diri

Berikut ini merupakan hasil analisis Skala Welas Diri orang tua anak dengan anak autisme yang dianalisis dengan menggunakan teknik *Confirmatory Factor Analysis (CFA)*. CFA menguji enam komponen welas diri dari Neff, yaitu mengasihi diri (*self-kindness*), menghakimi diri (*self-judgment*), kemanusiaan universal (*common humanity*), isolasi (*isolation*), *mindfulness*, dan overidentifikasi (*over identification*) yang saling berkorelasi. Untuk menentukan apakah suatu butir valid, digunakan nilai *standard loading factor* dari setiap butir yang ada pada alat ukur Welas Diri orang tua anak dengan autisme.



Chi-Square = 996.35,  $df = 204$ ,  $P\text{-value} = .00000$ , RMSEA = .074

Figur 1. Hasil Uji CFA Model Skala Welas Diri Orang Tua Anak dengan Autisme

Butir untuk mengukur aspek *self-judgement* dapat dilihat dengan kode SJ, aspek *self-kindness* diukur oleh butir dengan kode SK, aspek *isolation* diukur oleh butir dengan kode ISO, aspek *common humanity* diukur oleh butir dengan kode CH, aspek *over identification* diukur oleh butir dengan kode OI, dan aspek *mindfulness* diukur oleh butir dengan kode M. Dari nilai *standard loading factor* tersebut, semua butir pada aspek *self-judgement*, *self-kindness*, *isolation*, *common humanity*, *over-identification*, dan *mindfulness* dapat dikatakan valid karena semua butir memiliki nilai *standard loading factor* > .3 (Hair dkk., 2010).

Untuk memastikan model sesuai dengan model awal yang dikonstruksi oleh Neff (2003b), Peneliti melakukan uji kecocokan model dengan melihat beberapa indikator yang harus dipenuhi yaitu nilai  $X^2/df$  yang kurang dari 2, nilai RMSEA kurang dari .08, dan nilai GFI, CFI, TFI, dan IFI di atas .90. Tabel 2 merupakan rangkuman hasil uji kecocokan model.

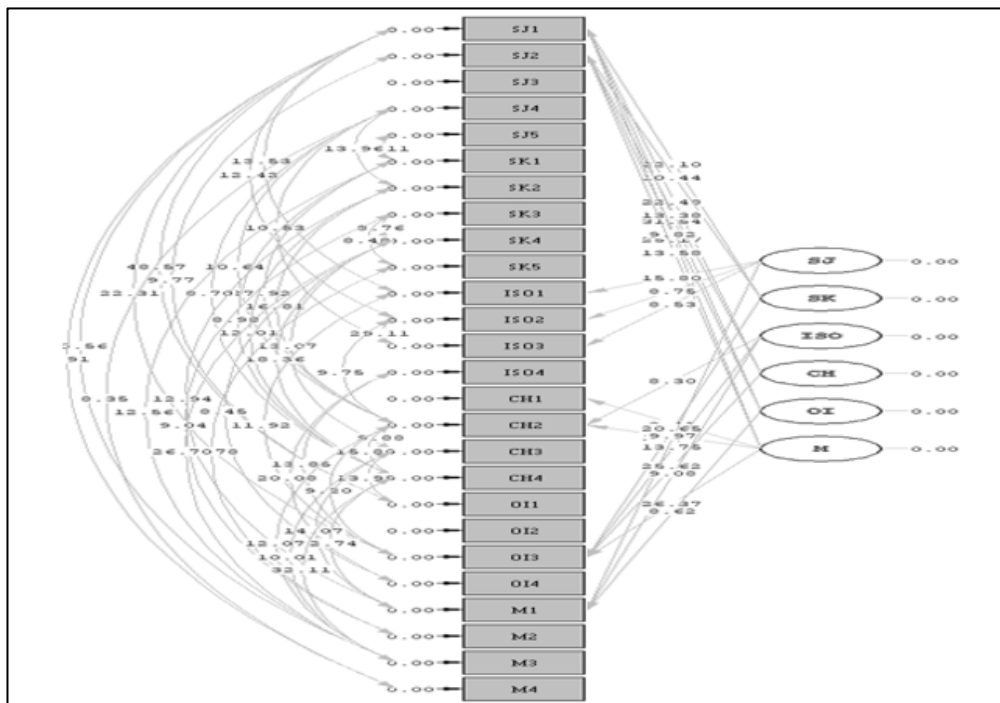
Tabel 2.

*Hasil Uji Kecocokan Model dengan model Awal*

<b>GOFI</b>	<b>Nilai Hasil Hitung</b>	<b>Nilai Standar Untuk Kecocokan Baik</b>	<b>Kesimpulan</b>
RMSEA	.074	≤ .08	<i>Good Fit</i>
NFI	.920	≥ .90	<i>Good Fit</i>
NNFI	.940	≥ .90	<i>Good Fit</i>
CFI	.940	≥ .90	<i>Good Fit</i>
IFI	.940	≥ .90	<i>Good Fit</i>
RFI	.910	≥ .90	<i>Good Fit</i>
<i>Standardized RMR</i>	.063	≤ .05	<i>Marginal Fit</i>
GFI	.860	≥ .90	<i>Marginal Fit</i>
AGFI	.820	≥ .90	<i>Marginal Fit</i>

Catatan: GOFI = *Goodness of Fit Index*; RMSEA = *Root Mean Square Error of Approximation*; NFI = *Normed Fit Index*, NNFI = *Non-Normed Fit Index*, CFI = *Comparative Fit Index*; IFI = *Incremental Fit Index*; RFI = *Relative Fit Index*; RMR = *Root Mean Square Residual*; GFI = *Goodness of Fit Index*, AGFI = *Adjusted Goodness of Fit Index*.

Dari hasil uji kecocokan model tersebut, Skala Welas Diri orang tua anak dengan autisme memiliki kesesuaian model (*model fit*) yang cukup baik, terlihat bahwa sebagian besar indeks kecocokan model menunjukkan hasil *good fit*, berarti model memiliki kesesuaian model yang cukup baik dengan model yang diajukan oleh Neff (2003b) karena memenuhi semua indikator yang disyaratkan. Hal ini dapat disimpulkan bahwa data cukup sesuai dengan model teoretis (Schumaker & Lomax, 2010). Selanjutnya, terdapat beberapa saran modifikasi model (*modification indices*) dari *software* Lisrel 8.8 yang terdapat pada Figur 2.

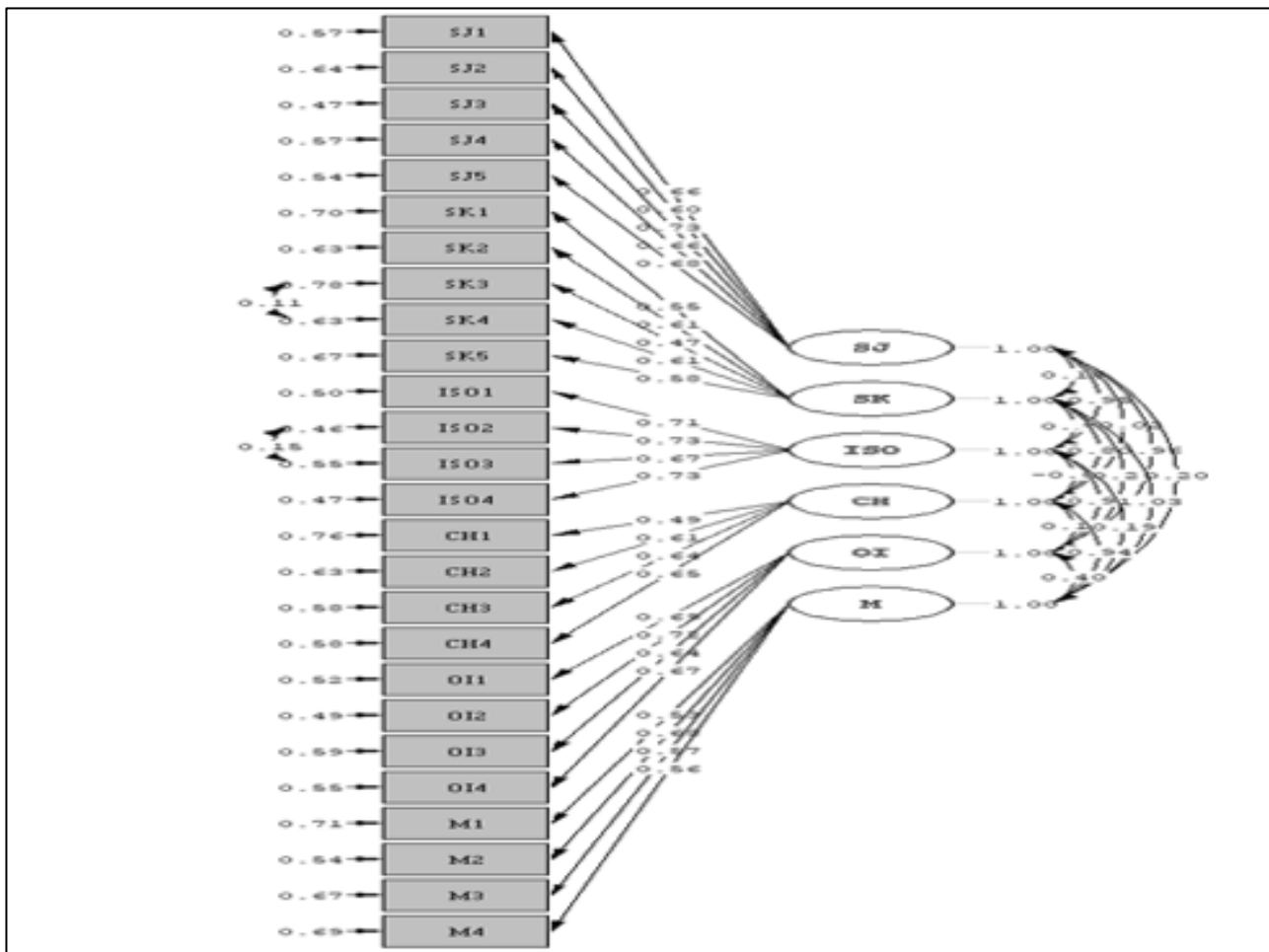


Chi-Square = 996.35,  $df=204$ ,  $P\text{-value} = .00000$ ,  $RMSEA = .074$

Figur 2. Model Modifikasi Skala Welas Diri Orang Tua Anak dengan Autisme (Hair dkk., 2010)

Mengacu pada *modification indices* pada Figur 2, model dimodifikasi untuk memperoleh kecocokan model yang lebih baik. Pada umumnya, modifikasi yang dilakukan berupa pengguguran butir yang memiliki nilai *loading factor* kurang dari acuan penelitian. Namun, pada penelitian ini acuan dari nilai *loading factor* minimum yang digunakan untuk mengklasifikasikan suatu butir dapat dinyatakan valid adalah .3. Jadi, tidak ada butir yang digugurkan pada model yang diujikan. Selain menggugurkan butir yang memiliki nilai *loading factor* yang rendah, modifikasi model juga dapat dilakukan dengan cara mengorelasikan nilai eror pada butir yang menguji suatu aspek yang sama. Pada penelitian ini, modifikasi yang dilakukan adalah menghubungkan nilai eror pada butir SK3 (butir nomor 19 pada skala) dengan butir SK4 (butir nomor 23 pada skala) dan pada butir ISO2 (butir nomor 13 pada skala) dengan butir ISO3 (butir nomor 18 pada skala). Tujuan dari modifikasi model dengan menghubungkan nilai eror pada butir adalah untuk menurunkan nilai RMSEA yang menjadi acuan suatu model dapat dikatakan *fit* (Hair dkk., 2010). Hasil dari modifikasi model dapat dilihat pada Figur 3.





Chi-Square=948.09, df=282, p-value=0.00000, RMSEA=0.072

*Figur 3. Model Skala Welas Diri Orang Tua Anak dengan Autisme*

Setelah modifikasi dilakukan, *software* Lisrel 8.8 kembali memberikan hasil uji kecocokan model yang dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3.  
*Hasil Uji Kecocokan Model Setelah Modifikasi*

GOFI	Nilai Hasil Hitung	Nilai Standar Untuk Kecocokan Baik	Kesimpulan
RMSEA	.072	≤ .08	Good Fit
NFI	.930	≥ .9	Good Fit
NNFI	.940	≥ .9	Good Fit
CFI	.950	≥ .9	Good Fit
IFI	.950	≥ .9	Good Fit
RFI	.910	≥ .9	Good Fit
Standardized RMR	.062	≤ .05	Marginal Fit
GFI	.860	≥ .9	Marginal Fit
AGFI	.830	≥ .9	Marginal Fit

Catatan: GOFI = *Goodness of Fit Index*; RMSEA = *Root Mean Square Error of Approximation*; NFI = *Normed Fit Index*, NNFI = *Non-Normed Fit Index*, CFI = *Comparative Fit Index*; IFI = *Incremental Fit Index*; RFI = *Relative Fit Index*; RMR = *Root Mean Square Residual*; GFI = *Goodness of Fit Index*, AGFI = *Adjusted Goodness of Fit Index*.

Dari hasil uji kecocokan model setelah dimodifikasi, terlihat tidak ada perubahan yang signifikan pada model. Seluruh indikator terbukti memenuhi kriteria *good fit*, Hal ini menunjukkan bahwa model sudah menunjukkan kecocokan yang baik. Kemudian uji reliabilitas dilakukan dengan melihat nilai *Construct Reliability* (CR) dan *Variance Extracted* (VE). Suatu konstruk dapat dikatakan reliabel jika memenuhi persyaratan nilai  $CR \geq .7$  dan nilai  $VE \geq .5$  (Hair dkk., 2010). Hasil perhitungan CR dan VE dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4.  
*Nilai Reliabilitas Model*

Variabel	Standardized Loading Factor	Measurement Error	CR	VE
<i>Self-Judgment</i>			.80	.44
SJ1	.66	.57		
SJ2	.60	.64		
SJ3	.73	.47		
SJ4	.66	.57		
SJ5	.68	.54		
<i>Self-Kindness</i>			.70	.32
SK1	.55	.70		
SK2	.61	.63		
SK3	.47	.78		
SK4	.66	.63		
SK5	.58	.67		
<i>Isolation</i>			.80	.50
ISO1	.71	.50		
ISO2	.73	.46		
ISO3	.67	.55		
ISO4	.73	.47		
<i>Common Humanity</i>			.70	.36
CH1	.49	.76		
CH2	.61	.63		
CH3	.64	.58		
CH4	.65	.58		
<i>Over Identification</i>			.77	.50
OI1	.69	.52		
OI2	.72	.49		
OI3	.64	.59		
OI4	.67	.55		
<i>Mindfulness</i>			.70	.35
M1	.53	.71		
M2	.68	.54		
M3	.57	.67		
M4	.56	.69		

Catatan: SJ = *Self-Judgment*; SK = *Self-Kindness*; ISO = *Isolation*; CH = (*Common Humanity*); OI = *Over Identification*; M = *Mindfulness*.

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa setelah modifikasi model dilakukan, didapatkan hasil sebagian besar nilai VE lebih kecil dari .5, (*Self-Judgment* (.44), *Mindfulness* (.35), *Common Humanity* (.36), dan *Self-Kindness* (.32)) hanya aspek *isolation* dan *over identification* yang mendapatkan nilai .5. Untuk Nilai CR, semua aspek menunjukkan skor  $\geq .7$ . Hal ini membuktikan bahwa skala welas diri orang tua anak dengan autisme memiliki nilai reliabilitas yang cukup memadai karena hanya memenuhi salah satu persyaratan untuk dikatakan reliabel. Nilai *standardized factor loading* diketahui tidak menunjukkan perubahan yang signifikan setelah dilakukan modifikasi model, di mana semua nilai *standardized loading factor* dari setiap butir bernilai  $> .3$ , sehingga tidak ada butir yang digugurkan.

Berdasarkan hasil analisis tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa skala welas diri pada orang tua yang memiliki anak dengan autisme memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi, sehingga dapat ditetapkan bahwa alat ukur tersebut dapat digunakan untuk mengukur welas diri pada orang tua anak dengan autisme di Indonesia.

## DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas alat ukur Skala Welas Diri versi bahasa Indonesia untuk sampel penelitian orang tua yang memiliki anak dengan autisme di Indonesia. Validitas alat ukur dilihat dari nilai standar *loading factor* dan uji kecocokan model. Hasil analisis menunjukkan bahwa Skala Welas Diri orang tua dengan anak autisme memiliki kesesuaian model dengan teoritis yang dikembangkan oleh Neff (2003b). Hasil dari analisis CFA menunjukkan nilai *standard loading factor* semua butir pada aspek *self-judgement*, *self-kindness*, *isolation*, *common humanity*, *over-identification*, dan *mindfulness* mendapat nilai *standard loading factor*  $> .3$ , sehingga dikatakan valid (Hair dkk., 2010). Begitupun dengan uji kecocokan model, dengan kriteria nilai  $X^2/df$  yang kurang dari 2, nilai RMSEA kurang dari .08, dan nilai GFI, CFI, TFI, dan IFI di atas .90. Hasil uji kecocokan model menunjukkan bahwa Skala Welas Diri orang tua anak dengan autisme memiliki kesesuaian model yang cukup baik dan sesuai dengan model yang diajukan oleh Neff (2003b). Hal ini membuktikan bahwa data cukup sesuai dengan model teoretis (Schumaker & Lomax, 2010). Dari hasil analisis tersebut dapat dinyatakan bahwa alat ukur Welas Diri orang tua anak dengan autisme cukup valid, sehingga diperlukan modifikasi kedua untuk memperoleh kecocokan yang lebih baik. Hasil dari modifikasi tersebut menunjukkan bahwa seluruh indikator memenuhi kriteria *good fit*, hal ini menunjukkan bahwa skala alat ukur Welas Diri orang

tua anak dengan autisme memenuhi validitas konstruk yaitu validitas faktorial dengan kriteria baik (Azwar, 2013).

Untuk menguji reliabilitas dari Skala Welas Diri orang tua anak dengan autisme menggunakan kriteria dari Hair dkk. (2010), di mana suatu konstruk dapat dikatakan reliabel jika memenuhi persyaratan nilai  $CR \geq .7$  dan nilai  $VE \geq .5$ . Hasil analisis menunjukkan bahwa skala Welas Diri orang tua anak dengan autisme cukup memenuhi persyaratan reliabel karena nilai  $VE$  di antara  $.32-.5$ , dengan nilai  $CR$  pada semua aspek Welas Diri menunjukkan skor lebih besar sama dengan  $\geq .7$ .

Hasil analisis CFA di atas menunjukkan bahwa Skala Welas Diri yang merupakan adaptasi Bahasa Indonesia dari SCS, memiliki validitas konstruk yang baik. Hal ini dapat disimpulkan bahwa alat ukur welas diri dengan 26 butir terbukti valid untuk digunakan untuk mengukur welas diri orang tua anak dengan autisme di Indonesia. Hal ini senada dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Sugiono dkk. (2020) yang meneliti skala welas diri, namun dengan subjek yang berbeda. Begitupun dengan reliabilitas, alat ukur welas diri orang tua anak dengan autisme terbukti cukup reliabel sehingga alat ukur ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi tingkat welas diri orang tua anak dengan autisme.

Alat ukur welas diri orang tua autisme ini dapat digunakan untuk mengetahui sejauh mana tingkat welas diri yang dimiliki mereka saat berada di situasi yang sulit, sehingga dapat terpetakan kemampuan orang tua autisme untuk bangkit dari situasi sulit tersebut dengan cara berbuat baik kepada diri sendiri, mengakui, dan menerima bahwa setiap manusia pasti pernah mengalami kegagalan, serta memiliki kekurangan ataupun ketidakmampuan (Sugiono dkk., 2020). Alat ukur yang valid ini dapat berkontribusi terhadap penelitian dengan topik serupa yang ada di Indonesia.

Hasil penelitian ini memperkuat penelitian yang dilakukan oleh Neff dan Tóth-Király (2020) serta Neff (2021) yang menyebutkan bahwa alat ukur welas diri dapat digunakan untuk berbagai sampel penelitian. Dalam penelitian ini terbukti bahwa Skala Welas Diri untuk orang tua dengan anak autisme dapat digunakan untuk mengidentifikasi tingkat welas diri orang tua anak dengan autisme. Keterbatasan dari studi ini ialah tidak dikontrolnya profil demografis dari sampel, sehingga meskipun telah memiliki jumlah sampel yang memadai ( $N > 400$ ), analisis invariansi terhadap profil demografis tertentu (misal: jenis kelamin, partisipan di daerah perkotaan atau pedesaan) belum dapat dilakukan. Di samping itu, pada studi ini tidak ditetapkan kriteria karakteristik sampel yang mengisyaratkan bukti diagnosis dari profesional, sehingga hanya mengandalkan pengakuan dari sampel mengenai kondisi autisme anak.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Dari penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa Skala Welas Diri versi bahasa Indonesia memiliki validitas yang baik dan cukup reliabel untuk digunakan pada orang tua yang memiliki anak dengan autisme. Skala tersebut dapat digunakan sebagai alat ukur yang handal untuk menilai tingkat welas diri pada orang tua anak dengan autisme di Indonesia. Studi selanjutnya dapat menguji skala pada sampel di kelompok profil demografis yang lebih bervariasi sehingga dapat lebih representatif terhadap berbagai profil demografis orang tua anak dengan autisme di Indonesia. Dalam lingkup praktis, diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti lain untuk mengidentifikasi welas diri pada orang tua anak dengan autisme guna mengembangkan intervensi psikologis.

### **ASPEK ETIK STUDI**

#### ***Pernyataan Etik***

Seluruh prosedur yang dilakukan pada studi ini telah sesuai dengan Deklarasi Helsinki tahun 1964 dan segala adendumnya atau dengan standar etika yang relevan. Aspek etik dari studi ini telah diuji dan disetujui oleh Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara (nomor persetujuan: 033/2021/Etik/KPIN). Pernyataan kesediaan berpartisipasi dari seluruh partisipan telah diperoleh.

#### ***Konflik Kepentingan***

Tidak terdapat konflik kepentingan pada penelitian ini.

#### ***Ketersediaan Data***

Data yang digunakan dalam studi ini dapat diakses dengan menghubungi penulis melalui email penulis korespondensi zahroh@umm.ac.id.

## **REFERENSI**

- Akin, U., Akin, A., & Abaci, R. (2007). Self-compassion Scale: The study of validity and reliability. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 1–10.
- Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-compassion, stress, and coping. *Journal of Social Personality Psychology Compass*, 4(2), 107–118. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2009.00246.x>
- Arimitsu, K. (2014). Development and validation of the Japanese version of the self-compassion scale. *Japanese Journal of Psychology*, 85(1), 50–59. <https://doi.org/10.4992/jjpsy.85.50>

- Aydin, A. (2014). An investigation of the relationship between self-compassion, humor and alexithymic characteristics of parents with autistic children. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications*, 5(2), 145–159.
- Azizi, A., Mohammadkhani, P., Lotfi, S., & Bahramkhani, M. (2013). The validity and reliability of the Iranian version of the self-compassion scale. *Practice in Clinical Psychology*, 1(3), 149–155. <https://jpcp.uswr.ac.ir/article-1-83-en.html>
- Azwar, S. (2013). Reliabilitas dan validitas (4th ed). Pustaka Pelajar.
- Besser, A., & Priel, B. (2011). Dependency, self-criticism, and negative affective responses following imaginary rejection and failure threats: Meaning-making processes as moderators or mediators. *Psychiatry: Interpersonal Biological Processes*, 74(1), 31–40. <https://doi.org/10.1521/psyc.2011.74.1.31>
- Bloch, J. H. (2018). Self-compassion, social connectedness, and interpersonal competence (Master's thesis). University of Montana, Montana, United States.
- Bohadana, G., Morrissey, S., & Paynter, J. (2019). Self-compassion: A novel predictor of stress and quality of life in parents of children with autism spectrum disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(10), 4039–4052. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04121-x>
- Breines, J. G., & Chen S. (2012). Self-compassion increases self-improvement motivation. *Personal and Social Psychology Bulletin*, 38(9), 1133–1143. <https://doi.org/10.1177/0146167212445599>
- Brei, N. G., Schwarz, G. N., & Klein-Tasman, B. P. (2015). Predictors of parenting stress in children referred for an autism spectrum disorder diagnostic evaluation. *Journal of Developmental Physical Disabilities*, 27(5), 617–635. <https://doi.org/10.1007/s10882-015-9439-z>
- Brown, T. A. (2006). Confirmatory factor analysis for applied research. The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2006-07729-000>
- Cangur, S., & Ercan, I. (2015). Comparison of model fit indices used in structural equation modelling under multivariate normality. *Journal of Modern Applied Statistical Methods*, 14(1), 152–167. <https://doi.org/10.22237/jmasm/1430453580>
- Chu, S. Y., Park, H., Lee, J., Shaharuddin, K. K. B., & Gan, C. H. (2020). Self-stigma and its associations with stress and quality of life among Malaysian parents of children with autism. *Child Care Health Dev*, 46(4), 485–494. <https://doi.org/10.1111/cch.12771>

- Cleare, S., Gumley, A., & O'Connor, R. C. (2019). Self-compassion, self-forgiveness, suicidal ideation, and self-harm: A systematic review. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 26*(5), 511–530. <https://doi.org/10.1002/cpp.237>
- Cuzzocrea, F., Murdaca, A. M., Costa, S., Filippello, P., & Larcan, R. (2016). Parental stress, coping strategies and social support in families of children with a disability. *Child Care in Practice, 22*(1), 3–19. <https://doi.org/10.1080/13575279.2015.1064357>
- de Souza, L. K., & Hutz, C. S. (2016). Adaptation of the self-compassion scale for use in Brazil: Evidences of construct validity. *Temas em Psicologia, 24*(1), 159–172. <https://doi.org/10.9788/TP2016.1-11>
- Dabrowska, A., & Pisula, E. (2010). Parenting stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and Down syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research, 54*(3), 266–280. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2010.01258.x>
- Deniz, M., Kesici, Ş., & Sümer, A. S. (2008). The validity and reliability of the Turkish version of the self-compassion scale. *Social Behavior Personality, 36*(9), 1151–1160. <https://doi.org/10.2224/sbp.2008.36.9.1151>
- Derguy, C., M'Bailara, K., Michel, G., Roux, S., & Bouvard, M. (2016). The need for an ecological approach to parental stress in autism spectrum disorders: the combined role of individual and environmental factors. *Journal of autism developmental disorders, 46*(6), 1895–1905. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-2719-3>
- Dwitya, K. N., & Priyambodo, A. B. (2020). Hubungan self-compassion dan resiliensi pada ibu dengan anak autisme. Prosiding *Seminar Nasional dan Call Paper “Psikologi Positif Menuju MentalWellness”*, 221–229.
- Elices, M., Carmona, C., Pascual, J. C., Feliu-Soler, A., Martin-Blanco, A., & Soler, J. (2017). Compassion and self-compassion: Construct and measurement. *Mindfulness and Compassion, 2*(1), 34–40. <https://doi.org/10.1016/j.mincom.2016.11.003>
- Falk, N. H., Norris, K., & Quinn, M. G. (2014). The factors predicting stress, anxiety and depression in the parents of children with autism. *Journal of Autism Developmental Disorders, 44*(12), 3185–3203. <https://doi.org/10.1007/s10803-014-2189-4>
- Feldman, C., & Kuyken, W. (2011). Compassion in the landscape of suffering. *Contemporary Buddhism, 12*(1), 143–155. <https://doi.org/10.1080/14639947.2011.564831>
- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin, 136*(3), 351–374. <https://doi.org/10.1037/a0018807>

- Gilbert, P., Baldwin, M. W., Irons, C., Baccus, J. R., & Palmer, M. (2006). Self-criticism and selfwarmth: An imagery study exploring their relation to depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 20(2), 183–200. <https://doi.org/10.1891/088983906780639817>
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Babin, B. J., & Black, W. C. (2010). *Multivariate data analysis: A global perspective* (Vol. 7). Pearson.
- Hallahan, D. P., & Kauffman, J. M. (2006). *Exceptional learners: Introduction to special education* (10th ed.). Pearson/Allyn and Bacon.
- Hsiao, Y. J. (2018). Autism spectrum disorders: Family demographics, parental stress, and family quality of life. *Journal of Policy Practice in Intellectual Disabilities*, 15(1), 70–79. <https://doi.org/10.1111/jppi.12232>
- Isfani, R. S., & Paramita, P. P. (2021). Pengaruh self-compassion terhadap resiliensi orang tua dari anak dengan autism spectrum disorder (ASD). *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(2), 1331–1346. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28659>
- Isfani, R. S. (2021). *Pengaruh Self-Compassion Terhadap Resiliensi Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Dengan Autism Spectrum Disorder (Asd)* Universitas Airlangga.].
- Jin, H., & Lee, K. (2009). The validation of the Korean version of self-compassion scale. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 17(2), 1–20. <https://doi.org/10.35151/kyci.2009.17.2.001>
- Karakasidou, E., Pezirkianidis, C., Galanakis, M., & Stalikas, A. (2017). Validity, reliability and factorial structure of the self compassion scale in the Greek population. *Journal of Psychology and Psychotherapy*, 7(4), 313–319. <https://doi.org/10.4172/2161-0487.1000313>
- Ku, D.-Y., & Jung, M.-C. (2016). Study of factor validity of Korean version self-compassion. *The Journal of the Korea Contents Association*, 16(9), 160–169. <https://doi.org/10.5392/JKCA.2016.16.09.160>
- MacBeth, A., & Gumley, A. (2012). Exploring compassion: A meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 32(6), 545–552. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2012.06.003>
- Muttaqin, D., Yunanto, T. A. R., Fitria, A. Z. N., Ramadhanty, A. M., & Lempang, G. F. (2020). Properti psikometri self-compassion scale versi Indonesia: Struktur faktor, reliabilitas, dan validitas kriteria. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 189–208. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i2.3944>



- Neff, K. D. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity, 2*(3), 223–250. <https://doi.org/10.1080/15298860390209035>
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity, 2*(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/152988603909032>
- Neff, K. D., Bluth, K., Tóth-Király, I., Davidson, O., Knox, M. C., Williamson, Z., & Costigan, A. (2020). Development and validation of the self-compassion scale for youth. *Journal of Personality Assessment, 103*(1), 92–105. <https://doi.org/10.1080/00223891.2020.1729774>
- Neff, K. D., & Dahm, K. A. (2015). Self-compassion: What it is, what it does, and how it relates to mindfulness. Dalam B. M. B. O. M. Robinson (Eds.), *Handbook of mindfulness and self-regulation* (hlm. 121–137). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4939-2263-5\\_10](https://doi.org/10.1007/978-1-4939-2263-5_10)
- Neff, K. D., & Faso, D. J. (2015). Self-compassion and well-being in parents of children with autism. *Mindfulness, 6*(4), 938–947. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0359-2>
- Neff, K. D., & Seppala, E. (2016). Compassion, well-being, and the hypoegoic self. Dalam K. W. Brown & M. Leary (Eds.), *Oxford handbook of hypo-egoic phenomena: Theory and research on the quiet ego* (hlm. 478–497). Oxford University Press.
- Neff, K. D., Pisitsungkagarn, K., & Hsieh, Y. P. (2008). Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 39*(3), 267–285. <https://doi.org/10.1177/0022022108314544>
- Neff, K. D. (2019). Self-compassion scales. Self-Compassion. Ditemu kembali dari <https://self-compassion.org/self-compassion-scales-for-researchers>
- Neff, K. D., Toth-Kiraly, I., & Colosimo, K. (2018). Self-compassion is a global construct and is overlapping with but distinct from neuroticism: A response to Pfattheicher, Geiger, Hartung, Weiss, and Schindler (2017). *European Journal of Personality, 32*(4), 371–392. <https://doi.org/10.1002/per.2148>
- Neff, K. D., & Tóth-Király, I. (2020). Self-compassion scale (SCS). In O. N. M. In N. Oleg, C. U. Krägeloh, R. J. Siegert, & N. N. Singh (Eds.), *Handbook of Assessment in Mindfulness*. Springer.
- Neff, K. D., Tóth-Király, I., Knox, M. C., Kuchar, A., & Davidson, O. (2021). The development and validation of the state self-compassion scale (long-and short form). *Mindfulness, 12*(1), 121–140. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01505-4>

- Pisula, E., & Porebowicz-Dorsmann, A. (2017). Family functioning, parenting stress and quality of life in mothers and fathers of Polish children with high functioning autism or Asperger syndrome. *PloS One*, *12*(10), e0186536. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0186536>
- Schumaker, R. E., & Lomax, R. G. (2010). *A beginner's guide to structural equation modeling* (3rd ed). Routledge.
- Sitompul, D. R. (2018). Harapan ibu yang memiliki anak penyandang autisme. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, *3*(2), 1–17. <https://doi.org/10.51143/jksi.v3i2.105>
- Soysa, C. K., & Wilcomb, C. J. (2013). Mindfulness, self-compassion, self-efficacy, and gender as predictors of depression, anxiety, stress, and well-being. *Mindfulness*, *6*, 217–226. <https://doi.org/10.1007/s12671-013-0247-1>
- Strauss, C., Taylor, B. L., Gu, J., Kuyken, W., Baer, R., Jones, F., & Cavanagh, K. (2016). What is compassion and how can we measure it? A review of definitions and measures. *Clinical Psychology Review*, *47*, 15–27. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.05.004>
- 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>
- Sugiono, S. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r & d*. Alfabeta.
- Torbet, S., Proeve, M., & Roberts, R. M. (2019). Self-compassion: A protective factor for parents of children with autism spectrum disorder. *Mindfulness*, *10*(12), 2492–2506. <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01224-5>
- Tóth-Király, I., & Neff, K. D. (2021). Is self-compassion universal? Support for the measurement invariance of the self-compassion scale across populations. *Assessment*, *28*(1), 169–185. <https://doi.org/10.1177/1073191120926232>
- Thullen, M., & Bonsall, A. (2017). Co-parenting quality, parenting stress, and feeding challenges in families with a child diagnosed with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, *47*(3), 878–886. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-2988-x>
- Wong, C. C., Mak, W. W., & Liao, K. Y.-H. (2016). Self-compassion: A potential buffer against affiliate stigma experienced by parents of children with autism spectrum disorders. *Mindfulness*, *7*(6), 1385–1395. *Mindfulness*, *7*(6), 1385–1395. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0580-2>

Wulandari, H., Oktavia, W. K., & Fitroh, R. (2019). Pengujian validitas dan reliabilitas skala self compassion. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 150–158. <https://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3417/742>