

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP ETIKA
KOMUNIKASI PEMUDA BUDDHAYANA
KABUPATEN PESAWARAN**



SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Agama Buddha

Oleh:

Nama : Mega Julianti

NPM : 2018101021

Program Studi Pendidikan Keagamaan Buddha

Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha

JINARAKKHITA

LAMPUNG

2022



PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : **Mega Julianti**
NPM : **2018101021**
PRORAM STUDI : **PENDIDIKAN KEAGAMAAN BUDDHA**
JUDUL PROPOSAL : **PENGARUH *SELF COMPASSION* TERHADAP
ETIKA KOMUNIKASI PEMUDA BUDDHAYANA
KABUPATEN PESAWARAN**

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing untuk diajukan kesidang panitia uji skripsi.

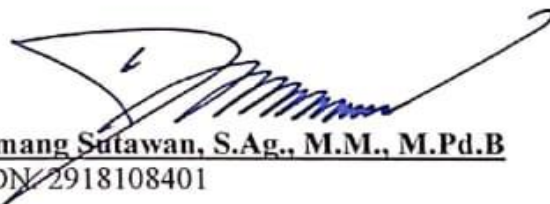
Bandar Lampung, 13 Juli 2022

Pembimbing 1



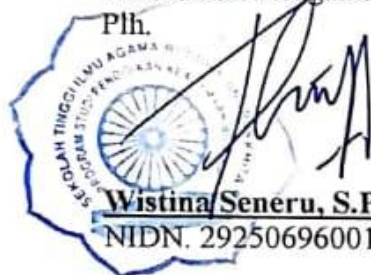
Wistina Seneru, S.Pd.B., M.Pd
NIDN. 29250696001

Pembimbing 2



Komang Sutawan, S.Ag., M.M., M.Pd.B
NIDN. 2918108401

Ketua Program Studi
Pendidikan Keagamaan Buddha
Plh.



Wistina Seneru, S.Pd.B., M.Pd
NIDN. 29250696001

LEMBAR PENGESAHAN
Tugas Akhir Skripsi

**PENGARUH *SELF COMPASSION* TERHADAP ETIKA
KOMUNIKASI PEMUDA BUDDHAYANA
KABUPATEN PESAWARAN**

Disusun oleh:
Mega Julianti
2018101021

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Keagamaan Buddha Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha
Jinarakkhita Bandar Lampung

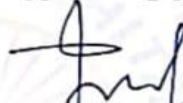
Pada tanggal, *11 November 2022*

Ketua Penguji/Penguji 1



Dr. Burmansah, M.Pd
NIDN. 2928108501

Anggota Penguji 2



Tupari, S.Ag., M.Pd., M.Pd.B
NIDN. 2004091401001

Pembimbing 1




Wistina Seneru S.Pd.B., M.Pd
NIDN. 2925069001

Pembimbing 2



Komang Sulawan S.Ag., M.M., M.Pd.B
NIDN. 2918108401

Mengetahui dan Mengesahkan,
Ketua STIAB Jinarakkhita


Dr. Burmansah, M.Pd
NIDN. 2928108501

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mega Julianti

NPM : 2018101021

Program Studi : Pendidikan Keagamaan Buddha

Alamat Lengkap : RT/RW 010/005, Kel. Trirahayu, Kec. Negeri Katon, Kab.
Pesawaran Provinsi Lampung

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa:

1. Keabsahan data dan hal-hal yang berkenaan dengan keaslian dalam penyusunan skripsi ini merupakan tanggung jawab pribadi.
2. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi yang penulis kutip dan hasil karya orang lain telah dituliskan secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.
3. Apabila dikemudian hari timbul masalah dengan keabsahan data dan keaslian/*originalitas* skripsi adalah luar tanggung jawab STIAB Jinarakkhita dan penulis bersedia menanggung segala resiko sanksi yang dikeluarkan STIAB Jinarakkhita dan gugatan yang diajukan oleh pihak lain yang merasa dirugikan.

Demikian agar yang berkepentingan maklum.

Bandar Lampung, 13 Juli 2022

Yang membuat Pernyataan



Mega Julianti

NPM.2018101021

MOTO

“Cinta terbesar dari Semuanya, adalah belajar mencintai diri sendiri”

(Merry Riana)

“Jangan tergesa-gesa, nikmati saja prosesnya, karena semua hal baik membutuhkan waktu dan usaha, dan proses itulah yang nantinya akan tetap diingat ketika tujuan itu tercapai”

(Mega Julianti)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Anur Jaya dan Satiyah orang tua tercinta yang telah memberikan dukungan berupa motivasi maupun materi, selalu membimbing dan memberikan do'a untuk peneliti.
2. Suhu Nyanamaitri Mahasthavira, Ketua Yayasan Buddhayana Vidyalaya Bandar Lampung.
3. Dr. Burmansah, M.Pd, Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha (STIAB) Jinarakkhita Bandar Lampung, yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
4. Poniman S.Pd., M.Pd, Ketua Program Studi Pendidikan Keagamaan Buddha Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha (STIAB) Jinarakkhita Bandar Lampung
5. Wistina Seneru S.Pd.B., M.Pd dan Bapak Komang Sutawan S.Ag., M.M., M.Pd.B, dosen pembimbing 1 dan pembimbing 2 selama proses menulis karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak/ibu dosen Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha (STIAB) Jinarakkhita Bandar Lampung, yang selama perkuliahan telah memberikan ilmu pengetahuan serta memberikan semangat kepada peneliti.
7. Kepala Asrama Wihara Virya Paramittha Kota Sepang Sepang Bandar Lampung, yang selalu memberikan dukungan dan motivasi selama tinggal di asrama.
8. Kepala Wihara Virya Paramittha Kota Sepang Sepang Bandar Lampung yang selalu memberikan dukungan dan juga motivasi selama ini.
9. Desi Sulastri bibi tercinta yang telah memberikan dukungan berupa motivasi maupun materi, selalu membimbing dan memberikan do'a untuk peneliti.

10. Widi Astuti *Kalyanamitta* yang selalu memberikan dukungan dan motivasi selama ini.
11. Rekan-rekan Angkatan 2018 yang tercinta yang selalu memberikan dukungan dan juga motivasi selama ini.
12. Rekan-rekan Asrama yang selalu mendukung dan memberikan motivasi.
13. Almamater tercinta Sekolah Tinggi Agama Buddha (STIAB) Jinarakkhita Bandar Lampung.

ABSTRAK

Julianti, Mega. 2018101021. 2022. *Pengaruh Self Compassion Terhadap Etika Komunikasi Pemuda Buddhayana Kabupaten Pesawaran*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Keagamaan Buddha, Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha Jinarakkhita. Pembimbing I Wistina Seneru S.Pd.B., M.Pd, Pembimbing II Komang Sutawan S.Ag., M.M., M.Pd.B.

Kata Kunci: *Self compassion, Etika Komunikasi*

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh *self compassion* terhadap etika komunikasi pemuda Buddhayana kabupaten Pesawaran. Permasalahan yang terjadi pada pemuda Buddhayana yaitu kurang berkomunikasi satu sama lain, kurang terbuka dengan teman lain Wihara, kurang meningkatkan semangat dalam dirinya mengikuti kegiatan, pemuda Buddhayana kurang memiliki sosialisasi kepada orang sekitar, pemuda Buddhayana kurang aktif dan terlalu banyak diam/pasif saat ada pertemuan pemuda-pemudi.

Self compassion adalah sebuah upaya yang harus dilakukan seseorang untuk dapat menerima dirinya sendiri, memperlakukan dirinya sendiri dengan penuh kasih sayang dan kepedulian ketika menghadapi kesulitan, tantangan dan masalah dalam hidup. Merangkul dengan hangat emosi negatif dan menyeimbangkan dengan emosi positif. Sedangkan etika komunikasi adalah suatu kehati-hatian, mudah dicapai, tanpa kekerasan, empati, sehingga dapat dilibatkan dalam sebuah komunikasi satu sama lain.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survey* dengan pendekatan kuantitatif deskriptif dan teknik pengolahan data berdasarkan hasil dari penyebaran instrumen. Alat ukur untuk mengumpulkan data berupa kuisioner dengan jumlah pertanyaan 84 item dengan menggunakan skala *likert* pada jawaban. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 35 responden. Langkah-langkah yang digunakan untuk menguji besarnya pengaruh menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan program SPSS 16.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dan regresi linear sederhana diperoleh nilai t hitung sebesar 8,191 dengan tingkat signifikan 0,000 sedangkan t tabel dengan $n = 35$ dan $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai 1,422. Hal ini dapat diasumsikan bahwa t hitung $\geq t$ tabel ($8,191 > 1,422$ atau $\text{sig} < 0,05$ ($0,000 \leq 0,05$)) maka H_a diterima sedangkan H_o ditolak. Sedangkan nilai *R Square* pada penelitian ini adalah 0,670 yang berarti bahwa *self compassion* berpengaruh terhadap etika komunikasi sebesar 67%. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan maka disimpulkan bahwa ada pengaruh *self compassion* terhadap etika komunikasi pemuda Buddhayana kabupaten Pesawaran. Besarnya pengaruh tersebut adalah 67, sedangkan 33% dipengaruhi faktor lain.

ABSTRACT

Julianti, Mega. 2018101021. 2022. *The Influence of Self Compassion on Communication Ethics of Buddhayana Youth in Pesawaran Regency. Thesis, Buddhist Religious Education Study Program, Jinarakkhita School of Buddhist Studies. Supervisor I Wistina Seneru S.Pd.B., M.Pd, Supervisor II Komang Sutawan S.Ag., M.M., M.Pd.B.*

Keywords: Self-compassion, Communication Ethics

This study aimed to examine the effect of self-compassion on the communication ethic of Buddhayana youth in the Pesawaran district. The problems that occur in the Buddhayana youth are lack of communication with each other, less open with other friends of the Vihara, less enthusiasm in participating in activities, Buddhayana youth lack of socialization with people around, Buddhist youth being less active, and too much silent/passive when there youth meeting.

Self-compassion is an effort that a person must make to be able to accept himself, and treat himself with love and care when facing difficulties, challenges, and problems in life. Embrace negative emotions warmly and balance them with positive emotions. While communication ethics is cautious, easy to achieve, non-violent, and empathetic so that they can be involved in communication with each other.

The method used in this research is a survey method with a descriptive quantitative approach and data processing techniques based on the results of the distribution of the instrument. The measuring tool for collecting data is in the form of a questionnaire with a total of 84 questions using a Likert scale in the answers. The number of samples in this study was 35 respondents. The steps used to test the magnitude of the effect use simple linear regression with the help of the SPSS 16 program.

Based on the results of hypothesis testing and simple linear regression, the t-count value was 8.191 with a significant level of 0.000, while the t-table with $n = 35$ and $\alpha = 0.05$ obtained a value of 1.422. It can be assumed that $t_{\text{arithmic}} > t_{\text{table}}$ ($8,191 > 1.422$ or $\text{sig} < 0.05$ ($0.000 < 0.05$) then H_a is accepted while H_o is rejected. While the R Square value in this study is 0.670 which means that self-compassion has an effect on communication ethics is 67%. Based on the results of the data analysis that has been carried out, it can be concluded that there is an influence of self-compassion on the communication ethics of Buddhayana youth in the Pesawaran district. The magnitude of this influence is 67, while other factors influence 33%.

KATA PENGANTAR

Namo Sanghyang Adi Buddhaya

Namo Buddhaya

Puji syukur peneliti panjatkan kepada *Sanghyang Adi Buddhaya* Ketuhanan Yang Maha Esa, Sang Tri Ratna, para Buddha dan Bodhisattva Mahasattva. Berkat usaha dan kebajikan peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul pengaruh *self compassion* terhadap etika komunikasi pemuda Buddhayana kabupaten Pesawaran. Skripsi ini merupakan karya tulis ilmiah untuk menyelesaikan tugas akhir dan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) jurusan pendidikan keagamaan Buddha.

Self compassion merupakan cara mengetahui bagaimana seseorang memahami diri sendiri disaat melakukan sesuatu kegiatan bersosialisasi, terutama dalam dalam berkomunikasi satu sama lain. Dalam suatu kegiatan diperlukan keterbukaan untuk berkomunikasi, dan juga memperhatikan suatu perkataan yang baik dan benar. Namun perlu diketahui bahwa dalam proses berkomunikasi masih perlu diteliti lebih dalam, karena terdapat beberapa hambatan yang dialami ketika dalam suatu kegiatan yang dilakukan dalam bersosialisasi, maka selanjutnya peneliti bermaksud ingin mengetahui pengaruh dari *self compassion* terhadap etika komunikasi dan berapa besar pengaruhnya.

Selain mencoba mengetahui pengaruh *self compassion* terhadap etika komunikasi pemuda Buddhayana, dalam skripsi ini peneliti juga mencoba untuk mengetahui hal-hal apa saja yang perlu diperbaiki dalam menunjang pelaksanaan kegiatan yang dilakukan pemuda Buddhayana. Sehingga hal tersebut dapat menjadi masukan atau upaya bagi pemuda Buddhayana yang bersangkutan. Dengan demikian diharapkan skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, bukan hanya untuk peneliti. Terutama bagi dosen, mahasiswa dan pemuda Buddhayana yang ada di Kabupaten Pesawaran agar lebih mampu memaksimalkan penerapan etika berkomunikasi satu sama lain.

Selain itu, skripsi ini disusun pula untuk menguraikan kegiatan penelitian. Penelitian dimulai dari observasi dan pengajuan judul prososal skripsi kepada Lembaga, kemudian diberikan keputusan bahwa judul proposal diterima. Selanjutnya dikeluarkan SK tersebut tertera dosen pembimbing peneliti dan juga wewenang serta tugas dosen pembimbing. Setelah SK diterbitkan, peneliti menghubungi dosen pembimbingan untuk memulai proses bimbingan. Proses bimbingan dilakukan secara bertahap sampai kegiatan seminar proposal dan seminar hasil.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas ini tidak terlepas dari bantuan dari berbagai pihak, baik dalam bentuk moril dan materil. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat yaitu menambah kepada penulis dan dapat berguna bagi para pembaca.

Bandar Lampung, Juli 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LOGO	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
MOTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4

F. Manfaat Penelitian	5
G. Kebaruan dan Orisinalitas Penelitian (<i>State of The Art</i>)	6
BAB II LANDASAN TEORI, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS .	12
A. DESKRIPSI TEORI	12
1. Etika Komunikasi	12
2. <i>Self compassion</i>	18
B. Penelitian Yang Relevan.....	29
C. Kerangka Pemikiran	32
D. Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Objek, Subjek, Waktu.....	35
B. Desain Penelitian	36
C. Populasi Dan Sampel.....	37
D. Variabel Penelitian.....	40
E. Definisi Konseptual	40
F. Definisi Operasional	41
G. Teknik Pengumpulan Data	42
H. Kisi-Kisi Instrumen	43
I. Teknik Analisis Data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	52

1. Sejarah Singkat Sekber PMVBI	52
2. Struktur Organisasi Sekber PMVBI Kabupaten Pesawaran	53
B. Hasil Uji Coba Instrumen	54
1. Uji Validitas Instrumen <i>Self Compassion</i>	54
2. Uji Reliabilitas Instrumen <i>Self Compassion</i> dan Etika Komunikasi	54
C. Analisis Deskriptif	55
1. Deskripsi Indikator pada Variabel <i>Self Compassion</i>	55
2. Deskripsi Indikator pada Variabel Etika Komunikasi	59
D. Uji Regresi Linear Sederhana	64
1. Uji Normalitas	64
2. Uji Homogenitas	67
3. Analisis Regresi Sederhana	67
E. Pembahasan Hasil Penelitian	72
BAB V PENUTUP	75
A. Simpulan	75
B. Implikasi	75
C. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	78
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	81
LAMPIRAN-LAMPIRAN	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1. Lokasi Wihara Pesawaran	36
Gambar 4. 1. Struktur Organisasi PMVBI Kabupaten Pesawaran.....	54
Gambar 4. 2 Hasil P Plot.....	66

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Kebaruan Orisinalitas Penelitian (<i>State of the Art</i>)	6
Tabel 3. 1 Jadwal Penelitian	35
Tabel 3. 2 Jumlah Populasi	37
Tabel 3. 3 Perhitungan Jumlah Sampel	39
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen <i>self compassion</i> (Variabel X)	43
Tabel 3. 5 Kisi-kisi instrumen Etika Komunikasi (Variabel Y)	45
Tabel 3. 6 Skor Jawaban Kuisisioner	46
Tabel 3. 7 Kriteria Skala Interval	49
Tabel 3. 8 Interpretasi Tingkat Pengaruh	49
Tabel 4. 1 Uji Reliabilitas Instrumen	55
Tabel 4. 2 Deskripsi Statistik <i>Self Compassion</i>	56
Tabel 4. 3 <i>Self Kindness</i>	57
Tabel 4. 4 <i>Common Humanity</i>	58
Tabel 4. 5 <i>Mindfulness</i>	59
Tabel 4. 6 Deskripsi Statistik Variabel Etika Komunikasi	60
Tabel 4. 7 Kehati-hatian	61
Tabel 4. 8 Mudah dicapai	62
Tabel 4. 9 Tanpa kekerasan	63
Tabel 4. 10 Empati	64
Tabel 4. 11 Uji Normalitas	65
Tabel 4. 13 Uji Homogenitas	67
Tabel 4. 15 Output Persamaan Regresi	68
Tabel 4. 16 Output analisis anova	69

Tabel 4. 17 Residual Statistik.....	70
Tabel 4. 18 Nilai koefisien determinasi <i>R Square (model summary)</i>	70

DAFTAR SINGKATAN

A. : *Aṅguttara-nikāya (The Books Of The Gradual Saying)*

D. : *Dīgha Nikāya (Dialogue Of The Buddha)*

Dh. : *Dhammapada (The Word Of The Doctrine)*

M : *Majjhima-Nikāya (The Middle Length Sayings)*

S : *Samyutta_Nikāya (The Books Of The Kindered)*

TANDA BACA

\bar{i} = Huruf Vokal dalam abjad pali, yaitu dibaca dengan vokal panjang

\bar{a} = Huruf vokal dalam abjad pali, yaitu dibaca dengan vokal panjang

\bar{i} = Huruf vokal dalam abjad pali, yaitu dibaca dengan vokal panjang