

**PERKEMBANGAN REGULASI EMOSI DITINJAU DARI *SELF-COMPASSION*
PADA PENYANDANG TUNANETRA DEWASA**

Velycia Andsny⁽¹⁾ | Angeline Ong⁽²⁾ | Gracia Jawak⁽³⁾

Jurusan Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia

INTISARI

Pemahaman terkait adanya kaitan antara *self-compassion* dan regulasi emosi pada penyandang tunanetra dewasa menjadi tujuan dalam penelitian ini. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah “terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dan regulasi emosi pada penyandang tunanetra dewasa”. Sebanyak 74 orang penyandang tunanetra dewasa di Persatuan Tunanetra Indonesia sebagai subjek penelitian dengan teknik *total sampling*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan mengumpulkan data menggunakan skala *self-compassion* dan skala regulasi emosi. Pengolahan data menggunakan uji analisis yang mencakup pada pengujian normalitas dan linearitas serta analisis data korelasi *Pearson Product Moment* dengan menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistic versi 22*. Hasil analisis data pada penelitian menyatakan koefisiensi korelasi bernilai $r = 0.641$ dengan $p = 0.000$ ($p < 0.05$), yang artinya tingginya potensi *self-compassion* dalam diri penyandang tunanetra dewasa maka tingkat regulasi emosi pada diri penyandang tunanetra dewasa juga semakin tinggi. Sebaliknya jika semakin rendah kemampuan *self-compassion* dalam diri penyandang tunanetra dewasa maka semakin rendah juga regulasi emosi pada diri penyandang tunanetra dewasa.

Kata Kunci : Regulasi Emosi, *Self-compassion*, Tunanetra dewasa

THE DEVELOPMENT OF EMOTION REGULATION IN RELATION OF SELF-COMPASSION AMONG ADULTS WITH VISUAL IMPAIRMENTS

Velycia Andsny⁽¹⁾ | Angeline Ong⁽²⁾ | Gracia Jawak⁽³⁾

Departement of Psychology

Faculty of Psychology Prima Indonesia University

ABSTRACT

This study aims to investigate the relationship between self-compassion and emotional regulation among adults with visual impairments. The hypothesis proposed is that there is a positive correlation between self-compassion and emotional regulation in this population. The participants consisted of 74 visually impaired adults from the Indonesian Blind Association (Pertuni), selected through a total sampling technique. This quantitative research utilized two primary instruments: the Self-Compassion Scale and the Emotional Regulation Scale. Data analysis was performed using IBM SPSS Statistics version 22, involving normality and linearity tests followed by the Pearson Product-Moment correlation analysis. The results indicated a correlation coefficient of $r = 0.641$ with a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). These findings demonstrate that higher levels of self-compassion are associated with better emotional regulation among visually impaired adults. Conversely, a lower capacity for self-compassion corresponds to a decrease in emotional regulation proficiency within this group.

Keywords : Emotion Regulation, Self-compassion, Adults With Visual Impairment