

## **Abstrak**

*Penelitian ini berjudul Studi Deskriptif Mengenai Self-Compassion pada Lansia di Panti Wreda. Penelitian dilakukan untuk mengetahui derajat self-compassion pada lansia di Panti Wreda, Kota Bandung.*

*Penelitian ini dilakukan kepada 24 lansia. Metode pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik Purposive Sampling. Alat ukur yang digunakan merupakan alat ukur yang dimodifikasi oleh peneliti pada tahun 2016, berdasarkan teori self-compassion dari Kristin Neff. Perhitungan validitas dan reliabilitas dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment dan Spearman Brown, di dalam program Ms.Excel.*

*Melalui perhitungan tersebut, 19 item valid dengan kisaran rentang  $r_{hitung}$  antara 0,4222 – 0,7920 dan koefisien reliabilitas 0,93, reliabilitas tergolong sangat tinggi, berdasarkan kriteria Guilford. Berdasarkan hasil pengolahan data diketahui bahwa 54,2% lansia di Panti Wreda memiliki self-compassion yang tinggi, sementara 46,8% lainnya memiliki self-compassion yang rendah.*

*Kesimpulan dari penelitian, sebagian besar lansia di Panti Wreda memiliki self-compassion yang tinggi. Saran yang diberikan peneliti kepada lansia adalah lebih banyak merespon keadaan dirinya secara seimbang, tanpa membesar-besarkan, maupun menyangkal situasi yang sedang dialami. Dikarenakan penelitian ini terbatas hanya pada kelompok lansia yang tinggal di Panti Wreda, maka, peneliti berikutnya disarankan untuk melakukan penelitian korelasional mengenai self-compassion pada lansia yang tinggal di lingkup tempat tinggal yang berbeda (misalnya yang tinggal di Panti Wreda dan yang tidak tinggal di Panti Wreda), untuk mendapatkan gambaran yang lebih menyeluruh tentang hubungan tersebut.*

## **Abstract**

*The title of this research is Descriptive Study about Self-Compassion in Older Adults at Nursing Home. The researched was conducted to determine degree of self-compassion in older adults at Nursing Home.*

*The study was directed to 24 older adults. The study is using purposive sampling technique. The measure instrument is modifying questionnaire by researcher, based on Kristin Neff's Self-Compassion Theory. The validity is tested using Pearson Product Meoment Technique and the realibility is tested using Spearman Brown Technique, in Microsoft Excel.*

*The result of validity in range 0,4222 – 0,7920 of  $r_{hitung}$  and the realibility is 0,93, which is very high on Guilford Criteria. The result of this research showed that self-compassion of 54,2% older adults in Nursing Home is high, while the other 46,8% is low. It meant most of the older adults in Nursing Home have high degree of self-compassion.*

*The advised is given to the older adults by this research based on the result is to respond their situations in balanced way, without exaggerating or denying the current situation. For this study only measure one group of older adults, further research, it's necessary to correlating 2 group of elders with different living arrangement (eg.older adults which are living with older children and living in institution).*

## DAFTAR ISI

### JUDUL

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS LAPORAN PENELITIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN PENELITIAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	8
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian .....	8
1.3.1 Maksud Penelitian .....	8
1.3.2 Tujuan Penelitian .....	8
1.4 Kegunaan Penelitian .....	9
1.4.1 Kegunaan Teoretis .....	9
1.4.2 Kegunaan Praktis .....	9
1.5 Kerangka Pikir .....	9

1.6 Asumsi .....	19
------------------	----

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 <i>Teori Self Compassion</i> .....	20
2.1.1    Pengertian <i>Self-Compassion</i> .....	20
2.1.2    Komponen <i>Self-Compassion</i> dan Keterkaitan antara Komponennya	22
2.1.3 <i>Self-Comppassion</i> terkait Motivasi dan Kesehatan .....	25
2.1.4    Keuntungan Memiliki <i>Self-Compassion</i> .....	26
2.2 Teori Mengenai Hubungan Kognitif, Emosi, dan Kesehatan .....	27
2.3 Teori Perkembangan Masa Usia lanjut .....	29
2.3.1    Pengertian dan Karakteristik Orang Lanjut Usia .....	29
2.3.2    Lansia dan Tempat Tinggal .....	30
2.3.3 <i>Non-Marital Lifestyle</i> .....	31
2.3.4    Lansia dalam Pandangan Masyarakat .....	32

## **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

3.1 Rancangan dan Prosedur Penelitian .....	33
3.2 Bagan Rancangan Penelitian .....	33
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	33
3.3.1    Variabel Penelitian .....	33
3.3.2    Definisi Operasional .....	34
3.4 Alat Ukur .....	34
3.4.1    Alat Ukur <i>Self Compassion</i> .....	35
3.4.2    Data Sosiodemografis .....	36
3.4.3    Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	36

3.4.3.1 Validitas Alat Ukur .....	36
3.4.3.2 Reliabilitas Alat Ukur .....	37
3.5 Populasi dan Teknik Penarikan Sampel .....	38
3.5.1 Populasi Sasaran .....	38
3.5.2 Karakteristik Populasi .....	38
3.5.3 Teknik Penarikan Sampel .....	38
3.6 Teknik Analisis Data .....	39
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Gambaran Responden .....	40
4.2 Hasil Penelitian .....	43
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian .....	43
<b>BAB V HASIL DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan dan Saran .....	48
5.2 Saran .....	49
5.2.1. Saran Teoritis .....	49
5.2.2. Saran Praktis .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	50
<b>DAFTAR RUJUKAN</b> .....	52
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1.5 Bagan Kerangka Pikir .....	18
Bagan 3.1 Bagan Rancangan Penelitian .....	33



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	: Indikator Alat Ukur <i>Self-Compassion</i> .....	35
Tabel 4. 1	: Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Responden .....	40
Tabel 4.2	: Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Responden .....	40
Tabel 4. 3	: Karakteristik Responden Berdasarkan Suku Bangsa .....	41
Tabel 4. 4	: Karakteristik Responden Berdasarkan Ada atau Tidak Adanya Anak .....	41
Tabel 4. 5	: Karakteristik Responden Berdasarkan Ada atau Tidak Adanya Penyakit Kronis yang Diderita .....	41
Tabel 4. 6	: Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Tinggal di Panti Wreda .....	42
Tabel 4. 7	: Karakteristik Responden Berdasarkan Alasan Tinggal di Panti Wreda .....	42
Tabel 4. 8	: Karakteristik Responden Berdasarkan Cara Kontak dengan Keluarga .....	42
Tabel 4.9	: Tabel Frekuensi <i>Self-Compassion</i> Lansia di Panti Wreda ‘X’ .....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

- LAMPIRAN I : Kuesioner *Self-Compassion*
- LAMPIRAN II : Kisi-Kisi Alat Ukur *Self-Compassion*
- LAMPIRAN III : Hasil Validitas dan Reliabilitas Try-Out Alat Ukur *Self-Compassion*
- LAMPIRAN IV : Data Hasil Pengisian Kuesioner *Self-Compassion*
- LAMPIRAN V : Tabel Korelasi *Chi-Square* antara *Self-Compassion* dengan Data  
Sosiodemografis
- LAMPIRAN VI : Formulir Pengesahan Pengambilan Data
- LAMPIRAN VII : Biodata Peneliti

