

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui derajat self-compassion pada perawat Rumah Sakit “X” Bandung. Self-compassion memfokuskan pada derajat individu mendemonstrasikan self-kindness, common humanity, dan mindfulness (Neff, 2003). Metode penelitian yang digunakan adalah studi deskriptif dengan teknik survey pada seluruh perawat Rumah Sakit “X” Bandung sebanyak 118 orang. Alat ukur Self-compassion scale dari Neff (2003), terdiri dari 26 item, dan telah divalidasi menggunakan rumus Pearson oleh Missiliana pada 726 responden dengan validitas berkisar antara 0.323-0.606 dan reabilitas alat ukur dengan Alpha Cronbach adalah 0.818. Peneliti juga menguji validitas dengan rumus Pearson pada 118 responden berkisar antara 0.335-0.665 dan reabilitas alat ukur dengan Alpha Cronbach adalah 0.858. Berdasarkan penelitian sebanyak 69,5% perawat memiliki self-compassion rendah dan 30,5% perawat memiliki self-compassion tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa perawat Rumah Sakit “X” masih menilai, menghakimi diri, mengkritik diri sendiri secara berlebihan berkaitan dengan kegagalan yang dialaminya dalam memberikan tindakan keperawatan (self-judgement). Perawat Rumah Sakit “X” berpandangan subjektif bahwa kegagalan tersebut hanya dialami oleh diri sendiri (isolation). Hal ini mengakibatkan perawat Rumah Sakit “X” berfokus pada kekurangannya yang menyebabkan terjadinya kegagalan, merasa diri lemah dan tidak berharga (overidentification). Saran peneliti adalah menambahkan data demografis sebagai data penunjang, mencari jumlah sampel yang seimbang, menambahkan pertanyaan open question mengenai orang terdekat subjek berkaitan dengan role of parents, melakukan group counseling dan couching and counseling bagi para perawat guna meningkatkan self-compassion yang dimiliki.

Kata kunci : *self-compassion, self-kindness, common humanity, mindfulness, perawat.*

Abstract

This research was conducted to determine the self-compassion degree of "X" Hospital nurses in Bandung. Self-compassion focuses on the individual demonstrating the degree of self-kindness, common humanity, and mindfulness (Neff, 2003). The method in this research is descriptive with a survey technique to all nurses from that hospital which consists of 118 people. Self-compassion scale by Neff (2003) which consist of 26 items and based on the Pearson correlation, has been validated by Missiliana through 726 respondents, and showing the validation in between 0.323-0.606, and the reliability based on Alpha Cronbach was 0.818. The researcher also tried out the validity of the Pearson formula to those 118 respondents was in between 0.335-0.665, while reliability using the Alpha Cronbach, was 0.858. Based on the results of data processing, it is known that 69.5% respondents have low self-compassion degree, while the rest 30.5%, showing high self-compassion degree. This suggests that nurses Hospital "X" still judging yourself, excessive self-criticism related to the failure experienced in providing nursing actions (self-judgement). They have subjective view that failure is only experienced by yourself (isolation). This resulted in nurses Hospital "X" focusing on the shortcomings that caused the failure, feels himself weak and worthless (overidentification). The concerned researcher suggests to add demographic data as supporting data, looking for a balanced number of samples, adding open question relates about the closest person with subject of the role of parents, do group counseling and coaching and counseling for nurses to increase their self-compassion.

Keywords : *self-compassion, self-kindness, common humanity, mindfulness, nurse.*

DAFTAR ISI

Lembar Judul	
Lembar Pengesahan	
Lembar Pernyataan Orisinalitas Laporan Penelitian	
Lembar Pernyataan Publikasi Laporan Penelitian	
Kata Pengantar	i
Daftar Isi.....	iii
Daftar Bagan	vi
Daftar Tabel	vii
Daftar Lampiran.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	12
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	12
1.3.1 Maksud Penelitian.....	12
1.3.2 Tujuan Penelitian	12
1.4 Kegunaan Penelitian	12
1.4.1 Kegunaan Teoritis	12
1.4.2 Kegunaan Praktis	13
1.5 Kerangka Pemikiran	13
1.6 Asumsi	27
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Pengertian <i>Compassion</i>	29
2.2 Komponen <i>Compassion</i>	29
2.2.1 <i>Kindness</i>	29
2.2.2 <i>Common humanity</i>	29
2.2.3 <i>Mindfulness</i>	30
2.3 Pengertian <i>Self compassion</i>	30
2.4 Komponen <i>Self compassion</i>	31
2.4.1 <i>Self kindness</i>	31

2.4.2	<i>Common Humanity</i>	32
2.4.3	<i>Mindfulness</i>	32
2.5	Faktor-Faktor yang Dapat Mempengaruhi <i>Self Compassion</i>	33
2.5.1	Faktor Internal	33
2.5.1.1	<i>Personality</i>	33
2.5.1.2	Jenis Kelamin	36
2.5.2	Faktor Eksternal	37
2.5.2.1	<i>The Role of Parents</i>	37
2.5.2.2	<i>The role of culture</i>	40
2.6	Dampak dari <i>Self compassion</i>	41
2.6.1	<i>Emotion resilience</i>	42
2.6.2	<i>Opting out of the self-esteem game</i>	42
2.6.3	<i>Motivation and personal growth</i>	43
2.7	Keperawatan	44
2.7.1	Definisi Perawat	44
2.7.2	Fungsi Perawat	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		
3.1	Rancangan dan Prosedur Penelitian.....	48
3.2	Bagan Rancangan Penelitian	48
3.3	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	49
3.3.1	Variabel Penelitian	49
3.3.2	Definisi Konseptual.....	49
3.3.3	Definisi Operasional.....	49
3.4	Alat Ukur.....	50
3.4.1	Kuesioner <i>Self compassion</i>	51
3.4.1.1	Kisi-kisi Alat Ukur <i>Self compassion</i>	51
3.4.1.2	Prosedur Pengisian Alat Ukur	52
3.4.1.3	Sistem Penilaian Alat Ukur	52
3.4.2	Data Pribadi dan Data Penunjang.....	53
3.4.3	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	53
3.4.3.1	Validitas Alat Ukur.....	53

3.4.3.2 Reliabilitas Alat Ukur	54
3.5 Populasi dan Teknik Penarikan Sampel	55
3.5.1 Populasi Sasaran	55
3.5.2 Karakteristik Populasi	55
3.6 Teknik Analisis Data	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Gambaran Subjek Penelitian	57
4.1.1 Jenis Keamin	57
4.1.2 Unit Pelayanan	57
4.2 Hasil Penelitian	58
4.2.1 Gambaran <i>Self-compassion</i>	58
4.3 Pembahasan	59
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	75
5.2 Saran	76
5.2.1 Saran Teoritis	76
5.2.2 Saran Praktis	76
DAFTAR PUSTAKA	ix
DAFTAR RUJUKAN	xii
LAMPIRAN	

DAFTAR BAGAN

1.1 Bagan Kerangka Pemikiran.....	27
3.1 Bagan Rancangan Penelitian.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Alat Ukur <i>Self compassion</i>	51
Tabel 3.2 Sistem Penilaian setiap komponen <i>Self compassion</i>	52
Tabel 3.3 Hasil uji validitas <i>self compassion</i>	54
Tabel 4.1 Gambaran Subjek Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin	57
Tabel 4.2 Gambaran Subjek Penelitian berdasarkan Unit Pelayanan.	57
Tabel 4.3 <i>Profile Self-compassion</i> pada Subjek Penelitian	58
Tabel 4.4 Gambaran <i>Self-compassion</i> Subjek Penelitian	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Kisi-kisi Alat Ukur <i>Self compassion</i>
Lampiran 2	: Surat Persetujuan
Lampiran 3	: Kuesioner <i>Self compassion</i> , data penunjang, survey awal
Lampiran 4	: Validitas dan Reabilitas alat ukur
Lampiran 5	: Data mentah
Lampiran 6	: Hasil frekuensi dan tabulasi silang <i>self-compassion</i>
Lampiran 7	: Biodata Peneliti