

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN RESILIENSI PADA PERAWAT RUMAH SAKIT X

SKRIPSI



OLEH:

Christine Natalya

NRP: 7103016124

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2019**

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN RESILIENSI PADA PERAWAT RUMAH SAKIT X

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:

Christine Natalya
NRP: 7103016124

Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2019

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Christine Natalya

NRP : 7103016124

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN RESILIENSI PADA PERAWAT RUMAH SAKIT X

Benar-benar merupakan karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi saya tersebut merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 30 September 2019

Yang membuat pernyataan,



Christine Natalya

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN RESILIENSI PADA
PERAWAT RUMAH SAKIT X

Oleh:

Christine Natalya

NRP 7103016124

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing: Agnes Maria Sumargi, Grad. Dip. Ed., M. Psych., Ph.D. ()

Surabaya, 30 September 2019

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH**

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Christine Natalya

NRP : 7103016124

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN RESILIENSI
PADA PERAWAT RUMAH SAKIT X**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 8 November 2019



HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 10 Oktober 2019



(Florentina Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)

Dewan Penguji :

Ketua : Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog 

Sekretaris : Francisca Dessi Christanti, M.Si. 

Anggota : Desak Nyoman Arista R.D., M.Psi., Psikolog 

Anggota : Agnes Maria Sumargi, M. Psych., Ph.D. 

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Allah Bapa, Tuhan, dan Rajaku,

Tuhan Yesus Kristus

Kedua orang tua saya yang tercinta,

Samidar Sagala, SH dan Endang Silalahi, A.Md. Farm.

Serta kakak dan adik kesayangan saya,

Inriaty Lestari Handayani Sagala, S.Ikom

dan

Sagala, Agustinus Leonard

HALAMAN MOTTO

“Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau, janganlah bimbang, sebab Aku ini Allahmu; Aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong engkau; Aku akan memegang engkau dengan tangan kanan-Ku yang membawa kemenangan.”

-Yesaya 41:10-

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih karunia dan kebaikanNya yang telah menyertai peneliti selama menjalani proses pembuatan skripsi dari awal hingga akhir penelitian ini sebagai tugas akhir dengan judul “Hubungan antara *Self Compassion* dengan Resiliensi Pada Perawat Rumah Sakit X”. Peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik karena dukungan, semangat serta peran dari berbagai pihak dan orang-orang yang dekat dengan peneliti, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak terutama kepada :

1. **Tuhan Yesus Kristus**, terima kasih atas kesehatan, perlindungan, hikmat dan kemurahan bagi peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. **Keluarga peneliti, Papa, Mama, Kakak dan Adik** terimakasih karena selalu memberikan doa, kasih sayang, perhatian dan dukungannya yang tiada henti kepada peneliti dari awal pendidikan sampai proses pembuatan skripsi ini hingga selesai.
3. **Ibu Agnes Maria Sumargi, Grad. Dip. Ed., M. Psych., Ph.D.** sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan saran, perhatian, motivasi, masukan, pendampingan dan telah menjadi tempat bertukar pikiran bagi peneliti selama ini.
4. **Ibu F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog** selaku Dekan Fakultas Psikologi yang telah memberikan banyak sekali pembelajaran dan ilmu selama peneliti berkuliah di Fakultas Psikologi UKWMS.

5. **Bapak Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog** selaku pembimbing akademik dan dosen penguji peneliti. Terima kasih karena telah memantau perkembangan akademik, memberi informasi serta dukungan dalam proses studi dan menjadi tempat bertukar pikiran bagi peneliti selama ini.
6. **Ibu Desak Nyoman Arista Retno Dewi, M.Psi., Psikolog** selaku dosen penguji yang membimbing peneliti dalam proses penyempurnaan skripsi. Terimakasih atas segala kerjasama, masukan dan dukungan dalam penelitian ini, sehingga dapat berjalan dengan baik.
7. **Rumah Sakit X dan semua partisipan** yang terlibat, terimakasih atas waktu yang telah diberikan, kerjasama, partisipasi dan dukungannya dalam penelitian ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. **Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**, terima kasih karena sudah memberikan pengalaman pembelajaran yang terbaik selama peneliti berkuliah.
9. **Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi, Bu Lilies, Bu Eva, Pak Anang** yang telah membantu peneliti dalam mengurus administrasi dan keperluan lainnya selama peneliti berkuliah.
10. **Sahabat-sahabat baik peneliti, Umniyatul Khairunnisa dan Muhammad Yudhistira Ramadan** yang selalu memberi dukungan terhadap peneliti, menjadi sahabat dan saudara yang selalu hadir ketika peneliti membutuhkan.
11. **Teman seperjuangan peneliti untuk Regina Syafitri, Marylin Andina, Rey Kakisina, Agnes Maria, Valentine**

Gandawijaya, Monica Yuliasari, Dani, Stevanus, Bangkit, Ronal dan seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2016 yang telah menemani peneliti kuliah selama kurang lebih 3,5 tahun di Fakultas Psikologi ini semoga kita selalu diberikan yang terbaik dan kesuksesan selalu menyertai kita semua.

12. **Semua pihak yang terlibat**, terimakasih telah membantu dan memberikan dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
13. ***For myself***, *thankyou for being you, thankyou for not giving up easily and always loving your own self.*

DAFTAR ISI

Halaman Judul Luar	i
Halaman Judul Dalam	ii
Surat Pernyataan	iii
Halaman Persetujuan	iv
Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	v
Halaman Pengesahan	vi
Halaman Persembahan.....	vii
Halaman Motto	viii
Ungakapan Terimakasih	ix
Daftar Isi	xii
Daftar Tabel	xv
Daftar Lampiran	xvi
Abstraksi	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Batasan Masalah	14
1.3. Rumusan Masalah	15
1.4. Tujuan Penelitian	15
1.5. Manfaat Penelitian	15
1.5.1. Manfaat teoritis	15
1.5.2. Manfaat praktis	15

BAB II LANDASAN TEORI.....	17
2.1. Resiliensi	17
2.1.2. Aspek-aspek resiliensi	17
2.1.3. Faktor-faktor resiliensi	19
2.2. <i>Self compassion</i>	21
2.2.1. Pengertian <i>self compassion</i>	21
2.2.2. Aspek-aspek <i>self compassion</i>	23
2.2.3. Faktor-faktor <i>self compassion</i>	26
2.3. Perawat	29
2.4. Keterkaitan antara resiliensi dengan <i>self compassion</i>	31
2.5. Hipotesis	33
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1. Identifikasi variabel penelitian	34
3.2. Definisi operasional	34
3.2.1. Resiliensi	34
3.2.2. <i>Self compassion</i>	34
3.3 Populasi dan teknik pengambilan data	35
3.4. Metode pengumpulan data	35
3.4.1. Skala resiliensi	35
3.4.2 Skala <i>self compassion</i>	37
3.5. Validitas dan reliabilitas alat ukur	39
3.5.1. Validitas	39
3.5.2. Reliabilitas	40
3.6. Teknik analisis data	41

3.7. Etika penelitian	42
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	43
4.1. Orientasi Kancah Penelitian	43
4.2. Persiapan pengambilan data	44
4.2.1. Permohonan dan pengurusan izin penelitian	44
4.2.2. Persiapan alat ukur	45
4.2.3. Penggandaan alat ukur	47
4.3. Pelaksanaan penelitian	47
4.4. Hasil Penelitian	50
4.4.1. Uji Validitas	50
4.4.2. Uji Reliabilitas	51
4.4.3. Deskripsi Identitas subjek	51
4.4.4. Deskripsi data variabel penelitian	53
4.4.5. Tabulasi Silang <i>self compassion</i> dengan resiliensi perawat ..	56
4.5. Uji Asumsi	58
4.5.1. Uji Normalitas	58
4.5.2. Uji Linearitas	58
4.5.3. Uji Hipotesis	58
BAB V PENUTUP	60
5.1. Bahasan	60
5.2. Simpulan	66
5.3. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	74

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. <i>Blueprint</i> dari skala CD-RISC	36
Tabel 3.2. <i>Blueprint</i> skala <i>self compassion scale</i>	38
Tabel 4.1. <i>Review</i> aitem.....	46
Tabel 4.2. Waktu pelaksanaan penelitian	47
Tabel 4.3. Distribusi subjek penelitian berdasarkan usia.....	51
Tabel 4.4. Distribusi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin	52
Tabel 4.5. Distribusi subjek penelitian berdasarkan lama bekerja	53
Tabel 4.6. Kategorisasi variabel resiliensi pada perawat	55
Tabel 4.7. Kategorisasi variabel <i>self compassion</i>	56
Tabel 4.8. Tabulasi silang antara <i>self compassion</i> dengan resiliensi	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A <i>Coding</i> skala resiliensi pada perawat	74
Lampiran B <i>Coding</i> skala <i>self compassion</i> pada perawat	77
Lampiran C Validitas dan reliabilitas skala resiliensi.....	80
Lampiran D Validitas dan reliabilitas skala <i>self compassion</i>	82
Lampiran E Uji normalitas dan linearitas	84
Lampiran F Analisa korelasi	86
Lampiran G Bukti perijinan peminjaman skala	87

Christine Natalya (2019). “Hubungan antara *Self Compassion* dengan Resiliensi Pada Perawat Rumah Sakit X”. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Perawat pada rumah sakit X memiliki tantangan dan permasalahan dalam pekerjaannya seperti pasien dan keluarga pasien yang terlalu menuntut, kecemasan terkena penyakit menular, masalah keluarga maupun masalah dengan sesama tim medis. Hal ini membuat mereka rentan mengalami stres. Dalam kondisi tersebut, perawat memerlukan resiliensi tinggi agar stres yang dialami dapat diatasi dan tidak berdampak pada pekerjaannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *self compassion* dengan resiliensi pada perawat rumah sakit X. Partisipan penelitian ini adalah perawat pada bangsal penyakit menular, dewasa dan ruang ICU di rumah sakit X kota Bontang, Kalimantan Timur. Penelitian ini menggunakan *total population study*. Pengumpulan data dilakukan dengan skala *self compassion* (*Self Compassion Scale*) dan skala resiliensi (*Connor-Davidson Resilience Scale*). Data yang dianalisis dengan menggunakan korelasi non-parametrik Kendall's Tau_b. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang signifikan antara *self compassion* dengan resiliensi, $r = 0,194$ dan $p = 0,026$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa *self compassion* memiliki hubungan positif dengan resiliensi pada perawat. Semakin tinggi *self compassion*, semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki dan sebaliknya semakin rendah *self compassion*, semakin rendah resiliensi yang dimiliki. Keterbatasan pada penelitian ini adalah penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan karena tidak ada perwakilan partisipan dari rumah sakit lain.

Kata kunci: *self compassion*, resiliensi, perawat.

Christine Natalya (2019) *“Relationship between Self Compassion and Resilience on Hospital Nurse X.” Undergraduate Thesis.* Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University Surabaya.

ABSTRACT

Nurses at Hospital X have challenges and problems in their work such as patients and families of patients who are too demanding, anxiety due to infectious diseases, family problems and problems with fellow medical teams. This makes them vulnerable to stress. In these conditions, nurses need high resilience so that stress experienced can be overcome and does not have an impact on their work. The purpose of this study was to look at the relationship between self compassion and resilience in hospital nurses X. Participants in this study were nurses in infectious disease wards, adults and ICU rooms in hospital X in Bontang city, East Kalimantan. This study uses a total population study. Data collection is done by self-compassion scale (Self Compassion Scale) and resilience scale (Connor-Davidson Resilience Scale). Data were analyzed using Kendall's Tau_b non-parametric correlation. The results showed a significant correlation between self compassion and resilience, $r = 0.194$ and $p = 0.026$ ($p < 0.05$). This shows that self compassion has a positive relationship with resilience in nurses. The higher the self compassion, the higher the resilience that is owned and conversely the lower the self compassion, the lower the resilience that is owned. A limitation of this study is that this study cannot be generalized because there were no participant representatives from other hospitals.

Key word: self compassion, resilience, nurse.