

**DINAMIKA *SELF COMPASSION* PADA AYAH YANG
MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DAN
MENGIKUTI KOMUNITAS *PARENT SUPPORT GROUP*
(P3A) *KELUARGA COMPASSION***

SKRIPSI



OLEH:

Taka Arvanta Paramartha
NRP 7103018025

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2021**

**DINAMIKA *SELF COMPASSION* PADA AYAH YANG
MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DAN
MENGIKUTI KOMUNITAS *PARENT SUPPORT GROUP*
(P3A) *KELUARGA COMPASSION***

SKRIPSI

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



OLEH:
Taka Arvanta Paramartha
NRP 7103018025

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
2021**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Taka Arvanta Paramartha

NRP : 7103018025

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul:

**DINAMIKA *SELF COMPASSION* PADA AYAH YANG
MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DAN
MENGIKUTI KOMUNITAS *PARENT SUPPORT GROUP*
(P3A) *KELUARGA COMPASSION***

Benar-benar merupakan karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak maupun, Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 2 Desember 2021

Yang membuat pernyataan,



Taka Arvanta Paramartha

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

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

Nama : Taka Arvanta Paramartha

NRP : 7103018025

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

DINAMIKA SELF COMPASSION PADA AYAH YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DAN MENGIKUTI KOMUNITAS PARENT SUPPORT GROUP (P3A) KELUARGA COMPASSION

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

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 2 Desember 2021
Yang membuat pernyataan



Taka Arvanta P.

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

DINAMIKA *SELF COMPASSION* PADA AYAH YANG
MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DAN
MENGIKUTI KOMUNITAS *PARENT SUPPORT GROUP (P3A)*
KELUARGA COMPASSION

Oleh :

Taka Arvanta P

NRP. 7103018025

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

Pembimbing Utama : Made D. Rama A., M.Psi., Psikolog.

NIDN: 0724128705

Email: made_dharmawan@ukwms.ac.id

()

Pembimbing Kedua : Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog

NIDN: 0703109401

Email: happycahaya@ukwms.ac.id

()

Surabaya, 2 Desember 2021

HALAMAN PENGESAHAN

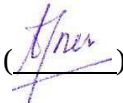
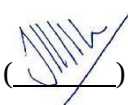
Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
memperoleh derajat Sarjana Psikologi
Pada tanggal 29 November 2021

Mengesahkan
Fakultas Psikologi,
Dekan,



(Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog)

Dewan Penguji :

1. Ketua: Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog ()
2. Sekretaris: Detricia Tedjawijaja, M.Psi., Psikolog ()
3. Anggota: Dr. F. Dessi Christanti, M.Si. ()
4. Anggota: Made D. Rama A., M.Psi., Psikolog
NIDN: 0724128705 ()
5. Anggota: Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog ()
NIDN: 0703109401

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk :

**KEMULIAAN TUHAN YESUS KRISTUS
KELUARGA**

Dan

**BAGI KOMUNITAS YANG INGIN MEMBANTU
MASYARAKAT DALAM PEMENUHAN *SELF COMPASSION***

HALAMAN MOTTO

“Janganlah melihat segala hal dari pencapaian orang lain, tapi lihatlah bagaimana kamu telah mencapai tiap perjalananmu dan bersyukurlah dengan perjalanan di tiap hidupmu”

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan bimbingan-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul *Dinamika Self Compassion Pada Ayah Yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus dan Mengikuti Komunitas Parent Support Group (P3A) Keluarga Compassion*. Pada kesempatan ini pula peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak terkait yang sudah memberikan dukungan, semangat, doa, dan segala bantuan, kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini. Untuk itu, peneliti ingin memberikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Agnes M. S., Grad.Dip.Ed., M.Psych., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya serta sebagai dosen penguji yang telah mendampingi peneliti dari proposal skripsi hingga skripsi berlangsung dengan memberikan saran-saran guna menyempurnakan penelitian ini.
2. Orang tua dan kakak peneliti (Partiwi Pranadi & Novia Agatha P) yang selalu mendoakan, memberikan semangat serta selalu memotivasi peneliti untuk menyelesaikan penelitian skripsi ini serta membantu peneliti untuk memudahkan peneliti dalam mencari informan.
3. Bapak Made D. Rama A., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi 1 yang sudah berkenan menyediakan banyak waktu, pikiran, dan tenaga untuk membimbing, mendampingi, memberikan motivasi, dan memeriksa skripsi peneliti hingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.
4. Bapak Happy Cahaya Mulya, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi 2 yang sudah bersedia meluangkan waktu, tenaga dalam memberikan bimbingan serta ikut memotivasi peneliti dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini tepat pada waktunya.
5. Ibu Dr. F. Dessi Christanti, M.Si selaku dosen penguji yang bersedia memberikan saran-saran dan perbaikan untuk menyempurnakan penelitian ini.

6. Pengurus Keluarga *Compassion* (Ibu Wika), selaku pengurus dari komunitas Keluarga *Compassion* yang telah memperbolehkan peneliti untuk mengambil data serta memperkenalkan peneliti dengan beberapa informan guna pengambilan data untuk penelitian skripsi ini.
7. Seluruh Informan (PG,PB,PA) yang telah bersedia untuk memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menjadikan ketiga pengalaman informan sebagai data penelitian. Pengucapan terima kasih pula atas penerimaan dan penyambutan peneliti yang luar biasa dari ketiga informan sehingga wawancara berjalan seru dan lancar.
8. Amanda Amenuella R. yang selalu bersedia untuk memberikan dukungan yang luar biasa bagi peneliti, selalu menemani peneliti dalam menyelesaikan pengerjaan skripsi. sehingga peneliti tidak merasakan beban yang terlalu berat dalam mengerjakan skripsi ini.
9. Grup Anjay Mabar terima kasih banyak untuk semua dukungan dan motivasinya yang selalu menemani dalam suka maupun duka, sudah menjalin tali kekeluargaan yang terjalin sejak semester awal lalu. Semoga persahabatan ini tidak putus sampai akhir hayat.
10. Grup Broken terima kasih banyak untuk semua dukungan dan motivasinya yang selalu menemani dalam suka maupun duka, sudah menjalin tali kekeluargaan yang terjalin sejak semester awal lalu. Semoga persahabatan ini tidak putus sampai akhir hayat.
11. BPM Fakultas Psikologi periode 2020/2021 terima kasih telah memberikan semangat dalam menyelesaikan penelitian ini, dan telah berproses selama 1 tahun periode untuk melayani sesama dalam periode ini.
12. BPM Fakultas Psikologi periode 2021/2022 terima kasih telah memberikan semangat dalam menyelesaikan penelitian ini, dan telah berproses selama 1 tahun periode untuk melayani sesama dalam periode ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN	
PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Fokus Penelitian	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Kajian literatur Seputar Fenomena Ayah yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus	9
2.2 Kajian Literatur Seputar Komunitas <i>Parent Support Group</i> P3A Keluarga <i>Compassion</i>	10
2.3 Kajian Literatur Seputar <i>Self Compassion</i>	11
2.4 Kajian Literatur Seputar Dinamika <i>Self Compassion</i> pada Ayah yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus dan Mengikuti Komunitas <i>Parent Support Group</i> P3A Keluarga <i>Compassion</i>	14

BAB III METODE PENELITIAN	16
3.1 Pendekatan Dalam Penelitian	16
3.2 Informan Penelitian	16
3.2.1 Karakteristik Informan Penelitian.....	16
3.2.2 Cara Mendapatkan Informan	17
3.3 Metode Pengambilan Data	17
3.4 Teknik Analisis Data	18
3.5 Validitas Penelitian	19
3.6 Etika Penelitian	20
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	21
4.1 Persiapan Penelitian	21
4.1.1 Persiapan penelitian	21
4.1.2 Perizinan Penelitian	21
4.2 Proses Pengambilan Data	22
4.2.1 <i>Setting</i> dan <i>Timing</i> Penelitian	22
4.2.2 Kronologi dan Kegiatan Penelitian.....	22
4.3 Hasil Penelitian	28
4.3.1 Pengolahan Data Informan PG	28
4.3.2 Pengolahan Data Informan PA	57
4.3.3 Pengolahan data informan PB.....	81
4.4 Titik Temu Ketiga Informan.....	112
4.5 Titik Beda Ketiga Informan	115
4.6 Validitas Penelitian	116
BAB V PENUTUP	118
5.1 Pembahasan Hasil Penelitian	118
5.2 Refleksi	121
5.3 Kesimpulan	122
5.4 Saran.....	123
DAFTAR PUSTAKA.....	125
LAMPIRAN	129

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Jadwal Wawancara informan PG.....	22
Tabel 4.2 Jadwal Wawancara Informan PA	25
Tabel 4.3 Jadwal Wawancara Informan PB.....	27
Tabel 4.4 Tabel Kategorisasi Informan PG	30
Tabel 4.5 Tabel Kategorisasi Informan PA	58
Tabel 4.6 Tabel Kategorisasi Informan PB	83

DAFTAR BAGAN

Bagan 4.1 Data Informan PG	54
Bagan 4.2 Data Informan PA	79
Bagan 4.3 Data Informan PB.....	105
Bagan 4.4 Bagan Umum Hasil Pengolahan Ketiga Informan	108
Bagan 4.5 Bagan Titik Temu Ketiga Informan	111
Bagan 4.6 Bagan Titik Beda Ketiga Informan	114

Taka Arvanta Paramartha (2021). “Dinamika *Self Compassion* Pada Ayah Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus dan Mengikuti Komunitas Parent Support Group P3A Keluarga *Compassion*”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Self compassion merupakan bagaimana sikap seseorang merespon suatu peristiwa menyakitkan atau menyedihkan dalam hidupnya dengan menekankan rasa pemahaman terhadap diri sendiri. Seorang ayah yang memiliki anak berkebutuhan khusus perlu memiliki adanya *self compassion*, hal ini untuk mengatasi berbagai tantangan-tantangan yang nantinya akan dihadapi oleh ayah dalam menerima maupun merawat anak berkebutuhan khusus. *Self compassion* sendiri dapat didapat melalui salah satunya komunitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana dinamika *self compassion* pada ayah yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan mengikuti komunitas *Parent Support Group P3A Keluarga Compassion*. Dengan metode penelitian kualitatif, peneliti melakukan wawancara kepada tiga informan yang merupakan seorang ayah yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan sedang mengikuti komunitas *Parent Support Group P3A Keluarga Compassion*. Melalui pendekatan studi kasus, terdapat hasil bahwa ketiga informan mengalami masa-masa yang sulit dalam menerima peristiwa tentang anak mereka yang memiliki kekurangan. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi ketiga informan dalam penerimaan mereka terhadap anak seperti faktor dukungan sosial, agama, dan lain-lain. Dalam prosesnya, ketiga informan yang mengikuti komunitas *Keluarga Compassion* mengalami kemudahan dalam membantu perkembangan *self compassion* dalam diri mereka. Selain mendapatkan kemudahan, informan juga mengalami penguatan dalam *self compassion* yang dimana informan menjadi lebih konsisten semenjak awalnya *self compassion* tersebut muncul. *Keluarga Compassion* memberikan beberapa kegiatan yang dapat membantu berkembangnya *self compassion* yaitu: 1) *retret*, 2) meditasi baik *offline* maupun *online*, 3) pemberian ajaran seputar ilmu kehidupan.

Kata kunci: *self compassion*, ayah, komunitas *Keluarga Compassion*

Taka Arvanta Paramartha (2021). *“The Dynamics of Self Compassion of Fathers Who Have Children With Special Needs And Join The Parent Support Group P3A Compassionate Family Community” Undergraduate Thesis*. Faculty of Psychology, Widya Mandala Surabaya Catholic University

ABSTRACT

Self-compassion is how someone behavior responds to painful or sad moment in life by emphasizing on self-understanding. A father who has kid with special needs need to have self-compassion, this behavior is for overcome some obstacles that will happen when fathers have to accept or take care his special needs child. Self-compassion can be obtained by join a community. The purpose of this study is to see how the dynamics of self-compassion in father who has kid with special needs and joining a community called as Parent Support Group P3A Keluarga Compassion. With qualitative research methods, researchers conducted interviews with three informants who are fathers whose has kid with special needs and are currently joining in the Parent Support Group P3A Keluarga Compassion. Through a case study approach, the results is that three informants have a difficult time to accept about their children who has a special needs. There are many factors that influence the three informants in their acceptance of children such as social support factors, religion, and others. In their journey along with Keluarga Compassion's community, they figured out easier how to develop more their self-compassion. Not only get the convenience, the informants also feel strengthened in self-compassion which the informant became more consistent since the time they figure out their the self-compassion. Keluarga Compassion's community give some activities that can help them to develop their self-compassion, such as: 1) retreats, 2) meditation both offline and online, 3) giving lessons about life.

Keywords: self-compassion, fathers, community of compassionate family.