

**HUBUNGAN ANTARA *SUFFERING* DAN *SELF
COMPASSION* PADA ORANG DEWASA YANG
MEMILIKI SAKIT DENGAN RIWAYAT
MEROKOK DI BEKASI**

SKRIPSI

**Oleh:
Anifah
201510515024**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan antara *Suffering* dan *Self
Compassion* pada Orang Dewasa yang
Memiliki Sakit dengan Riwayat Merokok
di Bekasi

Nama Mahasiswa : Anifah

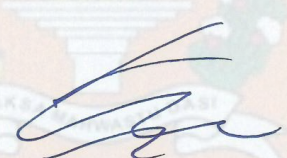
Nomor Pokok Mahasiswa : 201510515024

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 29 Juli 2019

Bekasi, 9 Agustus 2019

MENYETUJUI,
Pembimbing



Erik Saut H. Hutahaean., S.Psi., M.Si

NIP: 1504235

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan antara *Suffering* dan *Self Compassion* pada Orang Dewasa yang Memiliki Sakit dengan Riwayat Merokok di Bekasi
Nama Mahasiswa : Anifah
Nomor Pokok Mahasiswa : 201510515024
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 29 Juli 2019

Bekasi, 09 Agustus 2019
MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Netty Merdiaty, MM.
NIP: 1906423
Penguji I : Timorora Sandha P., S.Psi., M.Si
NIP: 051508031
Penguji II : Erik Saut H. Hutahaean., S.Psi., M.Si
NIP: 1504235

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi
Psikologi

Dekan
a/n Dekan Fakultas Psikologi
Wakil Dekan I

Yunique Balsa R., M.Psi., Psikolog
NIP: 1801316

Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog
NIP: 1801312

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan antara *Suffering* dan *Self Compassion* pada Orang Dewasa yang Memiliki Sakit dengan Riwayat Merokok ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung unsur materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di foto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 28 Juli 2019

Yang membuat pernyataan



Anifah

NPM: 201510515024

ABSTRAK

Anifah.201510515024. Hubungan antara *Suffering* dan *Self Compassion* pada Orang Dewasa yang Memiliki Sakit dengan Riwayat Merokok di Bekasi.

Abstrak. Dengan berbagai dampak negatif yang timbul, angka perokok aktif di Indonesia yang kian meningkat tentu menimbulkan keresahan, fakta dilapangan menunjukkan bahwa pada umumnya perokok baru akan memiliki kepedulian terhadap diri sendiri (*Self Compassion*) ketika mereka telah mengalami sakit (*Suffering*). Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan adanya hubungan antara *Suffering* dan *Self Compassion* pada orang dewasa yang memiliki sakit dengan riwayat merokok di Bekasi. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 60 orang laki-laki dan 10 orang wanita, semua subjek memiliki sakit dengan riwayat merokok. Penelitian ini menggunakan 2 buah alat ukur, yakni Skala *Suffering* dan skala *Self Compassion*, sebelum diberikan kepada subjek, kedua skala tersebut telah diuji menggunakan Koefisien Validitas Isi Aikens's V serta diukur daya bedanya menggunakan *Corrected Item-Total Correlation* serta diuji pula reliabilitasnya menggunakan reliabilitas Alpha *Cronbach*. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik uji korelasi untuk melihat ada atau tidaknya hubungan di antara kedua variabel, serta uji regresi untuk melihat seberapa besar pengaruh kekuatannya. Hasilnya terdapat hubungan yang signifikan antara *suffering* dan *self compassion* $p < 0,05$ dengan nilai koefisien sebesar -0,536, artinya bahwa *suffering* dan *self compassion* memiliki hubungan yang negatif. Hasil uji regresi menunjukkan konstanta sebesar -0,533. Artinya penting bagi orang-orang yang mengalami *suffering* untuk meningkatkan *self compassion*, serta untuk penelitian selanjutnya buatlah alat ukur serta sistem yang lebih efisien.

Kata Kunci : *Suffering*, *Self Compassion*, Merokok

ABSTRACT

With the various negative impacts that exist, the increasing number of active smokers in Indonesia causes restlessness, in the field it shows that smokers generally will have Self Compassion when they have suffered. This study aims to prove the relationship between Suffering and Self Compassion in adults who have a disease with a history of smoking in Bekasi. The subjects in this study consisted of 60 men and 10 women, all subjects had a disease with a history of smoking. This study uses 2 measuring instruments, the Suffering Scale and the Self Compassion scale, before being given to the subject, the two scales have been tested using the Aikens' V Content Validity Coefficient and using Corrected Item-Total Correlation and reliability tested using Cronbach Alpha reliability. The analysis technique used in this study is a correlation test technique to see whether or not there is a relationship between the two variables, as well as a regression test to see how much influence the strength has. The result is a significant relationship between suffering and self-compassion $p < 0.05$ with a coefficient of -0.536, meaning that suffering and self-compassion have a negative relationship. The regression test results show a constant of -0.533. This means that it is important for people who are suffering to improve self compassion, and for further research make measuring devices and systems more efficient.

Keywords: Suffering, Self Compassion, Smoking

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	01
1. 1 Latar Belakang Penelitian	01
1. 2 Pertanyaan Penelitian	10
1. 3 Tujuan Penelitian	10
1. 4 Manfaat Penelitian	10
1. 4. 1 Manfaat Praktis	10
1. 4. 2 Manfaat Teoritis	10
1. 5 Uraian Kebaruan Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
2. 1 <i>Self Compassion</i>	14
2. 1. 1 Definisi <i>Self Compassion</i>	14
2. 1. 2 Komponen <i>Self Compassion</i>	15
2. 1. 3 Antecedent <i>self-compassion</i>	16
2. 1. 4 <i>Self-compassion</i> dan Kepribadian	17
2. 1. 5 <i>Self-Compassion</i> dan Jenis Kelamin	17
2. 1. 6 <i>Self-Compassion</i> dan Usia	17
2. 1. 7 <i>Self Compassion</i> dan Pola Asuh Keluarga	18
2. 2 <i>Suffering</i>	18
2. 2. 1 Definisi <i>Suffering</i>	18
2. 2. 2 Dimensi <i>Suffering</i>	19
2. 2. 3 Jenis <i>Suffering</i>	20
2. 3 Merokok	21
2. 3. 1 Jenis Perokok	21

2. 3. 2 Jenis Rokok	21
2. 3. 3 Bahan Berbahaya di dalam Rokok	23
2. 3. 4 Penyakit Akibat Merokok	24
2. 3. 5 Merokok dan Pendidikan	27
2. 4 Hubungan antar <i>Suffering</i> dan <i>Self Compassion</i>	27
2. 5 Kerangka Berpikir	29
2. 6 Hipotesis Penelitian	30
2. 6. 1 Hipotesis Alternatif	30
2. 6. 2 Hipotesis Nihil	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
3. 1 Tipe Penelitian	31
3. 2 Identifikasi Variabel Penelitian	31
3. 2. 1 Variabel bebas	31
3. 2. 2 Variabel Terikat	31
3. 3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	32
3. 3. 1 Definisi Operasional <i>Suffering</i>	32
3. 3. 2 Definisi Operasional <i>Self Compassion</i>	32
3. 4 Populasi dan Sampel Penelitian	32
3. 4. 1 Populasi	32
3. 4. 2 Sampel	33
3. 5 Teknik Pengumpulan Data	33
3. 5. 1 Instrumen Penelitian	33
3. 5. 1. 1 Skala <i>Self Compassion</i>	34
3. 5. 1. 2 Skala <i>Suffering</i>	35
3. 5. 2 Validitas dan Reliabilitas	37
3. 5. 2. 1 Validitas	37
A. Validitas Isi Aiken's V	37
B. Validitas <i>Corrected Item</i>	38
3. 5. 2. 2 Reliabilitas	39
3. 6 Hasil Uji Coba	39
3. 6. 1 Uji Validitas	39
3. 6. 1. 1 Uji Validitas Isi Aiken's V	39
3. 6. 1. 2 Uji Validitas <i>Corrected Item</i>	42
3. 6. 2 Uji Reliabilitas	45

3. 7 Analisis Data.....	46
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
4. 1 Gambaran Ruang Lingkup Penelitian.....	48
4. 1. 1 Gambaran Lokasi Penelitian	48
4. 1. 2 Subjek Penelitian	48
4. 2 Pelaksanaan Penelitian	50
4. 2. 1 Persiapan Penelitian	50
4. 2. 2 Pelaksanaan Penelitian	51
4. 3 Hasil Penelitian	51
4. 3. 1 Uji Asumsi	51
4. 3. 2 Kategorisasi Subjek	52
A. Kategorisasi <i>Suffering</i>	52
B. Kategorisasi <i>Self Compassion</i>	54
4. 3. 3 Uji Hipotesis	56
A. Uji Korelasi	56
B. Uji Regresi.....	57
4. 4 Pembahasan.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	60
5. 1 Kesimpulan	60
5. 2 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Wawancara dengan Subjek	08
Tabel 1. 2 Kebaruan Penelitian	11
Tabel 3. 1 Alternatif Jawaban Skala	34
Tabel 3. 2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i>	34
Tabel 3. 3 <i>Blue Print</i> Skala <i>Suffering</i>	36
Tabel 3. 4 Pilihan jawaban Aiken's V	38
Tabel 3. 5 Klasifikasi Indeks Daya Beda Item	38
Tabel 3. 6 <i>Blue Print</i> skala <i>Suffering</i> Uji Aiken's V	40
Tabel 3. 7 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> Uji Aiken's V	41
Tabel 3. 8 <i>Blue Print</i> Uji Coba Skala <i>Suffering</i>	43
Tabel 3. 9 <i>Blue Print</i> Uji Coba Skala <i>Self Compassion</i>	44
Tabel 3. 10 Reliabilitas Skala <i>Suffering</i> dan <i>Self Compassion</i>	45
Tabel 3. 11 Klasifikasi Kekuatan Korelasi	46
Tabel 4. 1 Deskripsi Subjek	49
Tabel 4. 2 Hasil Uji Asumsi	52
Tabel 4. 3 Deskripsi Statistik Variabel <i>Suffering</i>	53
Tabel 4. 4 Kategorisasi Skor Variabel <i>Suffering</i>	53
Tabel 4. 5 Hasil Kategorisasi Skor Variabel <i>Suffering</i>	54
Tabel 4. 6 Deskripsi Statistik Variabel <i>Self Compassion</i>	55
Tabel 4. 7 Kategorisasi Skor Variabel <i>Self Compassion</i>	55
Tabel 4. 8 Hasil Kategorisasi Skor Variabel <i>Self Compassion</i>	56
Tabel 4. 9 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	56
Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	57