

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEBERSYUKURAN  
PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

**PERWITASARI LALA DAYANTI**

**NBI : 1511800060**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2022**



**HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEBERSYUKURAN  
PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Disusun Oleh :**

**PERWITASARI LALA DAYANTI**

**1511800060**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2022**



**HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEBERSYUKURAN  
PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Disusun Oleh :**

**PERWITASARI LALA DAYANTI**

**1511800060**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2022**

## HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Perwitasari Lala Dayanti

NPM : 1511800060

Program Studi : Psikologi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul “Hubungan Antara *Self-Compassion* Dan Dukungan Sosial Dengan Kebersyukuran Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” sepenuhnya merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan terhadap karya terbitan orang lain, kecuali secara tertulis diajukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 16 Juli 2022



Perwitasari Lala Dayanti

1511800060

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**NAMA : PERWITASARI LALA DAYANTI**  
**NPM : 1511800060**  
**JUDUL : HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEBERSYUKURAN  
PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK  
BERKEBUTUHAN KHUSUS**

**Surabaya, 11 Juli 2022**

**Disetujui Oleh :**

**Dosen Pembimbing I**



**Dosen Pembimbing II**



**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog**

**Nindia Pratitis, S.Psi., M.Psi., Psikolog**



## HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**Dipertahankan Di Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal : 16 Juli 2022**

**Dewan Penguji :**

1. Eko April Ariyanto, S.Psi., M.Psi
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog
3. Nindia Pratitis, S.Psi., M.Psi., Psikolog



**Mengetahui,**

**Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dekan,**



**Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi, M.Si.,Psikolog**  
**NPP. 20510020552**

# HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN  
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA  
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)  
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : PERWITASARI LALA DAYANTI  
NBI/ NPM : 151100060  
Fakultas : PSIKOLOGI  
Program Studi : PSIKOLOGI  
Jenis Karya : Skripsi/ Tesis/ Disertasi/ Laporan Penelitian/Praktek\*

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA SELF - COMPASSION DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
KEBERSYUKURAN PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN  
KHUSUS

Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif (**Nonexclusive Royalty - Free Right**), Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
Pada tanggal : 16 Juli 2022

Yang Menyatakan,



(..PERWITASARI..LALA..DAYANTI..)

\*Coret yang tidak perlu

## HALAMAN MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain.” (Al – Insyirah: 6 – 7)

*“Hidup bukan perkara siapa yang paling cepat, semuanya sudah dikasih waktu yang tepat.” Rahasia Gadis*



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya yang telah memberikan segala ketulusan cinta dan kasih, serta do'a yang tiada henti. Kepada adik-adik saya yang selalu memberikan dukungan. Kepada sahabat saya yang telah memberikan dukungan dan motivasi selama menyelesaikan skripsi. Kepada seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian. Terima kasih atas partisipasi dan segala bantuan yang diberikan dalam menyelesaikan penelitian ini, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

## **CURICULUM VITAE**

### **DATA PRIBADI**

Nama : Perwitasari Lala Dayanti  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Tempat Lahir : Bantul  
Tanggal Lahir : 16 Juni 2000  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Alamat : Griya Kebonagung 2 Blok G1 No 22 RT 47 RW 10  
Sukodono, Sidoarjo  
Nomor Handphone : 081803283656  
Alamat Email : lalaperwitasari@gmail.com  
Jurusan : Psikologi

### **PENDIDIKAN FORMAL**

2018 – 2022 : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
2015 – 2018 : SMA Negeri 1 Wonoayu  
2012 – 2015 : SMP PGRI 9 Sidoarjo  
2006 – 2012 : SD Negeri 2 Anggaswangi

### **BIODATA ORANG TUA**

Nama Ayah : Sudarmanto, S.Pd  
Pekerjaan Ayah : Wiraswasta  
Nama Ibu : Maryanti  
Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga  
Alamat Rumah : Griya Kebonagung 2 Blok G1 No 22 RT 47 RW 10  
Sukodono, Sidoarjo

### **PENGALAMAN MAGANG**

2021 – 2022 : Unit Pelayanan dan Konsultasi Psikologi Untag  
Surabaya (*Internship Staff, Assistant, Tester, & Test  
Scorer*)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya serta diberikannya kemudahan dan kelancaran sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Hubungan Antara *Self-Compassion* Dan Dukungan Sosial Dengan Kebersyukuran Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.

Penyusunan skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Skripsi ini tidak lepas dari berbagai pihak yang telah membantu. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA., selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Amherstia Pasca Rina, M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Pertama yang telah sabar membimbing, memberi pengarahan, memotivasi dan nasihat hingga skripsi ini mampu terselesaikan.
6. Nindia Pratitis, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Kedua yang telah meluangkan waktu dengan sabar membimbing dan memberi arahan serta masukan kepada peneliti, sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si, S.H, M.Kn, Psikolog selaku Dosen Wali yang telah memberi nasihat dan arahan mengenai mata kuliah dari awal semester.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dan memberikan banyak pelajaran



- berharga untuk peneliti, serta staf Tata Usaha yang membantu dalam pengurusan Administrasi peneliti sebagai mahasiswa.
9. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan yang luar biasa dari segi apapun, memberikan nasihat, serta pelajaran yang berharga kepada saya sehingga dapat sampai ada titik ini.
  10. Sely Nursafitri selaku sahabat saya yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan setia menemani dari pendidikan SMP hingga saat ini.
  11. Reta dan Adam selaku sahabat saya semasa perkuliahan yang selalu memberikan dukungan dan menemani, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
  12. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya khususnya angkatan 2018, terima kasih karena telah memberi dukungan dengan membantu peneliti dan kebersamaan selama kuliah serta membantu perjalanan penelitian ini sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
  13. Kepala Sekolah Esya dan Kepala Sekolah SLB Cita Hati Bunda yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di tempat tersebut.
  14. Responden yang telah membantu saya dalam pengisian kuisioner penelitian, semoga Tuhan YME membalas kebaikan anda semua.
  15. Serta semua pihak atau teman yang mungkin tidak bisa disebutkan satu persatu. Terima kasih banyak, semoga Tuhan YME membalas kebaikan anda semua.

Surabaya, 11 Juli 2022

Penulis,



Perwitasari Lala Dayanti

NPM: 1511800060

# HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEBERSYUKURAN PADA ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Perwitasari Lala Dayanti

Email: [lalaperwitasari@gmail.com](mailto:lalaperwitasari@gmail.com)

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dan dukungan sosial dengan kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif untuk mencapai tujuan penelitian. Penelitian ini dilakukan di Esya Terapi dan SLB Cita Hati Bunda Kabupaten Sidoarjo dengan subjek penelitian yaitu 62 orang tua anak berkebutuhan khusus yang diperoleh menggunakan Teknik *random sampling*. Pengumpulan data dalam bentuk skala *self-compassion* terdiri dari 13 aitem, skala dukungan sosial terdiri dari 12 aitem, dan skala kebersyukuran terdiri dari 12 aitem yang telah teruji validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan uji korelasi *spearman brown*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa variabel *self-compassion* memiliki *correlation coefficient* sebesar 0,298 dengan signifikansi  $p = 0,019 (<0,05)$ , artinya ada hubungan positif yang signifikan antara *self-compassion* dengan kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sehingga semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki maka semakin tinggi pula kebersyukuran yang dimiliki. Selanjutnya hasil analisis data menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki *correlation coefficient* =0,298 dengan nilai signifikansi  $\rho = 0,019 (<0,05)$ , artinya ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus, sehingga semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan maka semakin tinggi pula kebersyukuran yang dimiliki. Maka hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

**Kata kunci:** *Self-Compassion*, Dukungan Sosial, Kebersyukuran, Orang Tua, dan Anak Berkebutuhan Khusus

# THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-COMPASSION AND SOCIAL SUPPORT WITH GRATITUDE IN PARENTS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

**Perwitasari Lala Dayanti**

**Email:** [lalaperwitasari@gmail.com](mailto:lalaperwitasari@gmail.com)

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## ABSTRACT

*This research was construct to know the relationship between self-compassion and social support with gratitude for parents who have children with special needs. This research uses quantitative methods to achieve the research objectives. This research was conducted at Esya Therapy and SLB Cita Hati Bunda, Sidoarjo Regency with the research subject of 62 parents of children with special needs who were obtained using random sampling technique. Collecting data in the form of a self-compassion scale consisting of 13 items, a social support scale consisting of 12 items, and a gratitude scale consisting of 12 items that have been tested for validity and reliability. Data analysis using Spearman Brown correlation test. The results of data analysis show that the self-compassion variable has a correlation coefficient of 0.298 with a significance of = 0.019 ( $<0.05$ ), meaning that there is a significant positive relationship between self-compassion and gratitude for parents who have children with special needs, so that the higher the self-compassion that is owned, the higher the gratitude one has. Furthermore, the results of data analysis show that the social support variable has a correlation coefficient = 0.298 with a significance value of = 0.019 ( $<0.05$ ), meaning that there is a significant positive relationship between social support and gratitude for parents who have children with special needs, so the higher the the social support provided, the higher the gratitude they have. So the hypothesis in this study can be accepted.*

**Keywords:** *Self-Compassion, Social Support, Gratitude, Parents, and Children with Special Needs*



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH.....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
CURICULUM VITAE.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah .....	4
B. Tujuan dan Manfaat .....	4
1. Tujuan Penelitian.....	4
2. Manfaat Penelitian.....	5
C. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. Kebersyukuran .....	7
1. Pengertian Kebersyukuran .....	7
2. Aspek-aspek Kebersyukuran.....	7
3. Faktor yang mempengaruhi Kebersyukuran .....	8
B. <i>Self-compassion</i> .....	9

1.	Pengertian <i>Self-compassion</i> .....	9
2.	Aspek-aspek <i>Self-compassion</i> .....	10
3.	Faktor yang mempengaruhi <i>Self-compassion</i> .....	11
C.	Dukungan Sosial .....	12
1.	Pengertian Dukungan Sosial .....	12
2.	Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	13
3.	Faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial .....	14
D.	Kerangka Berpikir.....	15
E.	Hipotesis.....	17
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN</b> .....	<b>19</b>
A.	Populasi dan Partisipan Penelitian .....	19
1.	Populasi.....	19
2.	Partisipan.....	19
B.	Desain Penelitian.....	19
1.	Jenis Penelitian.....	19
2.	Variabel Penelitian .....	19
C.	Instrumen Pengumpulan Data .....	20
1.	Skala Kebersyukuran.....	21
a.	Definisi Operasional .....	21
b.	Pengembangan Alat Ukur.....	21
c.	Uji Alat Ukur .....	22
2.	Skala <i>Self-compassion</i> .....	24
a.	Definisi Operasional .....	24
b.	Pengembangan Alat Ukur.....	24
c.	Uji Alat Ukur .....	25
3.	Skala Dukungan Sosial.....	27
a.	Definisi Operasional .....	27
b.	Pengembangan Alat Ukur.....	27
c.	Uji Alat Ukur .....	28
D.	Uji prasyarat dan Analisis Data.....	30
1.	Uji Prasyarat.....	30

2. Analisis Data .....	33
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>35</b>
A. Hasil Penelitian .....	35
B. Pembahasan.....	36
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>39</b>
A. Kesimpulan .....	39
B. Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA .....	41
LAMPIRAN.....	45



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Instrumen Penelitian.....	20
Tabel 2. Skor Skala <i>Likert</i> .....	21
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Kebersyukuran .....	22
Tabel 4. Rangkuman Hasil Validitas Aitem Skala Kebersyukuran.....	23
Tabel 5. Rangkuman Hasil Reliabilitas Skala Kebersyukuran.....	24
Tabel 6. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self-compassion</i> .....	25
Tabel 7. Rangkuman Hasil Validitas Aitem Skala <i>Self-Compassion</i> Putaran Ke II.....	26
Tabel 8. Rangkuman Hasil Reliabilitas Skala <i>Self-Compassion</i> .....	27
Tabel 9. <i>Blue Print</i> Skala <i>Multidimensional scale of perceived social support (MSPSS)</i> .....	28
Tabel 10. Rangkuman Hasil Validitas Aitem Skala Dukungan Sosial .....	29
Tabel 11. Rangkuman Hasil Reliabilitas Skala Dukungan Sosial.....	30
Tabel 12. Uji Normalitas .....	30
Tabel 13. Uji Linearitas .....	31
Tabel 14. Uji Multikolinearitas .....	32
Tabel 15. Uji Heteroskedastisitas .....	32
Tabel 16. Uji Hipotesis <i>Spearman Brown Self-Compassion</i> dan Kebersyukuran.....	35
Tabel 17. Uji Hipotesis <i>Spearman Brown</i> Dukungan Sosial dan Kebersyukuran.....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hubungan antara <i>Self-compassion</i> dan Dukungan Sosial dengan Kebersyukuran pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus .....	16
Gambar 2. Hubungan antara variabel <i>self-compassion</i> dan dukungan sosial dengan kebersyukuran .....	20

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian .....	45
Lampiran 2. Tabulasi Data Skala Kebersyukuran .....	50
Lampiran 3. Tabulasi Data Skala <i>Self-Compassion</i> .....	51
Lampiran 4. Tabulasi Data Skala <i>Self-Compassion</i> Setelah Uji Validitas ...	53
Lampiran 5. Tabulasi Data Skala Dukungan Sosial .....	54
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kebersyukuran .....	55
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self-Compassion</i> ....	56
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Dukungan Sosial ...	59
Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas .....	60
Lampiran 10. Hasil Uji Linearitas <i>Self-Compassion</i> .....	61
Lampiran 11. Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial.....	62
Lampiran 12. Hasil Uji Multikolinearitas .....	63
Lampiran 13. Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	64
Lampiran 14. Hasil Uji Korelasi <i>Spearman Brown Self-Compassion</i> dengan Kebersyukuran .....	65
Lampiran 15. Hasil Uji Korelasi <i>Spearman Brown</i> Dukungan Sosial dengan Kebersyukuran .....	66
Lampiran 16. Surat Pengantar Penelitian .....	67