

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN  
RESILIENSI PADA PERAWAT PASIEN COVID-19**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**TRI ANANDA RAHAYU**

**NPM : 1511700173**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**SURABAYA**

**2021**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN  
RESILIENSI PADA PERAWAT PASIEN COVID-19**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**TRI ANANDA RAHAYU**

**NPM : 1511700173**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**SURABAYA**

**2021**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN  
RESILIENSI PADA PERAWAT PASIEN COVID-19**

**SKRIPSI**

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



Oleh :

**TRI ANANDA RAHAYU**

**NPM : 1511700173**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**SURABAYA**

**2021**

## TANDA TANGAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Nama : TRI ANANDA RAHAYU**

**NPM : 1511700173**

**Judul : HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN  
RESILIENSI PADA PERAWAT PASIEN COVID-19**

**Surabaya, 05 Juli 2021**

**Disetujui Oleh :**

**Dosen Pembimbing I**



**Dosen Pembimbing II**



**Drs. Herlan Pratikto, M.Si, Psikolog    Suhadianto., S.Psi., M.Psi, Psikolog**

## TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan Diterima untuk Memenuhi  
Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal : 09 Juli 2021

Dewan Penguji :

1. Dr. Dyan Evita Santi, M.Si., Psikolog



.....

2. Drs. Herlan Pratikto., M.Si., Psikolog



.....


3. Suhadianto., S.Psi., M.Psi., Psikolog



.....

Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Dekan,



  
Dr. Suroso, M.S., Psikolog  
NPP. 20510.87.0122

## HALAMAN PERNYATAAN

### TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan daftar pustaka.

Surabaya, 05 Juli 2021

Yang membuat pernyataan



Tri Ananda Rahayu

1511700173



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN

Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Tlp. 031 593 1800 (ex.311)

Email : perpus@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tri Ananda Rahayu  
NPM : 1511700173  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

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

**Hubungan antara *Self Compassion* dengan Resiliensi pada Perawat Pasien Covid-19**

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

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 05 Juli 2021

Yang Menyatakan,



(Tri Ananda Rahayu)

## **MOTTO**

“Verily, with every difficulty, there is relief”

~ QS: Al Inshirah (94:5) ~

“Your Lord has not taken leave you (O Muhammad), nor has He detested (you)”

~ QS: Ad-Dhuhaa (93: 3) ~

“You don’t have to be the smartest person in the class, but you have to be the most hard worker”

~ Analisa Widyaningrum ~

“Salah satu pengkerdilan terkejam dalam hidup adalah membiarkan pikiran yang cemerlang menjadi budak bagi tubuh yang malas, yang mendahulukan istirahat sebelum lelah”

~ Buya Hamka ~



## **PERSEMBAHAN**

Karya ini saya persembahkan kepada keluarga saya khususnya kepada kedua orang tua saya yang tiada lelah memberikan dukungan dan doa kepada saya.

Tidak lupa saya persembahkan juga karya ini untuk seluruh guru saya saat TK sampai dengan SMA, dan kepada seluruh dosen di fakultas psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, terimakasih atas ilmu yang telah diberikan kepada saya, terimakasih telah mendidik saya dengan baik dan penuh kesabaran.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah atas segala nikmat dan karunia yang telah diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Hubungan antara *Self Compassion* dengan Resiliensi pada Perawat Pasien Covid-19” dengan baik.

Karya ini tidak terlepas dari berbagai pihak yang telah terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung pada penelitian ini. Oleh sebab itu peneliti menyampaikan terimakasih kepada beberapa pihak:

1. Bapak Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI., selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Bapak Dr. Suroso, MS., Psikolog., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Ibu Diah Sofiah, M.Si., Psikolog., selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
4. Bapak Herlan Pratikto., M.Si., Psikolog., dan Bapak Suhadianto., M.Psi., Psikolog., selaku dosen pembimbing 1 dan dosen pembimbing 2 yang telah banyak memberikan ilmu, kritik & saran yang membangun, solusi, serta dukungan kepada peneliti dengan penuh kesabaran dan ketelitian.
5. Bapak Dr. Andik Matulesy., M.Si., Psikolog., selaku dosen wali yang telah banyak membantu dalam urusan pengambilan mata kuliah sejak semester 1 sampai dengan semester 8 dengan sangat baik.
6. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah banyak memberikan ilmu serta mendidik saya dengan baik selama mengenyam pendidikan tingkat Strata-1 di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
7. Segenap Staff Tata Usaha yang telah banyak membantu saya dalam mengurus administrasi perkuliahan.
8. Terimakasih untuk diri saya sendiri yang telah berjuang hingga titik ini, terimakasih untuk tidak menyerah dan selalu berusaha melakukan yang terbaik.
9. Bapak dan Ibu yang telah mendidik dan merawat saya dengan penuh kasih sayang, memberikan saya dukungan baik secara materi maupun moral, mendoakan saya dalam setiap sujudnya, mengingatkan saya untuk selalu melibatkan-Nya dalam setiap langkah yang saya ambil, memberikan saya nasihat yang membangun saya untuk menjadi insan

yang lebih baik dan dekat dengan-Nya, selalu menjadi teman berbagi cerita, terimakasih atas segalanya yang telah diberikan kepada saya.

10. Mas Candra, Mbak Tita, dan keluarga besar yang selama ini selalu menyayangi saya dengan tulus, selalu mengusahakan yang terbaik untuk saya, selalu mendoakan saya, memberikan dukungan yang luar biasa untuk saya, terimakasih atas segalanya.
11. Sahabat saya Mbak Adilia Putri, Dias Erika Fajerin, Putri Eva Aulya, yang telah menjadi teman berbagi cerita, teman yang selalu menanyakan kabar saya, teman yang selalu siap untuk membantu saya.
12. Teman-teman dekat saya semasa SMA Afif Akbar, Raidatul Fauziyyah, Jelita Puspita N.K., terimakasih selalu ada untuk saya dan banyak membantu saya dalam keadaan sulit.
13. Salma Nisrina Nur Hanifah yang telah menjadi teman kos yang baik dan sudah saya anggap seperti saudara saya sendiri, terimakasih atas kebersamaannya selama di Surabaya, terimakasih telah menjadi teman berkeluh kesah saat merindukan kampung halaman, menjadi teman yang selalu menemani saya jalan-jalan selama di Surabaya, terimakasih telah sigap membawa saya ke UGD RS saat saya sakit di kos, dan terimakasih atas segala hal yang tidak bisa saya sebutkan semuanya.
14. Teman-teman grup “Pejuang Wisuda 2021” yang terdiri dari Mbak Amalia, Elza, Latifa, Zahroh, Azizah, Sasa, Mbak Naih, Ana, Tasya, Vega, dan Iis yang telah menjadi teman berjuang selama perkuliahan, menjadi teman yang seru saat harus mengerjakan laporan praktikum maupun tugas lain di ruang baca fakultas, menjadi teman berbagi informasi mengenai perkuliahan, terimakasih banyak.
15. Mbak Yanti, Mbak Fanny, Mas Rofik, Mbak Riesta, Mbak Dian yang sudah banyak memberikan dukungan dan informasi mengenai pengerjaan skripsi kepada saya, terimakasih telah menjadi kakak tingkat yang baik dan seru.
16. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia untuk mengisi kuisisioner penelitian saya, terimakasih banyak saya sampaikan atas bantuannya.
17. Terimakasih untuk seluruh pihak yang telah banyak membantu saya selama ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, semoga Tuhan membalas kebaikan kalian.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih belum pantas untuk dikatakan sempurna, namun penulis berharap semoga karya ini dapat bermanfaat dan memberikan wawasan baru bagi masyarakat luas. Oleh sebab itu demi kemajuan penulis, penulis juga mengharapakan kritik dan saran yang

membangun. Atas perhatian dan kebijaksanaannya, penulis sampaikan terimakasih.

Surabaya, 05 Juli 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Tri Ananda Rahayu', with a horizontal line underneath.

Tri Ananda Rahayu  
1511700173

# HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN RESILIENSI PADA PERAWAT PASIEN COVID-19

Tri Ananda Rahayu

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

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## ABSTRAK

Virus Covid-19 yang melanda dunia telah menginfeksi penduduk dunia dan mengakibatkan perawat pasien Covid-19 harus bekerja keras sehingga harus memiliki resiliensi tinggi. Penelitian dilakukan guna mengetahui keterkaitan antara *self compassion* dengan resiliensi perawat pasien Covid-19. Desain pada penelitian yang digunakan ialah penelitian pendekatan kuantitatif yaitu penelitian korelasional. Partisipan penelitian ini melibatkan perawat pasien Covid-19 yang berdarma pada beberapa rumah sakit yang melayani pasien positif Covid-19 di wilayah Surabaya Raya, dengan jumlah partisipan sebanyak 82 perawat. Pemerolehan data pada penelitian ini dilakukan dengan membagikan *link* kuisioner terdiri dari skala resiliensi dan skala *self compassion* kepada para partisipan penelitian. Data penelitian kemudian dianalisis dengan menggunakan statistik parametrik yaitu korelasi *Product Moment* pada program SPSS versi 25.00 diperoleh hasil skor korelasi 0,717 dengan nilai sig =0,000 ( $p < 0.05$ ). Hal ini menandakan bahwa terdapat keterkaitan positif yang signifikan antara variabel resiliensi dan variabel *self compassion*. Adanya keterkaitan positif dan signifikan ini menandakan semakin tinggi *self compassion* dalam diri perawat pasien Covid-19, maka akan semakin tinggi resiliensi dalam diri perawat pasien Covid-19. Begitu pula apabila *self compassion* dalam diri perawat pasien Covid-19 rendah, maka resiliensi dalam diri perawat pasien Covid-19 pun akan rendah.

**Kata kunci:** *Self compassion, Resiliensi*

# THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF COMPASSION AND RESILIENCE IN NURSES OF COVID-19 PATIENTS

Tri Ananda Rahayu

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

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

## ABSTRACT

Covid-19 virus that has hit the world has infected the world's population and has resulted in nurses for Covid-19 patients having to work hard so they must have high resilience. The study was conducted to determine the relationship between self-compassion and the resilience of nurses for Covid-19 patients. The research design used is a quantitative approach, namely correlational research. Participants in this study involved nurses for Covid-19 patients who worked in several hospitals that served positive Covid-19 patients in Surabaya Raya, with a total of 82 nurses. Data acquisition in this study was carried out by distributing a questionnaire link consisting of a resilience scale and a self-compassion scale to research participants. The research data then analyzed using parametric statistics, namely Product Moment correlation in the SPSS version 25.00 program, the results obtained a correlation score of 0.717 with a value of sig = 0.000 ( $p < 0.05$ ). This indicates that there is a significant positive relationship between resilience and self-compassion. This positive and significant relationship indicates the higher self-compassion in nurses with Covid-19 patients, the higher resilience in nurses with Covid-19 patients. Likewise, if self-compassion in nurses for Covid-19 patients is low, resilience in nurses will also be low.

**Keywords:** *Self compassion, Resilience*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>TANDA TANGAN PERSETUJUAN SKRIPSI .....</b>	<b>ii</b>
<b>TANDA PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH..</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB 1. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Permasalahan.....	1
1.Latar Belakang Masalah.....	1
2.Rumusan Masalah Penelitian .....	7
B. Tujuan dan Manfaat .....	7
1.Tujuan Penelitian.....	7
2.Manfaat Penelitian.....	7
C. Keaslian Penelitian.....	8
<b>BAB II.TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>11</b>
A. Resiliensi .....	11
1.Pengertian resiliensi .....	11
2. Aspek-aspek resiliensi.....	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi .....	17

B. <i>Self Compassion</i> .....	19
1. Pengertian <i>self compassion</i> .....	19
2. Aspek <i>self compassion</i> .....	20
3. Manfaat <i>self compassion</i> .....	21
C. Kerangka Berpikir .....	24
D. Hipotesis.....	27
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Populasi dan Partisipan .....	28
1. Populasi .....	28
2. Partisipan.....	28
B. Desain Penelitian.....	29
C. Instrumen Pengumpulan Data .....	30
1. Skala Resiliensi .....	30
2. Skala <i>Self Compassion</i> .....	38
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	44
1. Uji Prasyarat .....	44
2. Analisis Data .....	45
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>46</b>
A. HASIL PENELITIAN.....	46
B. PEMBAHASAN.....	50
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>53</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>55</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>60</b>



## DAFTAR TABEL

1. Tabel 1 Informasi Jumlah Populasi Penelitian.....	28
2. Tabel 2 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi.....	31
3. Tabel 3 Putaran Uji Validitas Diskriminan.....	34
4. Tabel 4 <i>Blue Print</i> Skala Resiliensi.....	35
5. Tabel 5 Skor <i>Cronbach's Alpha</i> Skala Resiliensi.....	37
6. Tabel 6 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> .....	39
7. Tabel 7 Putaran 1 Uji Validitas Diskriminan.....	41
8. Tabel 8 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Compassion</i> .....	42
9. Tabel 9 Skor <i>Cronbach's Alpha</i> Skala <i>Self Compassion</i> .....	44
10. Tabel 10 Hasil Uji Normalitas.....	44
11. Tabel 11 Hasil Uji Linieritas.....	45
12. Tabel 12 Jumlah Partisipan Penelitian.....	46
13. Tabel 13 Karakteristik Partisipan Penelitian.....	47
14. Tabel 14 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	48
15. Tabel 15 Kategorisasi Variabel Resiliensi.....	48
16. Tabel 16 Kategorisasi Variabel <i>Self Compassion</i> .....	49
17. Tabel 17 Hasil Analisis <i>Product Moment</i> .....	50

## DAFTAR GAMBAR

1. Gambar Hubungan antara *Self Compassion* dengan Resiliensi pada Perawat Pasien Covid-19..... 26

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran Item Skala Resiliensi.....	60
2. Lampiran Item Skala Resiliensi Setelah Uji Validitas .....	64
3. Lampiran Item Skala <i>Self Compassion</i> .....	67
4. Lampiran Item Skala <i>Self Compassion</i> Setelah Uji Validitas.....	70
5. Lampiran Jawaban Responden Skala Resiliensi.....	72
6. Lampiran Tabulasi Jawaban Responden Skala Resiliensi.....	79
7. Lampiran Jawaban Responden Skala <i>Self Compassion</i> .....	86
8. Lampiran Tabulasi Jawaban Responden Skala <i>Self Compassion</i> ....	90
9. Lampiran Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Resiliensi.....	95
10. Lampiran Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Self Compassion</i> .....	104
11. Lampiran Hasil Uji Normalitas.....	112
12. Lampiran Hasil Uji Linieritas.....	116
13. Lampiran Analisis Deskriptif.....	118
14. Lampiran Uji Korelasi <i>Product Moment</i> .....	121
15. Lampiran Surat Keterangan Penelitian.....	122