

**HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DENGAN
LONELINESS PADA LANSIA DI RUANG
GERIATRI RSD MANGUSADA**



SKRIPSI

**OLEH
ANAK AGUNG ANOM SRI WIDAYANI**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

**HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DENGAN
LONELINESS PADA LANSIA DI RUANG
GERIATRI RSD MANGUSADA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

OLEH :

**ANAK AGUNG ANOM SRI WIDAYANI
NIM. C2123079**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DENGAN *LONELINESS*
PADA LANSIA DI RUANG GERIATRI
RSD MANGUSADA**

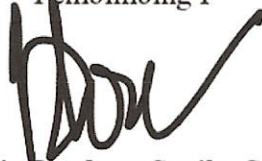
Diajukan Oleh:

**Anak Agung Anom Sri Widayani
NIM. C2123079**

Badung, 5 Juli 2024

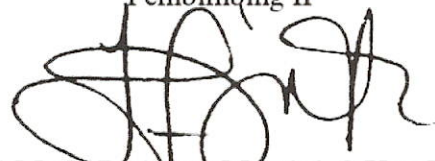
Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



**Ns. I Made Dwie Pradnya Susila, S.Kep., M. Kes
NIDN: 0813068801**

Pembimbing II



**Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep.M.Kes
NIDN: 0801038802**

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Keua



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603**

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA
USADA BALI**

Tanggal: 15 Juli 2024

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



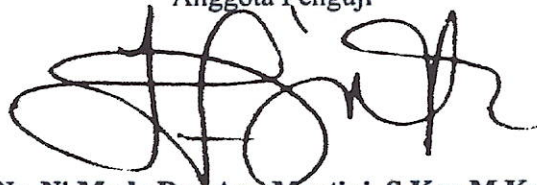
Dr. dr. I Wayan Artana, SH., M.Biomed.
NIDN: 0812016602

Sekretaris Penguji



Ns. I Made Dwie Pradnya Susila, S.Kep., M. Kes
NIDN: 0813068801

Anggota Penguji



Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep.M.Kes
NIDN: 0801038802

Mengetahui,

**Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua**



Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Anak Agung Anom Sri Widayani
NIM : C2123079
Jurusan : Sarjana ilmu Keperawatan.
Judul Skripsi : Hubungan *Self Compassion* Dengan *Loneliness* Pada Lansia Di Ruang Geriatri RSD Mangusada

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 8 Juli 2024



(Anak Agung Anom Sri Widayani)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

Skripsi, Juni 2024

Anak Agung Anom Sri Widayani

**Hubungan *Self Compassion* Dengan *Loneliness* Pada Lansia Di Ruang Geriatri
RSD Mangusada**

XVI + 71+ 11 tabel + 2 skema + 9 lampiran

ABSTRAK

Masa lansia ditandai dengan adanya perubahan dan penurunan yang mencakup psikologis, fisik, kognitif, emosi dan sosial yang menyebabkan *loneliness* pada lansia. *Self compassion* yang merupakan suatu sikap kebaikan diri ketika terjadi masa-masa sulit merupakan salah satu faktor psikologis pada lansia dengan kesepian. Penelitian ini bertujuan mengetahui adanya hubungan *self compassion* dengan *loneliness* pada lansia di ruang Geriatri RSD Mangusada.

Penelitian dilaksanakan dengan rancangan *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional* dengan Jumlah sampel 46 responden yang dipilih dengan teknik *consecutive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *The Self-Compassion Scale* dan kuesioner *UCLA Loneliness scale version 3*. Data dianalisis menggunakan uji *spearman`s rho*.

Hasil penelitian menunjukkan *self compassion* mayoritas tinggi sebanyak 54,3% dengan *loneliness* sedang terbanyak yaitu 65,2%. Analisis hubungan *self compassion* dengan *loneliness* pada lansia didapatkan nilai p value <0,038, sehingga disimpulkan terdapat hubungan *self compassion* dengan *loneliness* pada lansia di ruang Geriatri RSD Mangusada. Rekomendasi penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi perawat agar selalu memberikan konseling *self compassion* yang berhubungan dengan *loneliness* pada lansia.

Kata kunci: Lansia, *Loneliness*, *Self Compassion*

Daftar Pustaka: 34 (2018-2022)

**HIGH SCHOOL OF NURSING SCIENCE
BINA USADA BALI UNDERGRADUATE NURSING STUDY PROGRAM**

Thesis, June 2024

Anak Agung Anom Sri Widayani

Relationship between Self Compassion and Loneliness in the Elderly in the Geriatric Room of Mangusada Hospital

XVI + 71+ 11 tables + 2 schemes + 9 attachments

ABSTRACT

The elderly period is characterized by changes and declines that include psychological, physical, cognitive, emotional and social which cause loneliness in the elderly. Self compassion which is an attitude of self-kindness when difficult times occur is one of the psychological factors in the elderly with loneliness. This study aims to determine the relationship between self compassion and loneliness in the elderly in the Geriatric room of Mangusada Hospital.

The study was conducted with an analytical observational design with a cross sectional approach with a total sample of 46 respondents selected by consecutive sampling technique. Data were collected using The Self-Compassion Scale questionnaire and the UCLA Loneliness scale version 3 questionnaire. Data were analyzed using the spearman's rho test.

The results showed that the majority of self compassion was high at 54.3% with moderate loneliness at 65.2%. Analysis of the relationship between self compassion and loneliness in the elderly obtained a p value <0.038 , so it can be said that there is a relationship between self compassion and loneliness in the elderly in the Geriatric room of Mangusada Hospital. The recommendations of this study are expected to be input for nurses to always provide self compassion counseling related to loneliness in the elderly.

Keywords: Elderly, Loneliness, Self Compassion

Bibliography: 34 (2018-2022)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Self Compassion* Dengan *Loneliness* Pada Lansia Di Ruang Geriatri RSD Mangusada” dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak untuk itu melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. Putu Santika, MM. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali
3. Ns Ns. I Made Dwie Pradnya Susila, S.Kep.,M.Kes selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S,Kep.M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Direktur RSD Mangusada atas ijin yang telah diberikan untuk mengikuti pendidikan dan ijin sebagai lokasi penelitian.
6. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Mangupura, 8 Juli 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	Xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Pelayanan Keperawatan.....	4
2. Masyarakat.....	5
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	5
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Lansia.....	8
1. Definisi Lansia.....	8
2. Katagori Lansia.....	9

3. Perubahan Fisiologis dan Psikologis Penuaan Lansia.....	9
B. Konsep <i>Loneliness</i>	14
1. Definisi <i>Loneliness</i>	14
2. Aspek-aspek <i>Loneliness</i>	14
3. Faktor yang Memengaruhi <i>Loneliness</i>	15
4. Pengukuran <i>loneliness</i>	18
C. <i>Self Compassion</i>	19
1. Definisi <i>Self Compassion</i>	19
2. Dimensi <i>Self Compassion</i>	20
3. Faktor yang Memengaruhi <i>Self Compassion</i>	23
4. Pengukuran <i>Self Compassion</i>	24
D. Hubungan <i>Self Compassion</i> Dengan <i>Loneliness</i> Pada Lansia.....	25
E. Kerangka Teori.....	27

BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep	28
B. Hipotesis Penelitian.....	29
C. Definisi Operasional Variabel.....	30

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel Penelitian	31
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
D. Etika Penelitian	34
E. Alat Pengumpulan Data	35
F. Prosedur Pengumpulan Data	40
G. Rencana Analisis Data	42

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	44
B. Analisis Univariat.....	44

C. Analisis Bivariat.....	46
---------------------------	----

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Hasil Penelitian	48
B. Keterbatasan Penelitian.....	57
C. Implikasi.....	57

BAB VII PENUTUP

A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	59

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	30
Tabel 4.1 Domain <i>self compassion scale</i>	36
Tabel 4.2 Pemberian skor <i>selfcompassion scale</i>	37
Tabel 4.3 Kuesioner UCLA <i>Loneliness scale version 3</i>	38
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	45
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi <i>Self Compassion</i> Pada Lansia Di Ruang Geriatric RSD Mangusada.....	45
Tabel 5.3 Analisis Hubungan <i>Self Compassion</i> Dengan <i>Loneliness</i> Pada Lansia Di Ruang Geriatric RSD Mangusada.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Karangka teori.....	27
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Ijin Melaksanakan Studi Pendahuluan
Lampiran 2.	Surat Balasan Melaksanakan Studi Pendahuluan
Lampiran 3.	Surat Etik Penelitian
Lampiran 4.	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 5.	Jadwal Penelitian
Lampiran 6.	Surat Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 7.	Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 8.	Kuesioner Penelitian
Lampiran 9.	Master Tabel Penelitian
Lampiran 10.	Hasil Analisis Data Penelitian
Lampiran 11.	Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiani, H., Lismayanti, L., & Rosnawaty, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia di Kelurahan Mugarsari Kecamatan Tamansari Kota Tasikmalaya Tahun 2014. *Healthcare Nursing Journal*, 1(1), 42–50.
- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, M., & Rayhani, M. (2018). Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>
- Badan Pusat Statistik. (2022). Proyeksi Penduduk Kabupaten/Kota Provinsi Bali. *Badan Pusat Statistik*.
- Branscombe, N. R., & Baron, R. A. (2017). *Social Psychology (1st ed)*. Pearson Education.
- Dzakirah, M. K. (2021). Perbedaan Efek Antara Balance Strategy Exercise Dengan Gaze Stability Exercise Terhadap Peningkatan Keseimbangan Postural Pada Lansia. *Jurnah Kesehatan Perawatan*.
- Firdausi, S. (2023). Hubungan Self-Compassion Dengan Loneliness Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal. *Jurnal Psikologi*, 7823–7830.
- Germer, C. K. (2019). *The Mindful Path To Self-Compassion Freeing Yourself From Destructive Thoughts and Emotions*. The Guilford Press.
- Katuuk, M., & Wowor, M. (2018). Hubungan Kemunduran Fisiologis Dengan Tingkat Stres Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Kakaskasen Kecamatan Tomohon Utara. *E-Journal Keperawatan*, 6(1), 103–111.
- Kemntrian Kesehatan RI. (2018). Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2017. In *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Mia, & Ekasari, F. (2018). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia*. Wineka Media.
- Neff, K., & Germer, C. (2017). . *Self-Compassion and Psychological Well-Being (J. Doty (Ed) ed.)*. Oxford University Press.
- Nur'aini, M. W., Haryanto, J., & Ulfiana, E. (2020). Hubungan Self-Compassion engan Kesepian Pada Lansia Yang Kehilangan Pasangan. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 5(2), 80. <https://doi.org/10.20473/ijchn.v5i2.18734>

- Octafahira, V. (2022). Hubungan Antara Self Compassion dengan Kesepian pada Ibu RUMah Tangga Di Kodim 0203/LANGKAT. *Jurnah Kesehatan Perawatan*, 01–145.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2019). Loneliness correlates and associations with health variables in the general population in Indonesia. *International Journal of Mental Health Systems*, 13(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0281-z>
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2015). Fundamental Keperawatan Buku 1 Ed. 7. In *Jakarta: Salemba Medika*.
- Russell, D. W. (1996). UCLA loneliness scale (version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66 (1), 20-40.
- Saraswati, R., Fasya, Z. A., & Santoso, E. B. (2022). Balance Exercise Menurunkan Risiko Jatuh. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 18(1).
- Selviana. (2018). Mengatasi Kesepian Pada Masa Usia Lanjut. *Jurnah Psikologi*.
- Sessiani, L. A. (2018). Studi Fenomenologis tentang Pengalaman Kesepian dan Kesejahteraan Subjektif pada Janda Lanjut Usia. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 13(2), 203. <https://doi.org/10.21580/sa.v13i2.2836>
- Smeltzer, S. &, & Bare, B. (2017). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8. *Jakarta: EGC*.
- Soares, A. P. (2019). Konsep Lansia dan Proses Menua. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Stevens, C., & Woodruff, C. (2018). *The Neuroscience of Empathy, Compassion, and Self-Compassion*. Elsevier Science.
- Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas Dan Validitas Self-Compassion Scale Versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, May. <https://doi.org/10.24854/jpu02020-337>
- Townsend, M. C., & Morgan, K. I. (2018). *Psychiatric Mental Health Nursing Concepts of Care in Evidence-Based Practice* (9 (ed.); Kindle).
- World Health Organization. (2020). The World report 2020. In *Who*.