

ABSTRACT

Crusita Widya Anggraeni (150541100066) Self-compassion in HIV-AIDS Survivors with Undetected Viral Load. Thesis, Psychology Study Program, Department of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo University, Madura. 2020.xvi + 132 pages + 60 attachments

This study aims to determine the self-compassion of HIVAIDS survivors with an undetectable viral load. In line with the objectives of the research, this research uses a qualitative research approach, case study. The objects of this study are three HIV-AIDS survivors which are one man and two women. The subjects of this study were determined based on a purposive sampling technique. Criteria subject is HIV-AIDS surveillance patient who has an undetectable viral load test result and within the age range of adults (20-60 years) according to WHO guidelines. The data collection method was a semi-structured interview with Miles and Huberman's analysis technique. The theory used is the theory of Self Compassion which was stated by Neff (2003) with three aspects namely self kindness, common humanity and mindfulness.

Research result :

1. According to self kindness aspect, it shows that the three HIV-AIDS survivors still behave well towards themselves. Proven by their behaviors which are, not humiliating themselves, maintaining their body health, consulting with the doctors constantly and able to entertain themselves during a poor condition
2. The common humanity aspect shows that the three HIV-AIDS survivors do not feel isolated from other people or the community even though they are sick. It is proven by their interaction with their surroundings, always trying to fit in and do not feel ashamed to share their feelings with others.
3. The mindfulness aspect shows that the three HIV-AIDS survivors are able to accept the situation and can harmonize their thoughts, feelings and actions. Proven by not lingering in a guilty feeling, aware of what to do and wise in dealing with the circumstances that happen.

Keywords: Self-Compassion, HIV-AIDS Survivor, Undetected Viral Load

References: 53 (1947-2019)

ABSTRAK

Crusita Widya Anggraeni (150541100066) *Self Compassion* Pada *Survivor* HIV-AIDS Dengan *Viral Load* Tidak Terdeteksi. Skripsi, Program Studi Psikologi, Jurusan Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura. 2020.xvi+132 halaman+60 lampiran

Penelitian ini bertujuan mengetahui *self compassion* pada *survivor* HIV-AIDS dengan *viral load* tidak terdeteksi. Sejalan dengan tujuan penelitian tersebut maka dalam penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif studi kasus. Subjek penelitian menggunakan tiga *survivor* HIV-AIDS dengan rincian 1 laki-laki dan dua perempuan. Subjek dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan teknik *purposive sampling*. Metode pengambilan data adalah wawancara semi terstruktur dengan teknik analisis Miles dan Huberman. Teori yang digunakan adalah teori *Self compassion* yang di kemukakan oleh Neff (2003) dengan tiga aspek yaitu *self kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*.

Hasil penelitian :

1. Aspek *self kindness* memperlihatkan bahwa ketiga *survivor* HIV-AIDS tetap berperilaku baik terhadap dirinya. Dibuktikan dengan perilaku tidak merendahkan diri sendiri, menjaga kesehatan tubuh dan selalu melakukan konsultasi dengan dokter serta mampu menghibur diri ketika dalam kondisi yang kurang baik
2. Aspek *common humanity* memperlihatkan bahwa ketiga *survivor* HIV-AIDS tetap memiliki perasaan tidak terisolasi dengan orang lain ataupun masyarakat meskipun dalam keadaan sakit. Dibuktikan dengan tetap berinteraksi dan bergaul dengan lingkungan, selalu berusaha menyesuaikan diri serta tidak malu untuk berbagi perasaan dengan orang lain.
3. Aspek *mindfulness* memperlihatkan bahwa ketiga *survivor* HIV-AIDS mampu menerima keadaan serta dapat menyelaraskan pikiran, perasaan dan tindakan. Dibuktikan dengan tidak berlarut-larut dalam perasaan bersalah, menyadari apa yang harus dilakukan serta bijak dalam menghadapi keadaan yang terjadi.

Kata kunci : *Self Compassion*, *Survivor* HIV-AIDS, *Viral Load* Tidak Terdeteksi
Daftar Pustaka : 53 (1947-2019)