

ABSTRAK

Iftitah Nadhiroh. 160541100048. Hubungan Antara *Self-Compassion* Dengan Optimism Pada Penderita Penyakit *Autoimmune* Jenis *Rheumatoid Arthritis* Di Komunitas Sahabat *Rheumatoid Arthritis*. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya. Universitas Trunojoyo Madura. 2021. LXXVII 77 Halaman, 17 Lampiran

Penyakit autoimun adalah Ketika system kekebalan tubuh seseorang mengalami gangguan sehingga menyerang jaringan tubuh itu sendiri. Salah satu penyakit autoimun yang tertinggi di Indonesia adalah autoimun jenis *Rheumatoid Arthritis*. *Rheumatoid Arthritis* merupakan suatu penyakit autoimun ditandai dengan adanya peradangan sehingga terjadi pembengkakan, nyeri dan sering kali akhirnya menyebabkan kerusakan bagian dalam sendi. *Sahabat Rheumatoid Arthritis* adalah organisasi non profit yang bersifat social dan kemanusiaan dibidang kesehatan terutama pada penyakit autoimun jenis *Rheumatoid Arthritis*. Peneliti pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan Teknik *simple random sampling*. Responden dalam penelitian ini merupakan anggota pada komunitas Sahabat *Rheumatoid Arthritis* yang menderita sakit *Rheumatoid Arthritis* dengan jumlah 84 orang. Instrument dalam penelitian ini adalah *self-compassion* dan optimisme. Teknik analisis yang digunakan adalah uji kolerasi sederhana dengan bantuan SPSS 23 *for windows*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka hipotesis diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *self compassion* dengan optimisme. Berdasarkan nilai koefisien (r) 0,429 dapat diidentifikasi bahwa memiliki kekuatan dengan kategori sedang, arah korelasi berbentuk positif sehingga apabila semakin tinggi *self compassion* pada penderita autoimun maka semakin tinggi pula optimismenya.

Kata Kunci: *Self-Compasion*, Optimisme, *Autoimmune* Jenis *Rheumatoid Arthritis*, Komunitas Sahabat *Rheumatoid Arthritis*.

ABSTRACT

Iftitah Nadhiroh. 160541100048. Relationship Between Self-Compassion and Optimism in Patients with Autoimmune Disease Types of Rheumatoid Arthritis in Community of Sahabat Rheumatoid Arthritis. Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences. Trunojoyo Madura University. 2021. LXXVII 77 Pages, 17 Appendix

Autoimmune disease is when a person's immune system is impaired so that it attacks the body's own tissues. One of the highest autoimmune diseases in Indonesia is the autoimmune type Rheumatoid Arthritis. Rheumatoid Arthritis is an autoimmune disease characterized by inflammation resulting in swelling, pain and often eventually causing damage to the inside of the joint. Sahabat Rheumatoid Arthritis is a non-profit organization that is social and humanitarian in the health sector, especially in the autoimmune disease type Rheumatoid Arthritis. Researchers in this study used a quantitative approach with simple random sampling technique. Respondents in this study are members of the Sahabat Rheumatoid Arthritis community who suffer from Rheumatoid Arthritis with a total of 84 people. The instruments in this study were self-compassion and optimism. The analysis technique used is a simple correlation test with the help of SPSS 23 for windows. The results of this study indicate a significance of 0.000 less than 0.05 ($0.000 < 0.05$), so the hypothesis is accepted, meaning that there is a significant relationship between self-compassion and optimism. Based on the value of the coefficient (r) 0.429, it can be identified that they have moderate strength, the direction of the correlation is positive so that the higher the self-compassion for autoimmune sufferers, the higher the optimism.

Keywords: Self-Compassion, Optimism, Autoimmune Rheumatoid Arthritis Types, Sahabat Rheumatoid Arthritis Community.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Masalah	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	11
 BAB II LANDASAN TEORI	 12
2.1 Optimisme	12
2.1.1 Definisi Optimisme	12
2.1.2 Aspek-aspek Optimisme	13
2.1.3 Faktor yang mempengaruhi Optimisme.....	14
2.2 <i>Self Compation</i>	15
2.2.1 Definisi <i>Self Compation</i>	15
2.2.2 Komponen <i>Self Compassion</i>	17
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Compassion</i>	19
2.2.4 Manfaat <i>Self Compassion</i>	20
2.3 Autoimun	21
2.3.1 Definisi Autoimun.....	21
2.3.2 Jenis-jenis Penyakit Autoimun yang tertinggi	22
2.3.3 Penyebab Penyakit Autoimun	23
2.3.4 Gejala Penyakit Autoimun	24
2.4 <i>Rheumatoid Arthritis</i>	24
2.4.1 Definisi <i>Rheumatoid Arthritis</i>	24
2.4.2 Gejala <i>Rheumatoid Arthritis</i> (RA)	25
2.4.3 Klasifikasi <i>Rheumatoid Arthritis</i>	26
2.5 Komunitas Autoimun Indonesia (<i>Sahabat Rheumatoid Arthritis</i>)	

(SahaRA)	27
2.5.1 Sejarah terbentuknya Komunitas Sahabat <i>Rheumatoid Arthritis SahaRA</i>).....	27
2.5.2 Visi dan Misi Komunitas	27
2.6 Hubungan Antar <i>Self Compassion</i> dan Optimisme pada Penderita Penyakit Autoimun Jenis <i>Rheumatoid Arthritis</i>	28
2.7 Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
3.1 Pendekatan Penelitian	33
3.2 Variabel Penelitian	34
3.2.1 Definisi Konseptual.....	34
3.2.2 Definisi Operasional.....	35
3.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	35
3.3.1 Populasi	35
3.3.2 Sampel dan Teknik Sampling	35
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	36
3.4.1 Skala <i>Self Compassion</i>	38
3.4.2 Skala Optimisme	39
3.5 Teknik Analisis Data.....	41
3.5.1 Uji Validitas	41
3.5.2 Uji Reliabilitas	42
3.6 Uji Asumsi	42
3.6.1 Uji Normalitas.....	42
3.6.2 Uji Linieritas	42
3.7 Uji Crosstabulation	43
3.8 Uji Statistik.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
4.1 Pelaksanaan Penelitian	45
4.1.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	45
4.1.2 Pengumpulan Data Penelitian	45
4.2 Hasil Uji Alat Ukur	46
4.2.1 Hasil Uji Validitas	46
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas	58
4.3 Hasil Uji Asumsi	60
4.3.1 Hasil Uji Normalitas	60
4.3.2 Uji Linieritas	62
4.4 Analisis Deskriptif	62
4.4.1 Analisis Deskriptif <i>Self Compassion</i>	63
4.4.2 Analisis Deskriptif Optimisme	64
4.5 Uji Crosstabulation.....	65
4.6 Uji Kolerasi Product Moment	69
4.7 Pembahasan.....	70
4.8 Keterbatasan Penelitian	74

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	76
5.1 Kesimpulan	76
5.2 Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN-LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 3.4 Skor Pengukuran <i>Self-Compassion</i> dan Optimisme	37
Tabel 3.5 <i>Blueprint Skala self compassion</i>	38
Tabel 3.6 <i>Blueprint Skala optimisme</i>	39
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self Compassion</i> Putaran Pertama.....	46
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self Compassion</i> Putaran Kedua	49
Tabel 4.3 Distribusi <i>Item</i> Valid dan Gugur Skala <i>Self Compassion</i>	51
Tabel 4.4 Distribusi <i>Item</i> Valid Skala <i>Self Compassion</i>	52
Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas Skala Optimisme Putaran Pertama.....	52
Tabel 4.6 Hasil Uji Validitas Skala Optimisme Putaran Kedua	55
Tabel 4.7 Distribusi <i>Item</i> Valid dan Gugur Skala Optimisme	57
Tabel 4.8 Distribusi <i>Item</i> Valid Skala Optimisme	57
Tabel 4.9 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self Compassion</i>	58
Tabel 4.10 Hasil Uji Reliabilitas Skala Optimisme	59
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas Skala <i>Self Compassion</i> dan Skala Optimisme ...	60
Tabel 4.12 Hasil Uji Linieritas Skala <i>Self Compassion</i> dan Skala Optimisme.....	62
Tabel 4.13 Rumus Batas Kategori Statistik Hipotetik	63
Tabel 4.14 Hasil <i>Descriptive Statistics</i> Skala <i>Self Compassion</i> dan Skala Optimisme.....	63
Tabel 4.15 Kategorisasi Skor Skala <i>Self Compassion</i>	64
Tabel 4.16 Kategorisasi Skor Skala Optimisme	65
Tabel 4.17 <i>Crosstabulation</i> Kategori <i>Self-compassion</i> dengan lama terdiagnosa..	66
Tabel 4.18 <i>Crosstabulation</i> Kategori Optimisme dengan lama terdiagnosa	67
Tabel 4.19 <i>Crosstabulation</i> Kategori <i>Self-compassion</i> dengan jenis kelamin.....	68
Tabel 4.20 <i>Crosstabulation</i> Kategori Optimisme dengan jenis kelamin	68
Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	69
Tabel 4.20 Klasifikasi Kekuatan Korelasi	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	31
Gambar 4.1 Gambar Diagram Uji Normalitas Skala <i>Self Compassion</i>	60
Gambar 4.2 Gambar Diagram Uji Normalitas Skala Optimisme	60

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** : Tabulasi Data *Self Compassion*
- Lampiran 2** : Tabulasi Data Optimisme
- Lampiran 3** : Validitas *Self Compassion* Putaran Pertama
- Lampiran 4** : Validitas *Self Compassion* Putaran Kedua
- Lampiran 5** : Validitas Optimisme Putaran Pertama
- Lampiran 6** : Validitas Optimisme Putaran Kedua
- Lampiran 7** : Uji Reliabilitas Skala *Self Compassion*
- Lampiran 8** : Uji Reliabilitas Skala Optimisme
- Lampiran 9** : Uji Normalitas Skala *Self Compassion* dan Optimisme
- Lampiran 10** : Hasil Uji Linieritas Skala *Self Compassion* dan Skala Optimisme
- Lampiran 11** : Uji Deskriptif
- Lampiran 12** : Uji *Crosstabulation*
- Lampiran 13** : Hasil Uji Korelasi *Product moment*
- Lampiran 14** : Lembar Kuesioner Penelitian
- Lampiran 15** : Surat Perijinan
- Lampiran 16** : Informed Consent
- Lampiran 17** : Profesional Judgment