

**GAMBARAN *SELF COMPASSION* PADA PASANGAN
SUAMI ISTRI PENYANDANG TUNANETRA**



SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mencapai
Derajat Sarjana S-1 Bidang Psikologi**

Oleh :

**DIANA KUMALASARI
1507010059**

**PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2019**

HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN *SELF COMPASSION* PADA PASANGAN
SUAMI ISTRI PENYANDANG TUNANETRA**

Yang diajukan oleh :

Diana Kumalasari
1507010059

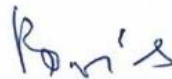
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 24 Juli 2019
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua,



Dyah Astorini Wulandari, S.Psi.,M.Si
NIP/NIK. 2160185

Sekretaris,



Dyah Astorini Wulandari, S.Psi.,M.Si
NIP/NIK. 2160185

Penguji I,



Suwarti, S.Psi.,M.Si
NIK/NIP. 2160236

Penguji II,



Herdian, S.Psi.,M.Psi
NIK/NIP. 2160721

Penguji III,



Dra.Dyah Siti Septiningsih,MA
NIK/NIP. 19580923 198303 2 001

Mengetahui,

Wakil Dekan 1 Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Purwokerto



Suwarti, S.Psi., M.Si
NIK/NIP. 2160236

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Diana Kumalasari

NIM : 1507010059

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul :

**“GAMBARAN *SELF COMPASSION* PADA PASANGAN SUAMI ISTRI
PENYANDANG TUNANETRA”**

adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi manapun

Demikian pernyataan ini dibuat apabila dikemudian hari terdapat unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 24 Juli 2019



Diana Kumalasari

NIM. 1507010059

HALAMAN PERSEMBAHAN

Ku persembahkan sebuah karya kecil ini untuk Ayahanda dan Ibunda tercinta Ibu Sumarsih dan Bapak Saridi yang tiada pernah hentinya selama ini memberiku semangat, do'a, dorongan, nasehat dan kasih sayang serta pengorbanan yang tak tergantikan hingga aku selalu kuat menjalani rintangan yang ada dihadapanku

Kepada adik-adikku yang aku sayangi (Dhiya Zalfa 'Atiqoh dan Shafa Najmatul Jannah) yang membuatku terdorong untuk selalu berusaha menjadi contoh yang baik.

Kepada sahabat-sahabat terbaik yang telah bersedia menjadi keluarga keduaku selama di tanah rantau, terimakasih.

MOTTO

وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۗ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ

Dan Dialah yang telah menciptakan bagi kamu sekalian, pendengaran, penglihatan dan hati. Amat sedikitlah kamu bersyukur.

(QS.Al Mu'minin 78)

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

Maka sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan.

(QS. Al-Insyiraah: 5-6)

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا

Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan beramal saleh, kelak Allah Yang Maha Pemurah akan menanamkan dalam (hati) mereka rasa kasih sayang.

(QS.Maryam:96)

GAMBARAN *SELF COMPASSION* PADA PASANGAN SUAMI ISTRI PENYANDANG TUNANETRA

Oleh: Diana Kumalasari

ABSTRAK

Self-compassion adalah disposisi kepribadian yang berupa kemampuan penerimaan diri yang menimbulkan ketenangan, empati, kepekaan, kehangatan dan kesabaran individu dalam menghadapi permasalahan dan individu lain. Fokus penelitian dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *self compassion* pada pasangan suami istri penyandang tunanetra. Tujuan dalam penelitian ini yaitu mengkaji gambaran *self compassion* pada pasangan suami istri penyandang tunanetra.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui proses wawancara dan observasi terhadap informan penelitian yang terdiri dari 3 pasang informan primer dan 3 informan sekunder. Kredibilitas data yang digunakan yaitu perpanjangan pengamatan dan triangulasi. Analisis data menggunakan analisis data model interaktif yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setiap pasangan suami istri penyandang tunanetra memiliki gambaran *self compassion* yang tidak jauh berbeda antara satu pasangan dengan pasangan lainnya. Hal tersebut ditunjukkan dari terpenuhinya aspek-aspek dari *self-compassion* yaitu *self kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ketiga pasang informan memiliki gambaran *self compassion* yang baik.

Kata kunci : *self-compassion, pasangan suami istri, tunanetra*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat yang dilimpahkan-Nya sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, dengan judul “ **GAMBARAN *SELF COMPASSION* PADA PASANGAN SUAMI ISTRI PENYANDANG TUNANETRA**”. Penulis membuat skripsi ini untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa, penulisan skripsi ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Retno Dwiyanti, S.Psi.,M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
2. Bapak Drs.Pambudi Raharjo,S.Psi.,M.Si selaku Dosen Pembimbing akademik
3. Ibu Dra. Dyah Siti Septiningsih, S.Psi., M.A selaku Dosen Pembimbing dan Penguji III yang telah meluangkan waktu dan pikiran kepada penulis.
4. Suwarti, S.Psi.,M.Si selaku penguji I dan Herdian, S,Psi.,M.Si_selaku penguji II atas segala masukan yang diberikan
5. Seluruh Dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih atas segala ilmu dan pengarahan yang telah diberikan kepada penulis.

6. Seluruh informan penelitian, terimakasih atas waktu dan informasi yang diberikan.
7. Seluruh penghuni Kos Wisma Orchid yang telah menjadi keluarga kedua penulis selama di perantauan.
8. Tria Khusni Barokah dan Salsa Ayyuhash Resa yang selalu memberikan semangat setiap saat.
9. Fakhri Husain,S.K.H terimakasih atas motivasi dan dukungan yang selalu diberikan setiap saat.
10. Teman-teman Psikologi 2015, terimakasih atas kebaikan dan kebersamaan yang diberikan selama perkuliahan.

Purwokerto, 24 Juli 2019

Penulis



Diana Kumalasari
NIM. 1507010059

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. <i>Self Compassion</i>	10
1. Pengertian <i>Self Compassion</i>	10
2. Aspek-Aspek <i>Self Compassion</i>	13
B. Pasangan Suami Istri	14
C. Tunanetra.....	16

1. Pengertian Tunanetra	16
2. Klasifikasi Ketunanetraan	17
3. Kondisi Psikologi Tunanetra	20
D. Kerangka Berpikir	21
E. Pertanyaan Penelitian.....	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Pendekatan Penelitian.....	24
B. Fokus Penelitian	25
C. Informan Penelitian	25
D. Teknik Pengumpulan Data	27
E. Kredibilitas Penelitian	28
F. Teknik Analisis Data	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Setting Penelitian	33
B. Hasil Penelitian	34
1. Profil Informan	34
2. Pelaksanaan Penelitian.....	35
3. Hasil Observasi.....	36
4. Hasil wawancara.....	44
C. Pembahasan	81
BAB V PENUTUP.....	86
1. Kesimpulan	86

2. Saran	87
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN.....	91



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik Informan Primer	34
Tabel 2. Karakteristik Informan Sekunder	34
Tabel 3. Pelaksanaan Penelitian	35



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema Kerangka Berfikir.....	23
Gambar 2. Analisis Data	32



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara	92
Lampiran 2 Kesiadaan Informan.....	96
Lampiran 3 Verbatim Wawancara	103
Lampiran 4 Reduksi Data.....	214

