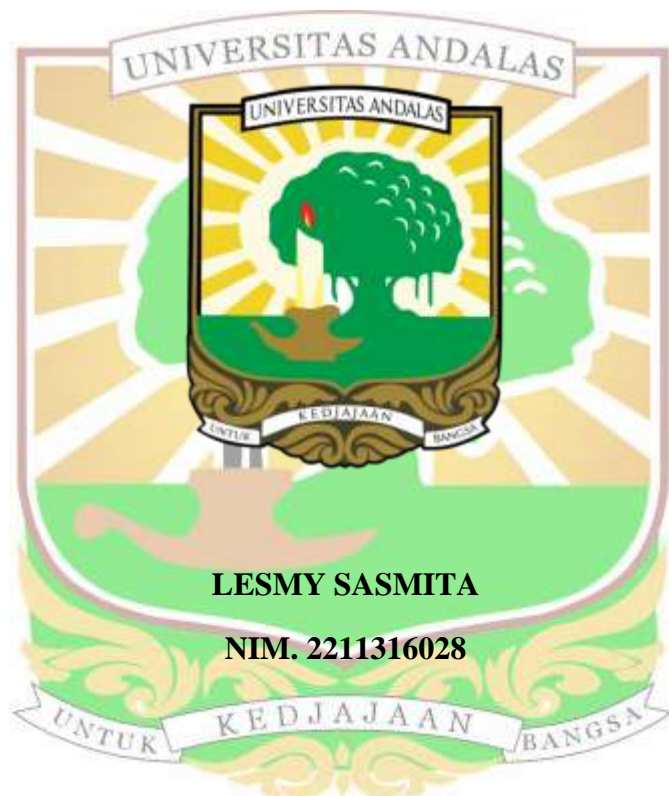


SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN KESEPIAN PADA LANSIA
DI POSYANDU KAMPUNG TANJUNG KELURAHAN KURANJI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS BELIMBING
KOTA PADANG**

Penelitian Keperawatan Gerontik



LESMY SASMITA

NIM. 2211316028

Dosen Pembimbing:

Gusti Sumarsih, S.Kp., M.Biomed

Ns. Windy Freska, S.Kep., M.Kep

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JANUARI 2024**

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
Januari 2024

Nama : Lesmy Sasmita
NIM : 2211316028

Hubungan *Self-Compassion* dengan Kesepian pada Lansia di Posyandu Kampung
Tanjung Kelurahan Kuranji Wilayah Kerja Puskesmas
Belimbing Kota Padang

ABSTRAK

Kesepian pada lansia dapat menyebabkan berbagai dampak serius terhadap status kesehatan lansia seperti depresi, kondisi kronis, bunuh diri, dan bahkan kematian. Kesepian dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor psikologis yaitu *self-compassion*. *Self-compassion* adalah sikap baik dan lembut kepada diri sendiri ketika mengalami waktu sulit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan kesepian pada lansia di Posyandu Kampung Tanjung Kelurahan Kuranji Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 118 responden yang dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner *Self-Compassion Scale (SCS)* dan *De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS)*. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar lansia memiliki *self-compassion* yang tinggi (55,1%) dan mengalami kesepian sedang (52,5%). Analisa bivariat pada penelitian ini menggunakan *chi-square* yang menunjukkan $p=0,000$ ($p<0,05$) yang memiliki arti terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan kesepian pada lansia. Diharapkan pihak puskesmas dapat meningkatkan lagi kegiatan posyandu pada lansia, serta petugas kesehatannya dapat mengikuti pelatihan tentang terapi *Mindful Self-Compassion (MSC)* dan terapi *reminiscence* sebagai intervensi yang dapat meningkatkan *self-compassion*, sehingga dapat menerapkannya pada lansia yang memiliki masalah psikologis.

Kata kunci : Kesepian, Lansia, *Self-compassion*

FACULTY OF NURSING
UNIVERSITAS ANDALAS
January 2024

Name : Lesmy Sasmita
NIM : 2211316028

*The Relationship between Self-Compassion and Loneliness in the Elderly at
Posyandu Kampung Tanjung, Kuranji District, the Working Area
of Belimbing Community Health Center in Padang City*

ABSTRACT

Loneliness in the elderly can cause various serious impacts on the health status of the elderly, such as depression, chronic conditions, suicide, and even death. Loneliness is influenced by several factors, one of which is the psychological factor, namely self-compassion. Self-compassion is being kind and gentle towards yourself when experiencing difficult times. This study aims to determine the relationship between self-compassion and loneliness in the elderly at Posyandu Kampung Tanjung, Kuranji District, Working Area of the Belimbing Community Health Center, Padang City. This research uses descriptive analytical methods with a cross sectional approach. The sample in this study was 118 respondents selected using a proportional sampling technique. Data collection was carried out using the Self-Compassion Scale (SCS) and De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS) questionnaires. The results of this study show that the majority of elderly people have high self-compassion (55.1 %) and experience moderate loneliness (52.5%). Bivariate analysis in this study used chi-square which showed $p= 0.000$ ($p< 0.05$) which means there is a relationship between self-compassion and loneliness in the elderly. It is hoped that the puskesmas can increase posyandu activities for the elderly, and that health workers can take part in training on Mindful Self-Compassion (MSC) therapy and reminiscence therapy as interventions that can increase self-compassion, so that they can apply it to elderly people who have psychological problems.

Keywords : Loneliness, Elderly, Self-compassion