

**HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN *PARENTAL BURNOUT*
PADA *SINGLE MOTHER* YANG MEMILIKI ANAK USIA *MIDDLE*
*CHILDHOOD***

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI PROGRAM SARJANA

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2025

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-COMPASSION AND PARENTAL BURNOUT IN SINGLE MOTHERS WITH CHILDREN IN MIDDLE CHILDHOOD

Nadhrata Tsany Ibrahim¹⁾, Mafaza²⁾, Raisa Karima²⁾, Siska Oktari²⁾, Puji Gufron Rhodes²⁾

¹⁾Psychology Student, Faculty of Medicine, Universitas Andalas

²⁾Department of Psychology, Faculty of Medicine, Universitas Andalas
nadhrata1@gmail.com

ABSTRACT

Single mother with children in middle childhood have dual roles as caregivers and primary breadwinners, causing them to experience various challenges in parenting and may lead to parental burnout. Self-compassion defined as a kind and understanding attitude toward oneself, is considered an important factor that can protect single mothers from experiencing parental burnout. This study aims to examine the relationship between self-compassion and parental burnout among single mother with children in middle childhood. The sample consisted 96 single mothers with children in middle childhood living in Padang City. The sampling technique used was convenience sampling. The research employed a quantitative correlational design using Spearman's Rank correlation analysis. Data were collected using an adaptation of the Parental-Related Self-compassion Scale (P-SCS) and an adoption of the Parental Burnout Assessment (PBA-ID). The results indicated a significant negative correlation between self-compassion and parental burnout among single mothers with children in middle childhood. The result can be observed from the significance value of .000 ($p < .005$) and correlation coefficient of $-.443$. This finding suggests that an increase in self-compassion in single mother with children in middle childhood is associated with a decreased tendency toward parental burnout, and vice versa.

Key Words: Single Mother, Middle Childhood, Parental Burnout, Self-compassion

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN *PARENTAL BURNOUT* PADA *SINGLE MOTHER* YANG MEMILIKI ANAK USIA *MIDDLE CHILDHOOD*

Nadhrata Tsany Ibrahim¹⁾, Mafaza²⁾, Raisa Karima²⁾, Siska Oktari²⁾, Puji Gufron Rhodes²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

²⁾Departemen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

nadhrata1@gmail.com

ABSTRAK

Single mother yang memiliki anak usia *middle childhood* memiliki peran ganda sebagai pengasuh dan pencari nafkah utama yang menyebabkan mereka mengalami berbagai tantangan dalam melakukan pengasuhan pada anak sehingga memicu terjadinya *parental burnout*. *Self-compassion* merupakan sikap penuh kasih terhadap diri sendiri yang diperkirakan berperan penting dalam melindungi *single mother* dari *parental burnout*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan *parental burnout* pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood*. Sampel penelitian ini berjumlah 96 *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* di Kota Padang. Teknik pengambilan sampel adalah *convenience sampling*. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional menggunakan *Spearman's Rank*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan adaptasi alat ukur *Parenting-Related Self-compassion* (P-SCS) dan adopsi alat ukur *Parental Burnout Assessment* (PBA-ID). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan *parental burnout* pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood*. Hasil tersebut dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar .000 ($p < .005$) dengan nilai koefisien korelasi sebesar -.443. Hal tersebut menunjukkan bahwa peningkatan *self-compassion* pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* diikuti oleh penurunan kecenderungan terjadinya *parental burnout* dan begitu sebaliknya.

Kata Kunci: *Single Mother, Middle Childhood, Parental Burnout, Self-compassion*