

LAMPIRAN

Lampiran 1 Populasi Berdasarkan Tabel Isaac & Michael

$$S = \frac{\lambda^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{d^2(N-1) + \lambda^2 \cdot P \cdot Q} = \frac{3,841 \times 1000 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2(1000-1) + 3,841 \times 0,5 \times 0,5} = 277$$

Jadi untuk populasi 1000 dengan tingkat *sampling error* dan *confidence level* 5% jumlah sampelnya 277

TABEL 5.1
PENENTUAN JUMLAH SAMPEL DARI POPULASI TERTENTU
DENGAN TARAF KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	163	138	2800	537	339	247
15	15	14	14	290	202	166	140	3000	543	342	248
20	19	19	19	300	207	169	143	3500	558	348	251
25	24	24	23	320	216	175	147	4000	569	352	254
30	29	28	27	340	225	181	151	4500	578	356	255
35	33	32	31	360	234	187	155	5000	586	358	257
40	38	36	35	380	242	192	158	6000	598	363	259
45	42	40	39	400	250	197	162	7000	606	366	261
50	47	44	42	420	257	201	165	8000	613	368	262
55	51	48	46	440	265	206	168	9000	618	370	263
60	55	52	49	460	272	210	171	10000	622	372	263
65	59	56	53	480	279	214	173	15000	635	376	266
70	63	59	56	500	285	218	176	20000	642	379	267
75	67	63	59	550	301	227	182	30000	649	381	268
80	71	66	62	600	315	235	187	40000	653	382	269
85	75	70	65	650	329	242	191	50000	655	383	269
90	79	73	68	700	341	249	195	75000	658	384	270
95	83	76	71	750	352	255	199	100000	659	385	270
100	87	80	73	800	363	261	202	150000	661	385	270
110	94	86	78	850	373	266	205	200000	661	385	270
120	102	92	83	900	382	270	208	250000	662	386	270
130	109	97	88	950	391	275	211	300000	662	386	270
140	116	103	92	1000	399	277	213	350000	662	386	270
150	122	108	97	1100	414	286	217	400000	662	386	270
160	129	113	101	1200	427	292	221	450000	663	386	270
170	135	118	105	1300	440	298	224	500000	663	386	270
180	142	123	108	1400	450	303	227	550000	663	386	270
190	148	128	112	1500	460	307	229	600000	663	386	270
200	154	132	115	1600	469	311	232	650000	663	386	270
210	160	136	118	1700	477	315	234	700000	663	386	270
220	165	140	122	1800	485	318	235	750000	663	386	271
230	171	144	125	1900	492	321	237	800000	663	386	271
240	176	148	127	2000	498	324	238	900000	663	386	271
250	182	152	130	2200	510	329	241	950000	663	386	271
260	187	156	133	2400	520	333	243	1000000	663	386	271
270	192	159	135	2600	529	336	245	∞	664	386	271

Lampiran 2 Uji Keterbacaan

No.	Uji Keterbacaan	Revisi
4.	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari lingkungan sosial.
6.	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan kecewa.
11.	Saya tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.	Saya kesal terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.
14.	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara seimbang.

Lampiran 3 Item Rest Correlation Self-Compassion

Estimate	Cronbach's α
Point estimate	0.923

Item	Item-rest correlation
SJ 1	0.336
O2	0.393
O6	0.624
SJ8	0.407
M9	0.368
CH10	0.431
SJ11	0.531
SK12	0.591
I13	0.673
M14	0.465
CH15	0.536
SJ16	0.596
M17	0.779
I18	0.668
SK19	0.699
O20	0.860
SJ21	0.425
M22	0.656
SK23	0.547
O24	0.610
I25	0.344
SK26	0.710

Lampiran 4 Skala Welas Diri (SWD) Milik Sugianto et al (2020)

Hampir Tidak Pernah – Hampir Selalu

No Item Pernyataan

Subskala Mengasihi Diri

- 5. Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasa terluka secara emosional
- 12 Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan.
- 19 Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan
- 23 Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya.
- 26 Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.

Subskala Menghakimi Diri

- 1 Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya.
- 8 Di Waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya.
- 11 Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai.
- 16 Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya
- 21 Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan

Subskala Kemanusiaan Universal

- 3 Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagai bagian hidup yang dilewati semua orang.
- 7 Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya.
- 10 Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh Sebagian besar orang.
- 15 Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya.

Subskala Isolasi

- 4 Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia.

No Item	Pernyataan
13	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih Bahagia dibandingkan saya.
18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup.
25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut.

Subskala *Mindfulness*

- 9 Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil
- 14 Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang.
- 17 Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar.
- 22 Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan.

Subskala *Overidentifikasi*

- 2 Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah.
- 6 Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu.
- 20 Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan.
- 24 Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan kejadian tersebut.

Lampiran 5 Kuesioner Penelitian

SURVEI KONDISI PERAWAT RUMAH SAKIT

Selamat Pagi/Siang/Sore/Malam

Perkenalkan, saya Kayla Ajrina dari Universitas Pembangunan Jaya sedang melakukan **penelitian terhadap kondisi perawat rumah sakit**. Saya memohon ketersediaan saudara yang sesuai dengan karakteristik di bawah ini untuk mengisi kuesioner:

1. Perawat
2. Bekerja di rumah sakit

Data yang diperoleh hanya dipergunakan untuk kepentingan penelitian dan akan dijaga kerahasiaannya. Tidak ada jawaban salah maupun benar dalam kuesioner ini, oleh karena itu silahkan saudara mengisi sesuai dengan apa yang dirasakan.

Berdasarkan penjelasan di atas, apabila saudara setuju untuk menjadi responden dalam penelitian ini maka saudara dapat melanjutkan pengisian kuesioner di bawah ini.

Apabila saudara memiliki pertanyaan, silakan menghubungi kontak di bawah ini: (085624039126/kayla.ajrina@student.upj.ac.id)

Terima Kasih.

kaylaajrina@gmail.com Ganti akun

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

Email *

kaylaajrina@gmail.com

Apakah Saudara Setuju untuk menjadi Responden dalam Kuesioner ini? *

Ya

Tidak

Usia. *

Contoh : 40

20

Tempat tinggal saat ini. *

Pulau Jawa

Pulau Kalimantan

Pulau Papua

Pulau Sulawesi

Pulau Sumatera

Jenis Kelamin. *

Perempuan

Laki-laki

Tipe rumah sakit. *

Berdasarkan kriteria bangunan dan prasarana, kemampuan pelayanan, sumber daya manusia dan peralatan.

Rumah sakit umum kelas A

Rumah sakit umum kelas B

Rumah sakit umum kelas C

Rumah sakit umum kelas D

Rumah sakit khusus kelas A

Rumah sakit khusus kelas B

Rumah sakit khusus kelas C

Kepemilikan rumah sakit. *

Rumah sakit pemerintah

Rumah sakit swasta

Pembagian Unit Kerja. *

Intalasi Gawat Darurat (IGD)

Rawat Inap

Rawat Jalan

SURVEI KONDISI PERAWAT RUMAH SAKIT

kaylaajrinaa@gmail.com Ganti akun

Petunjuk Pengerjaan

Pada Bagian Kuesioner ini saudara diminta untuk mengisi beberapa pernyataan mengenai kondisi diri saudara. Saudara dipersilahkan untuk **memilih satu jawaban** yang sesuai dengan diri saudara dalam setiap pernyataan yang diberikan.

Bacalah setiap pernyataan dengan teliti, pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara karena **tidak ada** jawaban salah maupun benar dalam pernyataan ini. Keterangan pilihan jawaban dalam pernyataan adalah sebagai berikut:

1 = Hampir Tidak Pernah
5 = Hampir Selalu

Lama waktu bekerja sebagai perawat. *

0 - 5 tahun

>5 - 10 tahun

>10 - 15 tahun

>15 tahun

Pendidikan. *

D-III Keperawatan

D-IV Keperawatan

S1 Keperawatan

Ners

S2 Keperawatan

Ners Spesialis

S3 Keperawatan

Kembali Berikutnya Kosong formulir

SURVEI KONDISI PERAWAT RUMAH SAKIT

kaylaajrinaa@gmail.com Ganti akun

* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

Kondisi diri Perawat

Bacalah pernyataan berikut dengan baik sebelum menjawab, kemudian pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri saudara.

Saya tidak menerima kekurangan saya. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terus terpaku pada segala hal yang salah. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan kecewa. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

Kembali Berikutnya Kosong formulir

Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan kecewa. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Saya cenderung bersikap keras pada diri saya. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Saya cenderung bersikap keras pada diri saya. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya kesal, saya berusaha mengontrol emosi. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya kesal, saya berusaha mengontrol emosi. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

2

3

4

5

Hampir Selalu

Saya kesal terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian yang saya butuhkan. *

Hampir Tidak Pernah

Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian yang saya butuhkan. *

Hampir Tidak Pernah

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hampir Selalu

Saya cenderung merasa orang lain lebih bahagia daripada saya. *

Hampir Tidak Pernah

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hampir Selalu

Saya cenderung merasa orang lain lebih bahagia daripada saya. *

Hampir Tidak Pernah

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hampir Selalu

Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara seimbang. *

Hampir Tidak Pernah

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hampir Selalu

Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya. *

Hampir Tidak Pernah

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hampir Selalu

Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar. *

Hampir Tidak Pernah

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hampir Selalu

Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya. *

Hampir Tidak Pernah

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hampir Selalu

Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup. *

Hampir Tidak Pernah

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hampir Selalu

Hampir Selalu

Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

5

Hampir Selalu

Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa keterbukaan. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa keterbukaan. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Saya bersikap toleran terhadap kekurangan saya. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

5

Hampir Selalu

Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesar-besarkan kejadian tersebut. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Saya mencoba untuk memahami pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai. *

Hampir Tidak Pernah

1

2

3

4

5

Hampir Selalu

Kirim salinan jawaban saya.

Kosongkan formulir

S

Lampiran 6 Data Demografis

Demografis Usia

Usia	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
21-39	367	93.147	93.147	93.147
40-55	27	6.853	6.853	100.000
<i>Missing</i>	0	0.000		
Total	394	100.000		

Demografis Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Laki-laki	123	31.218	31.218	31.218
Perempuan	271	68.782	68.782	100.000
<i>Missing</i>	0	0.000		
Total	394	100.000		

Demografis Domisili

Domisili	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Pulau Jawa	214	54.315	54.315	54.315
Pulau Kalimantan	69	17.513	17.513	71.827
Pulau Papua	14	3.553	3.553	75.381
Pulau Sulawesi	53	13.452	13.452	88.832
Pulau Sumatera	44	11.168	11.168	100.000
<i>Missing</i>	0	0.000		
Total	394	100.000		

Demografis Kepemilikan Rumah Sakit

Kepemilikan rumah sakit	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rumah Sakit Pemerintah	204	51.777	51.777	51.777
Rumah Sakit Swasta	190	48.223	48.223	100.000
<i>Missing</i>	0	0.000		
Total	394	100.000		

Demografis Lama Bekerja Sebagai Perawat

Lama Bekerja Sebagai Perawat	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
<5 tahun	140	35.533	35.533	35.533
5-<10 tahun	195	49.492	49.492	85.025
10-<15 tahun	50	12.690	12.690	97.716
≥15 tahun	9	2.284	2.284	100.000
<i>Missing</i>	0	0.000		
Total	394	100.000		

Lampiran 7 Uji Hipotesis

Skor Total	
Valid	394
Missing	0
Mean	76.464
Std. Deviation	10.361
Minimum	48.000
Maximum	100.000

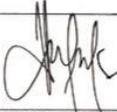
Lampiran 8 Formulir Pembimbingan Skripsi

	FORMULIR PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TA	SPT-1/03/SOP-28/F-03
		No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Kayla Ajrina
 Prodi/NIM : Psikologi / 2019031015
 Judul Skripsi/TA yang diajukan : Gambaran *Self-Compassion* pada Perawat Rumah sakit

No	Tanggal	Materi Pembimbingan	Paraf Mhs	Paraf Dosen Pembimbing
1	16 Februari 2024	Revisi Bab I - III dan membahas hasil dari sidang Seminar Proposal Skripsi		
2	23 Februari 2024	Revisi Bab I		
3	7 Maret 2024	Revisi Bab I - III		
4	17 Maret 2024	Membahas jumlah responden yang sudah diperoleh		
5	4 April 2024	Membahas progres Skripsi serta jumlah responden yang sudah diperoleh		
6	3 Mei 2024	Analisis data pada Bab IV		
7	4 Mei 2024	Analisis data pada Bab IV		
8	27 Mei 2024	Revisi Bab I -IV		
9	30 Mei 2024	Revisi Bab IV		
10	31 Mei 2024	Revisi Bab I -V		

* Jika pembimbingan lebih dari minimal 8 kali, mohon membuat salinan formulir ini

	
Kayla Ajrina Mahasiswa	Elyana Dwi Farisandj S.Psi., M.Psi., Psikolog Dosen Pembimbing 1

Lampiran 9 Pengajuan Sidang Skripsi

	FORMULIR PENGAJUAN SIDANG SKRIPSI/TA	SPT-I/04/SOP-06/F-01
		No. Rekaman

Nama Mahasiswa : Kayla Ajrina

Prodi/NIM : Psikologi / 2019031015

Judul Skripsi/TA : *Gambaran Self-Compassion pada Perawat Rumah Sakit*

Dosen Pembimbing : 1. Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog

Dosen Penguji : 1. Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si. JAD : Lektor
 2. Maria Jane Tienovani, M.Psi., Psikolog JAD : Asisten Ahli

Jadwal Sidang : Tempat : Hari/Tanggal:

Telah memenuhi syarat Sidang Skripsi/TA: (mohon beri tanda V untuk syarat yang relevan)

No	Syarat	Ya	Tidak
1	IPK minimal 2.00	V	
2	Tidak ada nilai D untuk mata kuliah mayor/inti Prodi	V	
3	MK Skripsi/TA tercantum di BRS semester berjalan	V	
4	Lulus minimal 1 mata kuliah KOTA untuk tiap rumpun	V	
5	SPT-I/03/SOP-28/F-03 Formulir Pembimbingan Skripsi (minimal 8 x)	V	
6	Poin JSDP (minimal 75% persen dari syarat kelulusan)	V	
7	Mengumpulkan dokumen Skripsi/TA (sesuai ketentuan Prodi)	V	

Tangerang Selatan, 30 Mei 2024

Mengajukan	Mengetahui	Memeriksa	Menyetujui
			
Mahasiswa Kayla Ajrina	Dosen Pembimbing Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog	Koordinator Skripsi/TA Aries Yulianto, S.Psi., M.Si.	Kaprodi Aries Yulianto, S.Psi., M.Si.