

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP KESEPIAN
PADA SANTRI HM AL-MAHRUSIYAH PUTRI
LIRBOYO KEDIRI**

SKRIPSI

OLEH

AZIKA ALFIRDAUS
NPM. 19.06.0.0335
NIK. 3524114102020003



**UNIVERSITAS ISLAM TRIBAKTI (UIT) LIRBOYO KOTA KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN, DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

JUNI 2023

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP KESEPIAN
PADA SANTRI HM AL-MAHRUSIYAH PUTRI LIRBOYO
KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo Kota Kediri
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program sarjana

Oleh

Azika Alfirdaus

NPM. 190600335

NIK. 3524114102020003

**UNIVERSITAS ISLAM TRIBAKTI (UIT) LIRBOYO KOTA KEDIRI
FAKULTAS DAKWAH, USHULUDDIN, DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
JUNI 2023**

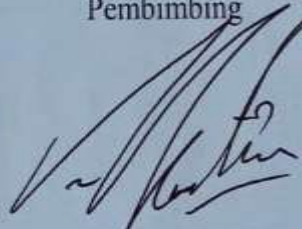
PERSETUJUAN PEMBIMBING

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP KESEPIAN
PADA SANTRI HM AL-MAHRUSIYAH PUTRI LIRBOYO
KEDIRI**

Azika Alfirdaus
NPM. 190600335
NIK. 3524114102020003

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Kediri, 18 Maret 2023
Pembimbing



(Mentari Marwa, S. Kep., MA)

NIDN 2110058903

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH *SELF-COMPASSION* TERHADAP KESEPIAN
PADA SANTRI HM AL-MAHRUSYAH PUTRI
LIRBOYO KEDIRI

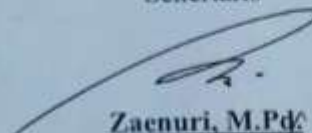
AZIKA ALFIRDAUS
NPM. 190600335
NIK. 3524114102020003

Telah di Munaqosahkan di depan sidang munaqosah
Universitas Islam Tribakti (UIT) Kediri
Pada tanggal, 18 juni 2023

Ketua


Mentari Marwa, S.Kep.,MA
NIDN 2110058903

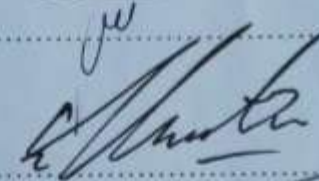
Sekretaris


Zaenuri, M.Pd.

Tim Penguji

- A. Penguji Utama
Beti Malia Rahma H. M.Psi., Psikolog
NIDN. 2011019002
- B. Penguji I
Mentari Marwa, S.Kep.,MA
NIDN 2110058903
- C. Penguji II
Zaenuri, M.Pd.


(.....)


(.....)


(.....)

Kediri, ... Juni 2023

Dekan Fakultas Dakwah, Ushuluddin dan Psikologi




H. MAHFUDH, M.Pd.I

NIDN. 2106097401

MOTTO

إذ الفتي حسب اعتقاده رفع - و كل من لم يعتقد لام ينتفع

“Keberhasilan seorang pemuda dilihat dari kadar keyakinannya

Barang siapa yang tidak mempunyai keyakinan

Maka tidak akan dapat manfaat”

(Imriti)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, sujud syukur kami persembahkan pada-Mu ya Allah, Tuhan yang Maha Agung dan Maha Tinggi. Atas takdirmu kami bisa menjadi pribadi yang berpikir, berilmu, beriman, dan bersabar. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal untuk masa depan dalam meraih cita-cita kami. Skripsi ini kami persembahkan untuk:

1. Kedua Orang tua bapak dulmanan dan ibu sini yang menjadi alasan utama semangat dan menjadi pendukung besar dalam proses menjalankan studi serta senantiasa menyayangi, mendoakan, dan juga memberikan teladan-teladan kehidupan hingga kami dapat menjadi pribadi yang seperti ini
2. Kakak kami tercinta Duwik Hidayanti yang selalu mendukung, mendoakan, memotivasi dan yang selalu ada menemani keluh kesah dalam proses studi.
3. Pondok Pesantren HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kediri yang telah memberikan segudang ilmu dan pengalaman.
4. Semua guru-guru terkhususkan Ustadzah Nurullia Hasanah, S. Pd guru kami tercinta yang selalu bersabar, mendidik, mendoakan, memotivasi serta selalu *support* dalam proses studi.
5. Ustadzah Muflihah Ali S. Kom. selaku ketua Pondok Pesantren HM Al-Mahrusiyah Asrama Ar-Roudhoh yang telah memberikan izin dan kemudahan serta bantuan dalam proses penelitian ini.
6. Keluarga besar yang selalu mendukung dan memberikan semangat dalam proses studi.
7. Seorang imam yang masih dalam rahasia Allah namun mampu mendobrak semangat dalam menjalani proses studi.
8. Sahabat dan teman-teman yang senantiasa memberikan semangat, mendukung, dan memberi motivasi, serta menemani keluh kesah dalam proses

KATA PENGANTAR

Alḥamdulillāh penulis panjatkan kehadiran Allāh SWT atas rahmat karunia yang dilimpahkan-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini mengungkapkan pengaruh *self-compassion* terhadap kesepian pada santri hm al-mahrusiyah putri lirboyo kediri.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah memberi bantuan berupa arahan dan dorongan selama penulis studi. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan kepada yang terhormat:

1. Dr. K.H Reza Ahmad Zahid, Lc. M.A selaku Rektor Universitas Islam Tribakti (UIT) Lirboyo KotaKediri
 2. H. Mahfudh, M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Dakwah, Ushuluddin dan Psikologi beserta staf, atas segala kebijaksanaan, perhatian dan dorongan sehingga peneliti selesai studi.
 3. Mentari Marwa, S. Kep., M.A selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak membantu, mengarahkan, membimbing, dan memberi dorongan sampai skripsi ini terwujud
 4. K.H Izzul Maula Dliya'ullah, M.Pd selaku Pengasuh Pondok Pesantren HM Al-Mahrusiyah Lirboyo beserta dzuriyah yang selalu memotivasi dan membimbing dalam proses studi.
 5. Ning Hj. Nafisah yang telah memberikan kemudahan serta bantuan dalam proses penelitian ini
 6. Ustdazah Muflihah Ali, S. Kom. selaku ketua Pondok Pesantren HM Al-Mahrusiyah Asrama Ar-Roudhoh yang telah memberikan izin dan kemudahan serta bantuan dalam proses penelitian ini.
 7. Ustadzah Nurullia Hasanah guru tercinta kami yang selalu bersabar, mendidik, mendoakan, memotivasi serta selalu *support* dalam proses studi.
 8. Kedua Orang tua yang menjadi alasan utama semangat dan menjadi pendukung besar dalam proses menjalankan studi serta senantiasa menyayangi, mendoakan, dan juga memberikan teladan-teladan kehidupan hingga kami dapat menjadi pribadi yang seperti ini
 9. Keluarga besar yang selalu mendukung dan memberikan semangat dalam proses studi.
 10. Sahabat dan teman-teman yang senantiasa memberikan semangat, mendukung, serta memberi motivasi dalam proses menuntut ilmu
- Semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allāh, dan semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi siapa saja yang membacanya. Aamiin.

Lirboyo, 8 Mei 2023
Azika Alfirdaus

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
PEDOMAN LITERASI.....	xvi
ABSTRAK	xvii
BAB 1 : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Kegunaan Penelitian.....	7
E. Hipotesis Penelitian	8
F. Definisi Operasional	8
G. Penelitian Terdahulu	9
H. Sistematika Penulisan	11
BAB II: KAJIAN TEORI	13
A. <i>Self- Compassion</i>	13
1. Pengertian <i>self-compassion</i>	13
2. <i>Self-compassion</i> Menurut Pandangan Islam	16
3. Aspek <i>Self-compassion</i>	20
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self-compassion</i>	21

B. Kesepian	23
1. Pengertian Kesepian	23
2. Aspek-aspek Kesepian	24
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesepian	26
4. Keterkaitan <i>Self-compassion</i> dengan Kesepian.....	28
 BAB III: METODE PENELITIAN	 31
A. Rancangan Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel	31
1. Populasi	31
2. Sampel	32
C. Instrumen Penelitian.....	32
1. Skala Kesepian	34
2. Skala <i>Self-compassion</i>	34
D. Teknik Pengumpulan Data.....	35
1. Metode Dokumentasi	35
2. Instrumen	35
E. Teknik Analisis Data.....	36
1. Uji Reliabilitas	36
2. Uji Validitas	37
3. Uji Normalitas	37
4. Teknik Analisis Data	38
 BAB IV: PAPARAN HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 39
A. Hasil Penelitian	39
1. Gambaran Umum Objek penelitian.....	39
a. Letak Geografis Pondok Pesantren HM- Almahrusiyah I Lirboyo Kediri	39
b. Sejarah Pondok Pesantren HM Putri Al-Mahrusiyah Lirboyo Kediri	40

c.	Profil Pendidikan PP Putri Lirboyo Al-Mahrusiyah Kediri.....	46
d.	Stuktur Kepengurusan Pondok Pesantren HM Al-Mahrusiyah ...	49
B.	Penyajian Data	51
1.	Deskripsi Umum Subjek Penelitian	51
2.	Deskripsi Responden berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia.....	51
3.	Deskripsi Responden berdasarkan Pendidikan	52
4.	Analisis Statistik Deskriptif	52
a.	Deskriptif Variabel <i>Self-compassion</i>	52
b.	Deskriptif Variabel Kesepian.....	55
5.	Deskripsi Responden berdasarkan <i>Self-compassion</i> * Kesepian	58
6.	Uji Hipotesis	60
C.	Pembahasan	60
1.	<i>Self- Compassion</i> pada santri baru HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri	60
2.	Tingkat kesepian pada santri baru HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri	62
3.	Pengaruh <i>Self- Compassion</i> terhadap Kesepian pada santri baru HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kota Kediri.....	65
BAB V: PENUTUP		68
A.	Kesimpulan	68
B.	Saran	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Perhitungan Instrumen Kesepian	34
Tabel 3.2 Perhitungan Instrumen Adaptasi <i>Self-Compassion Scale</i>	34
Tabel 4.1 Perkembangan Dan Pergantian Nama PP HM Al-Mahrusiyah ...	44
Tabel 4.3 Case Prosessing Summary	50
Tabel 4.4 <i>Gambaran</i> Subjek dilihat dari jenis kelamin dan usia	50
Tabel 4.5 Frekuensi responden berdasarkan Pendidikan	52
Tabel 4.6 Hasil Analisis Angket <i>Self-Compassion</i>	52
Tabel 4.7 Tabulasi Skor Angket <i>Self Compassion</i>	53
Tabel 4.8 Kategori <i>Self- Compassion</i>	55
Tabel 4.9 Hasil Analisis Angket Kesepian	55
Tabel 4.10 Tabulasi Skor Kesepian	57
Tabel 4.11 Kategori Kesepian.....	58
Tabel 4.12 <i>Self-Compassion</i> * Kesepian <i>Crosstabulation</i>	60
Tabel 4.13 Hasil Analisis Uji Chi-Square	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.2 Stuktur Kepengurusan PP. HM Al-Mahrusiyah	49
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A Skala <i>Try Out</i>	78
LAMPIRAN B Tabulasi Data Penelitian	85
LAMPIRAN C Uji Reli, Valid, dan Normalitas	89
LAMPIRAN D Skala Penelitian	95
LAMPIRAN E Uji <i>Chi Square</i>	101

PEDOMAN TRANSLITERASI

Translate Arab-Indonesia Universitas Agama Islam Tribakti (UIT)

Lirboyo Kota Kediri adalah sebagai berikut:¹

Arab	Indonesia	Arab	Indonesia
ا	'	ط	ṭ
ب	b	ظ	ẓ
ت	T	ع	'
ث	th	غ	gh
ج	J	ف	f
ح	ḥ	ق	q
خ	kh	ك	k
د	d	ل	l
ذ	dh	م	m
ر	r	ن	n
ز	z	و	w
س	s	ه	h
ش	sh	ء	'
ص	ṣ	ي	y
ض	ḍ		

Untuk menunjukkan bunyi hidup Panjang (*madd*), maka caranya dengan menuliskan coretan horizontal (*macron*) di atas huruf, seperti \bar{a} , \bar{i} , dan \bar{u} (ا, ي, dan و). Bunyi hidup double (*diphthong*) arab ditransliterasikan dengan menggabungkan dua huruf “ay dan aw”, seperti *layyinah*, *lawwāmah*. Kata yang berakhiran *tā' marbūtah* dan berfungsi sebagai *ṣifah* (*modifier*) atau *muḍāf ilayh* ditransliterasikan dengan “ah”, sedangkan yang berfungsi sebagai *muḍāf* ditransliterasikan dengan “at”.

¹ *Pedoman penulisan karya tulis ilmiah (makalah, proposal, dan skripsi)*, 2018 ed. (Institut Agama Islam Tribakti (IAIT) Kediri: Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M), t.t.).

ABSTRAK

ALFIRDAUS, AZIKA.2023: *Pengaruh Self-Compassion terhadap Kesepian pada Santri HM Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri*, UIT Lirboyo Kediri, Dosen Pembimbing Mentari Marwa, S. Kep., MA

Kata Kunci: *Self-Compassion, Kesepian, Santri*

Self-Compassion adalah memberikan perlakuan yang baik pada dirinya sendiri serta mengakui atas kekurangan yang ia miliki sebagai sesuatu yang wajar karena semua manusia pasti memiliki kekurangan. *Self-compassion* ini merupakan akar dari kebahagiaan seseorang dikarenakan apabila seseorang memiliki *self-compassion* maka ketika ia mendapatkan kondisi yang sulit sekalipun, ia akan tetap menghadapinya dengan mencari serta memahami makna dibalik kondisi sulit tersebut daripada menghindari rasa sakit akan kondisi yang sulit yang dihadapi pada saat itu. Individu dengan *self-compassion* tidak akan mengkritik diri secara berlebihan, sehingga mampu mengurangi kesepian yang dirasakan pada individu.

Dari uraian di atas, maka dapat dirumuskan masalah peneliti sebagai berikut (1) Bagaimana *self-compassion* pada santri HM Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri? (2) Bagaimana tingkat kesepian pada santri HM Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri? (3) Apakah ada pengaruh *self-compassion* terhadap kesepian pada santri HM Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri?

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode statistik. Penelitian ini menggunakan statistik inferensial untuk menganalisis datanya. Dengan jumlah sampel 40 santri dan pelaksanaan penelitian ini di PP HM Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri. Pengumpulan data menggunakan dokumentasi dan angket. Sedangkan analisis datanya menggunakan uji *Chi-Square* dengan menggunakan aplikasi bantu hitung *Statistical Package For the Sosial Sciences* (SPSS) Versi 26.0

Hasil penelitian, yaitu (1) *Self-compassion* pada santri baru di HM Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri berkategori Sedang. (2) tingkat kesepian pada santri baru di

HM Al-Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri berkategori Sedang. (3) Berdasarkan hasil analisis data dengan analisis uji *Chi-Square* didapatkan nilai *significancy* 0,089. Nilai Asymp. Sig > 0,05, maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh *self-compassion* terhadap kesepian pada Santri HM Al-Mahrusiyah Lirboyo Kediri

