

SELF COMPASSION
IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
(Studi Kasus di Sekolah Luar Biasa Al - Khariq Ngronggot Nganjuk)

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)



Oleh :

SULISTYANINGSIH

9.334.053.17

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN ILMU DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) KEDIRI
2021

SELF COMPASSION
IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
(Studi Kasus di Sekolah Luar Biasa Al - Khariq Ngronggot Nganjuk)

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

SULISTYANINGSIH

9.334.053.17

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN ILMU DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) KEDIRI
2021

HALAMAN PERSETUJUAN

SELF COMPASSION

**IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
(Studi Kasus di Sekolah Luar Biasa Al-Khariq Ngronggot Nganjuk)**

Disusun Oleh :

SULISTYANINGSIH

Nim. 9334.053.17

Disetujui oleh :

Pembimbing I



Dr. Moh. Shofiyatul Huda MF, M.Ag.
NIP. 19760708 200312 1 003

Pembimbing II



Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog
NIP. 19831113 201903 2 004

NOTA DINAS

Kediri, 16 Juni 2021

Nomor :
Lampiran : 4 (empat berkas)
Hal : Bimbingan Skripsi
Kepada
Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Ilmu Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 – Ngronggo

Assalamualaikum Wr Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : SULISTYANINGSIH
Nim : 933405317
Judul : *SELF COMPASSION* IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS (Studi Kasus di Sekolah Luar Biasa Al-Khariq Ngronggot Nganjuk)

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Moh. Shofiyatul Huda MF, M.Ag
NIP. 19760708 200312 1 003

Pembimbing II



Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog
NIP. 19831113 201903 2 004

HALAMAN PENGESAHAN

SELF COMPASSION

IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS
(Studi Kasus di Sekolah Luar Biasa Al-Khariq Ngronggot Nganjuk)

SULISTYANINGSIH


Nim. 9.334.053.17

Telah diujikan didepan Sidang Munaqosah Institut Agama Islam Negeri (IAIN)
Kediri pada tanggal 13 Juli 2021

Tim Penguji,


1. Penguji Utama

Moch. Muwaffiqillah, M.Fil.I
NIP. 19771130200312 1 002

(.....)

2. Penguji I

Dr. Moh. Shofiyatul Huda MF, M.Ag.
NIP. 19760708 200312 1 003

(.....)

3. Penguji II

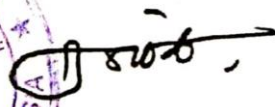
Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog
NIP. 19831113 201903 2 004

(.....)

Kediri, 13 Juli 2021

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah



(.....)

Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag
NIP. 19750613 200312 1 004

HALAMAN MOTTO

“Kehidupan yang kita keluhkan hari ini adalah kehidupan yang diinginkan oleh orang lain diluar sana, maka perbanyaklah rasa syukur.”

Allah SWT said :

وَإِذْ تَأْتِيَنَّكُمْ رِزْقُكُمْ لَيْسَ بِشَاكِرِينَ لَهُ إِلَّا لَأُزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

"Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat."

(QS. Ibrahim 14: Ayat 7)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah skripsi ini telah selesai dengan penuh perjuangan dan kerja keras serta do'a , oleh sebab itu secara khusus saya persembahkan kepada :

1. Allah SWT yang memberikan karunia yang luar biasa sebaga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir.
2. Nabi Muhammad SAW yang telah menunjukkan jalan kebenaran dan mengajarkan kesabaran.
3. Ibu dan keluarga tercinta yang telah memberikan kasih sayang sejak kecil, nasehat – nasehat dan do'a hingga saat ini dan seterusnya
4. Bapak dosen pembimbing Dr. Moh. Shofiyatul Huda MF, M.Ag. dan ibu Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog. Terimakasih selalu memberikan saran yang sangat penting dan memberi semangat dalam penyusunan skripsi ini.

ABSTRAK

SULISTYANINGSIH, 2021. *Self Compassion* Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Kasus di Sekolah Luar Biasa Al - Khariq Ngronggot Nganjuk), Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri. Pembimbing (1) Dr. Moh. Shofiyatul Huda MF, M.Ag. dan (2) Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog

Kata kunci : *Self Compassion*, Ibu, Anak Berkebutuhan Khusus

Kondisi mampu menerima serta memberi kebaikan atas dirinya dengan cara tidak menghakimi ataupun mengkritik atas takdir yang didapat adalah bagian dari *self compassion*. *Self compassion* sendiri menurut Kristin Neff ialah bagaimana individu dapat memberikan perlakuan yang baik pada dirinya sendiri serta mengakui atas kekurangan yang ia miliki sebagai sesuatu yang wajar karena semua manusia pasti memiliki kekurangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *self compassion* ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan faktor-faktor yang mempengaruhi *self compassion*.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan ialah wawancara, observasi, serta dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 6 ibu ABK serta *significant other* berjumlah 1 orang guru SLB. Analisis data melalui tiga proses yaitu reduksi data, penyajian data, dan verifikasi data.

Hasil penelitian ini menunjukkan Setiap ibu memiliki gambaran *self compassion* yang berbeda-beda. Gambaran *self compassion* ini ditunjukkan melalui 3 komponen, yaitu *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness*. Gambaran *self compassion* ibu – ibu ini menunjukkan bagaimana ibu – ibu ini dapat memberikan kebaikan pada dirinya atas kondisi yang ibu – ibu ini alami yakni dimilikinya anak berkebutuhan khusus namun mereka tetap mencari solusi atas kondisi yang ada, sehingga mereka tidak semerta – merta berpangku tangan terhadap kondisi anaknya yang berkebutuhan khusus. Gambaran *self compassion* ibu ini memiliki kesamaan dengan konsep dalam islam yakni tawakal, ridha, dan qana'ah. Para ibu – ibu ini tetap berusaha dan berdo'a melakukan segala upaya terbaik untuk penyembuhan sang anak , dan setelahnya ia hanya mampu menerima (ridha) ketetapan-Nya. Sehingga ketika ibu – ibu ini menerima secara ikhlas (ridha) ia akan memiliki rasa cukup (qana'ah) dan akan terlihat dari rasa kebersyukuran mereka. Faktor – faktor yang mempengaruhi *self compassion* pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB Al-Khariq Ngronggot Nganjuk diantaranya adalah faktor usia, kecerdasan emosi, kepribadian, budaya, dan peran orang tua. Namun diantara faktor tersebut faktor yang paling dominan mempengaruhi *self compassion* ibu ialah faktor usia, kecerdasan emosi dan kepribadian. Sementara itu selain faktor – faktor ini ditemukan faktor lain yang mampu mempengaruhi *self compassion* ibu yakni faktor *social support* dan religiusitas.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah 'Alamin, semua rasa syukur dan pujian hanya dan bagi Allah semata, karena dengan semua kenikmatan dan karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini. Sholawat dan salam senantiasa tertuju kepada Nabi Agung Muhammad SAW. yang selalu dinantikan syafaatnya atas izin Allah *ilayaumul qiyamah*.

Penulis menyadari bahwa penyelesaian penelitian ini akan terasa berat dan sulit tanpa petunjuk-Nya. Tidak lupa pula keterlibatan berbagai pihak, termasuk dalam bentuk bimbingan, dukungan, bantuan dan doa serta motivasi, baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis menghaturkan terima kasih yang sebesar besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Nur Chamid, MM, Rektor Institut Agama Islam Negeri Kediri
2. Bapak Dr. Mohammad Asror Yusuf, M.Ag., Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si, Ketua Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri.
4. Ibu Dewi Hamidah, S.Si., M.Pd., Dosen Wali penulis selama menempuh kuliah di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri. Penulis mengucapkan terimakasih telah memberikan saran, motivasi dan arahan kepada penulis selama menempuh perkuliahan.
5. Bapak Dr. Moh. Shofiyatul Huda MF, M.Ag_ dan ibu Novi Wahyu Winastuti, M.Psi., Psikolog, dosen pembimbing yang telah sabar dan teliti dalam

membimbing penulis. *Jazaakallahu Khairan Katsiir* penulis haturkan atas waktu yang telah beliau berikan untuk bimbingan, arahan, serta motivasi dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

6. Dewan Penguji skripsi yang telah memberikan kritik yang membangun serta arahan dalam menyempurnakan kekurangan yang ada dalam penelitian penulis.
7. Semua Dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri, yang telah memberikan tenaganya serta pikiran untuk mendidik, membimbing, dan memberikan ilmunya kepada penulis, semoga Allah melipat gandakan amal kebaikan mereka. *Aamiin...*
8. Segenap Staff Akademik Fakultas Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Kediri, penulis mengucapkan terimakasih atas partisipasi dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Segenap Pengelola Bidikmisi / KIP-K serta pengurus dari teman – teman mahasiswa angkatan 2017 yang telah membantu, penulis mengucapkan terimakasih banyak atas bantuannya.
10. Kepala Sekolah dari SLB Al–Khariq beserta guru–guru di dalamnya, yang telah memberikan kemudahan informasi dan bantuan selama penelitian, sehingga terselesainya skripsi ini.
11. Semua subjek yang terlibat dalam penelitian, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan informasi dan bantuan selama penelitian berlangsung sehingga terselesainya skripsi ini.

12. Ayah, Ibu dan keluarga tercinta yang telah memberikan support dan do'anya yang tiada henti-hentinya.
13. Teman-teman Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, khususnya Prodi Psikologi Islam angkatan 2017 secara tidak langsung telah memotivasi dalam penulisan skripsi ini serta telah mewarnai perjalanan selama menempuh perkuliahan.
14. Serta berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan yang telah terlibat baik langsung ataupun secara tidak langsung..
15. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all times.*

Akhirnya, dengan segala keterbatasan penulis menyadari dalam penelitian ini banyak kekurangan, penulis berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi diri saya maupun orang lain. Penulis mengharap kritik dan saran dari semua pihak.

Nganjuk, 13 Juli 2021

Penulis,

Sulistyaningsih

NIM 933405317

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
NOTA DINAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I: PENDAHULUAN	
A. Konteks Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Kegunaan Penelitian.....	7
E. Telaah Pustaka	9
BAB II: LANDASAN TEORI	
A. Self Compassion	14
1. Pengertian Self Compassion	14
2. Pengertian Self Compassion Menurut Pandangan Islam	17
3. Komponen Self Compassion.....	23

4. Faktor yang Mempengaruhi Self Compassion.....	26
B. Ibu	33
1. Pengertian Ibu	33
C. Anak Berkebutuhan Khusus.....	34
1. Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus.....	34
2. Klasifikasi Anak Berkebutuhan Khusus	36
D. Gambaran Self Compassion Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.....	46
 BAB III: METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	49
B. Kehadiran Peneliti.....	49
C. Subjek Penelitian.....	50
D. Lokasi Penelitian.....	51
E. Sumber Data.....	52
F. Teknik Pengumpulan Data.....	53
G. Teknik Analisis Data.....	55
H. Pengecekan Keabsahan Data.....	56
I. Tahap–tahap Penelitian	58
 BAB IV: PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN	
A. Profil Sekolah Luar Biasa Al–Khariq, Ngronggot Nganjuk	60
B. Karakteristik Subjek	61
C. Paparan Data	65
D. Hasil Observasi	92

E. Faktor yang Mempengaruhi Self Compassion	95
F. Temuan Penelitian	104
BAB V: PEMBAHASAN	
A. Gambaran Self Compassion Ibu yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.....	108
B. Faktor–faktor yang Mempengaruhi Self Compassion Pada Ibu yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus.....	124
BAB VI: PENUTUP	
A. Kesimpulan	149
B. Saran.....	150
DAFTAR PUSTAKA	152
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Daftar Keterangan Informan	60
Tabel 5.1 Teori Kepribadian Big Five	127

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara	I
Lampiran 2 Verbatim dan Catatan Lapangan	IV
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	LXXIX
Lampiran 4 Informed Consent	LXXX
Lampiran 5 Dokumentasi	LXXXV
Lampiran 6 Daftar Riwayat Hidup.....	XCIV