

# HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DAN RESILIENSI PADA WANITA DEWASA AWAL PENYANDANG KANKER PAYUDARA

Laila Fadhilah

10522784

Fakultas Psikologi  
Universitas Gunadarma

## ABSTRAK

*Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara self-compassion dan resiliensi pada wanita dewasa awal penyandang kanker payudara. Penelitian ini mengukur variabel resiliensi menggunakan skala resiliensi yang disusun oleh Connor dan Davidson (2003) berdasarkan lima aspek, yaitu kemampuan pribadi, kepercayaan pada naluri, penerimaan positif terhadap perubahan, pengendalian diri, dan spiritualitas. Skala self-compassion menggunakan aspek yang disusun oleh Neff (2011) yang terdiri dari tiga aspek, yaitu self-kindness, common humanity, dan mindfulness. Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara self-compassion dengan resiliensi pada wanita dewasa awal penyandang kanker payudara. Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, bangkit, dan beradaptasi ketika menghadapi kesulitan, serta meminimalkan dampak negatif dari tekanan yang dihadapi. Self-compassion membantu individu untuk bersikap penuh penerimaan, tidak menghakimi diri secara berlebihan, dan memberikan dukungan emosional kepada diri sendiri dalam menghadapi penyakit. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan non-probability sampling jenis snowball sampling. Pengambilan data menggunakan kuesioner dengan model skala Likert. Alat ukur yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment (Pearson Correlation) dengan bantuan SPSS (Statistical Product and Service Solution) for Windows.*

**Kata kunci:** Resiliensi, *Self-compassion*, wanita dewasa awal, kanker payudara  
(vii + 37)

Daftar Pustaka  
(1995-2025)