



## **Dinamika Welas Asih Diri pada Remaja dengan Skoliosis**

***Fatmiati<sup>1</sup>, Nida Ul Hasanat<sup>2</sup>***

*<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada*

### **Abstrak**

Skoliosis merupakan kelainan postural yang kerap ditemukan pada anak dan remaja selama dalam masa pertumbuhan. Kondisi ini sering kali menimbulkan tekanan, tidak hanya secara fisik tetapi juga berdampak pada aspek sosial dan psikologis. Konstruk welas asih diri (*self-compassion*) diperkenalkan sebagai pendekatan positif yang dapat membantu meringankan konsekuensi negatif dari penyakit kronis melalui sikap penerimaan tanpa penghakiman. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk memperoleh gambaran terkait dinamika welas asih diri pada remaja dalam menghadapi tantangan akibat skoliosis. Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan melibatkan tiga remaja yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur yang kemudian dianalisis menggunakan metode *thematic analysis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap welas asih diri pada remaja dengan skoliosis berkembang seiring waktu, dipengaruhi oleh berbagai faktor baik internal maupun eksternal. Temuan ini dikelompokkan ke dalam empat tema utama, yaitu: tantangan, dampak dari tantangan, proses adaptasi dan penerimaan, serta sumber dukungan.

***Kata kunci:*** *welas asih diri, tantangan, skoliosis, remaja*

### **Abstract**

*Scoliosis is a postural abnormality commonly found in children and adolescents during their growth period. This condition often causes stress, not only physically but also socially and psychologically. Self-compassion has been introduced as a positive approach that can help alleviate the negative impacts of chronic illness through an attitude of non-judgmental acceptance. This study aimed to explore the dynamics of self-compassion in adolescents facing the challenges of living with scoliosis. A qualitative descriptive method was employed, involving three adolescents selected through purposive sampling. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis. The findings showed that self-compassion in adolescents with scoliosis develops over time and is influenced by various internal and external factors. These findings were categorized into four main themes: challenges, the impact of challenges, the process of adaptation and acceptance, and sources of support.*

***Keywords:*** *self-compassion, challenges, scoliosis, adolescents*