

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
UCAPAN TERIMAKASIH	x
ABSTRAK	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Permasalahan	14
C. Tujuan Penelitian	15
D. Manfaat Penelitian	15
1. Manfaat Teoritis	15
2. Manfaat Praktis	15
E. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	16
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	19
A. <i>Self-compassion</i>	19
1. Definisi	19
2. Intervensi <i>Self-compassion</i>	21
3. Komponen <i>Self-compassion</i>	22
4. Faktor-Faktor <i>Self-compassion</i>	27
5. Manfaat <i>Self-compassion</i>	32
6. <i>Self-compassion</i> pada Lansia	34

B. <i>Reminiscence Therapy</i>	37
1. Definisi.....	37
2. Tipe Terapi <i>Reminiscence</i>	39
3. Manfaat <i>Reminiscence Therapy</i> pada Lansia	41
C. <i>Art Therapy</i>	44
1. Definisi.....	44
2. Manfaat dan Tujuan <i>Art Therapy</i> pada Lansia	46
D. Program Lansia Sabar	49
E. Lansia	51
1. Definisi.....	51
2. Permasalahan yang Biasa Dialami oleh Lansia	54
3. Lansia di Panti Wredha	59
F. Pengaruh Terapi Sabar terhadap <i>Self-compassion</i> pada Lansia	64
G. Hipotesis.....	66
BAB III METODE PENELITIAN	69
A. Definisi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	69
1. <i>Self-compassion</i>	69
2. Program Lansia Sabar	69
B. Subjek Penelitian	70
C. Metode Pengumpulan Data.....	71
D. Instrumen Pengumpulan Data.....	72
1. Modul Program “Lansia Sabar”	72
2. Ceklis Harian <i>Self-compassion</i>	74
3. Alat Ukur Cek Manipulasi	75
4. Lembar Persetujuan Penelitian (<i>Informed Consent</i>)	77
5. Lembar Evaluasi Peserta	77
7. Alat Menggambar	77

8. Lembar Kerja	77
9. Panduan dan Lembar Observasi	78
E. Prosedur Pelaksanaan Penelitian	78
1. Persiapan	78
2. Pelaksanaan Terapi	80
F. Metode Analisis dan Interpretasi Data	81
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	83
A. Deskripsi Subjek	83
B. Hasil Penelitian	83
1. Latar Belakang	83
2. Cek Manipulasi	91
3. Analisis Kuantitatif	94
4. Analisis Deskriptif	99
C. Diskusi	128
D. Keterbatasan Penelitian	155
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	157
A. Kesimpulan	157
B. Saran	158
1. Saran Teoritis	158
2. Saran Praktis	158
DAFTAR PUSTAKA	159
LAMPIRAN	165

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print</i> Program Lansia Sabar	74
Tabel 2. <i>Blue</i> Ceklis Harian <i>Self-compassion</i>	75
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Cek Manipulasi <i>Reminiscence Function Scale</i>	76
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Seni	77
Tabel 5. Deskripsi Subjek Penelitian	83
Tabel 6. Rangkuman Hasil Analisis Visual Grafik <i>Self-compassion</i> Harian.....	96
Tabel 7. Hal yang Disyukuri Partisipan	126
Tabel 8. Catatan Khusus Pertemuan Ke-enam	127

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	68
Gambar 2. Desain Penelitian	72
Gambar 3. Grafik Skor Skala Seni Partisipan	92
Gambar 4. Grafik Skor Skala <i>Reminiscence</i> Partisipan	93
Gambar 5. Grafik Ceklis Harian Partisipan	95

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kisi-Kisi Program ‘ <i>Lansia Sabar</i> ’	166
Lampiran 2. Ceklis Harian <i>Self-compassion</i>	171
Lampiran 3. Skala Cek Manipulasi	173
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Penelitian (<i>Informed Consent</i>)	178
Lampiran 5. Hasil Observasi	181
Lampiran 6. Lembar Observasi Penelitian Program Lansia Sabar	186
Lampiran 7. Lembar Evaluasi Peserta Terhadap Program ‘ <i>Lansia Sabar</i> ’	190
Lampiran 8. Evaluasi Peserta Program ‘ <i>Lansia Sabar</i> ’	192
Lampiran 9. Hasil Ceklis Harian <i>Self-compassion</i>	193
Lampiran 10. Catatan Pengalaman Berkesan	195
Lampiran 11. Hasil Pertemuan Peserta (Gambar dan Surat)	200
Lampiran 12. <i>Informed Consent</i> Peserta	217