

**PERAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP *FLOURISHING*
DENGAN *SELF-COMPASSION* SEBAGAI MEDIATOR PADA ISTRI TNI-
AD YANG MENJALANI PERNIKAHAN JARAK JAUH**

TESIS

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Derajat Magister
pada Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan



Oleh : Atina Okta Fadillah
2007043015

**MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

**PERAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP *FLOURISHING*
DENGAN *SELF-COMPASSION* SEBAGAI MEDIATOR PADA ISTRI TNI-
AD YANG MENJALANI PERNIKAHAN JARAK JAUH**

TESIS

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Derajat Magister
pada Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan



Oleh : Atina Okta Fadillah
2007043015

**MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

Tesis

**PERAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP *FLOURISHING*
DENGAN *SELF-COMPASSION* SEBAGAI MEDIATOR PADA ISTRI TNI-
AD YANG MENJALANI PERNIKAHAN JARAK JAUH**

ATINA OKTA FADILLAH
2007043015

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 06 Januari 2024

Susunan Dewan Penguji
Ketua/Pembimbing I



Dr. Siti Urbayatun, M.Si., Psikolog

Penguji I



Dr. Nurul Hidayah, M.Si., Psikolog

Penguji II



Elli Nur Hayati, M.P.H., Ph.D., Psikolog

Tesis ini telah diterima dan disahkan sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Magister Psikologi.

Yogyakarta, 15 Januari 2024

Dekan Fakultas Psikologi



Elli Nur Hayati, MPH., Ph.D., Psikolog

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillahirrahmanirrohim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Atina Okta Fadillah
NIM : 2007043015
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Magister Psikologi Profesi
Minat : Psikologi Klinis

Menyatakan tesis yang saya susun dengan judul "Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap *Flourishing* dengan *Self-Compassion* Sebagai Mediator Pada Istri TNI-AD yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh" ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jika dikemudian ahri ternyata pernyataan saya ini tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Yogyakarta,

Yang menyatakan



Atina Okta Fadillah

NIM : 2007043015

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Atina Okta Fadillah
NIM : 2007043015
E-mail : atina2007043015@webmail.uad.ac.id
Program Studi : Magister Psikologi Profesi Klinis
Fakultas : Psikologi
Judul Tesis : Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap *Flourishing* dengan *Self-Compassion* Sebagai Mediator Pada Istri TNI-AD yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah mendapatkan gelar magister baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi Pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemah melainkan gagasan, rumusan dan hasil pelaksanaan penelitian dan implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui pembimbing
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 23 Januari 2024
Yang menyatakan



(Atina Okta Fadillah)

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Atina Okta Fadillah
NIM : 2007043015
Email : atina2007043015@webmai.uad.ac.id
Fakultas : Magister Profesi Psikologi
Program Studi : Psikologi Klinis
Judul Tesis : Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap
Flourishing dengan *Self-Compassion* Sebagai
Mediator Pada Istri TNI-AD yang Menjalani
Pernikahan Jarak Jauh

Dengan ini saya menyerahkan hak *Sepenuhnya* kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu kepada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut: Saya (~~mengizinkan~~/tidak mengizinkan)* karya tersebut diunggah ke dalam Repository Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 23 Januari 2024



Atina Okta Fadillah

Mengetahui
Dosen Pembimbing

Dr. Siti Urbayatun, M.Si., Psikolog
NIPM. 19670321 20002 011 0937455

Ket:

*coret salah Satu

**jika diizinkan TA dipublish maka ditandatangani dosen pembimbing dan mahasiswa

MOTTO

حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ

Artinya: “Cukuplah Allah sebagai penolong bagiku dan Dia adalah sebaik-baik pelindung” (Q.S Ali'imran 273)

Be scared and do it anyways,

Be worried and do it anyways

It may be stormy now, but it never rains forever

PERSEMBAHAN



Puji dan syukur dihaturkan kepada Allah SWT atas segala nikmat, rahmat, dan ridho-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang merupakan syarat untuk mendapatkan gelas master psikologi.

Tesis ini, penulis persembahkan untuk:

Ayah dan Ibu

Yang selalu memanjatkan doa untuk kelancaran pendidikan penulis, yang selalu memberikan ilmu dan pengajaran kehidupan yang tidak diajarkan di pendidikan formal, serta yang selalu mendukung penulis dengan segala bentuk dukungannya. Terima kasih untuk Ayah dan Ibu sudah mau percaya dan menunggu penulis tanpa menuntut apapun terlepas dari segala kekurangan penulis.

Mbak Fit dan Mbak Ita

Terima kasih karena sudah selalu menjadi tempat pertama penulis kembali dan berkeluh kesah. Menjadi adik dari Mbak Fit dan Mbak Ita merupakan salah satu nikmat dari Allah SWT yang tidak pernah penulis minta, betapa bersyukur penulis memiliki dua kakak yang selalu mendukung dan menyayangi penulis.

Atina Okta Fadillah

Thankyou for finally being able to accept this imperfect journey. Thankyou for not giving up and always trust yourself. This imperfect journey has taught you a lot of thing that maybe only in this journey you can experience it. I'm so proud of you, with this process you growth a lot, dealing this process makes you more patience and improve your compassion. Lets walk together for another journey.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah SWt atas segala rahmat dan ridho-Nya, sehingga penulis bisa menyelesaikan Tesis ini meski masih banyak kekurangannya. Tesis ini dapat terselesaikan atas bimbingan, dukungan, kritik, saran dan bantuan dari pihak lain, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan yang Maha Esa, Allah SWT atas segala nikmat, berkah, dan rahmat serta menjadi tempat penulis meminta pertolongan dalam suka maupaun duka, terutama dalam proses penyelesaian Tesis ini.
2. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, Ibu Elli Nur Hayati, M.P.H., Ph.D., Psikolog.
3. Dosen pembimbing tesis I Ibu Dr. Siti Urbayatun, M.Si., Psikolog dan dosen pembimbing tesis II Ibu Elli Nur Hayati, M.P.H., Ph.D., Psikolog yang senantiasa membimbing penulis dalam penyusunan Tesis dan berusaha untuk meluangkan waktunya dalam membimbing penulis.
4. Dosen pembimbing akademik, Ibu Dessy Pranungsari, M.Psi., Psikolog yang selalu mendukung penulis dan banyak membantu penulis selama pelaksanaan PKPP serta perkuliahan secara keseluruhan.
5. Segenap Dosen Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan yang senantiasa membimbing penulis dalam bidang praktik maupun akademik. Serta, seluruh staf TU atas kemudahan bantuan informasi yang diberikan selama proses pengerjaan Tesis dan perkuliahan.

6. Seluruh pihak di Korem 072 Pamungkas yang telah memberikan izin penelitian dan membantu penulis dalam melaksanakan pengambilan data. Serta kepada seluruh responden penelitian baik saat uji coba maupun saat pelaksanaan penelitian yang telah meluangkan waktu untuk mengisi skala dan membantu penelitian ini.
7. Seluruh keluarga besar Sukardi dan Bani Amirudin yang selalu mendukung dan mendoakan penulis.
8. Theomas Abdi Jaya yang selalu mendukung dan membantu penulis dari awal menempuh pendidikan hingga terselesaikan pendidikan ini.
9. Mahisha dan Agestiya selaku teman-teman di perantauan yang senantiasa mendukung dan membantu penulis selama perkuliahan, menjadi sahabat, keluarga, hingga partner penelitian.
10. Seluruh teman-teman Magister Profesi Psikologi Klinis dan PIO UAD Angkatan 2020, terima kasih atas kebersamaan yang sudah dilalui dan memupuk kenangan-kenangan indah bersama, semoga silaturahmi ini akan terus terjalin hingga selamanya.
11. Seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyelesaian Tesis ini yang tidak bisa penulis uraikan satu persatu. Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal atas kebaikan dan bantuan yang telah diberikan selama penyusunan tesis ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian	14
C. Manfaat Penelitian	14
D. Keaslian Penelitian	15
E. Landasan Teori	18
F. Hipotesis	43
BAB II METODE PENELITIAN.....	44
A. Identifikasi Variabel Penelitian	44
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	44
C. Subjek Penelitian	45
D. Metode Pengumpulan Data	46
E. Metode Analisis Data	52
F. Etika Penelitian	53
BAB III HASIL PENELITIAN	54

A. Orientasi Kanchah.....	54
B. Uji Coba Alat Ukur.....	55
C. Prosedur Pengumpulan Data	63
D. Hasil Analisis Data	64
BAB IV DISKUSI	78
A. Peran Langsung Dukungan Sosial Keluarga Terhadap <i>Flourishing</i>	78
B. Peran Tidak Langsung Dukungan sosial Keluarga terhadap <i>Flourishing</i> Melalui Mediator <i>Self-Compassion</i>	81
C. Temuan Tambahan	84
D. Keterbatasan Penelitian	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	84
A. Kesimpulan	84
B. Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA.....	87

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Distribusi Aitem Skala <i>Flourishing</i> Sebelum Uji Coba.....	47
Tabel 2 Distribusi Aitem Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba	49
Tabel 3 Distribusi Aitem <i>Self-Compassion</i> Sebelum Uji Coba	50
Tabel 4 Hasil Aitem Skala <i>Flourishing</i> Setelah Uji Coba.....	57
Tabel 5 Hasil Analisis Aitem Skala <i>Flourishing</i> dengan Nomor Baru	58
Tabel 6 Hasil Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga Setelah Uji Coba	59
Tabel 7 Hasil Analisis Aitem Skala Dukungan Sosial Keluarga dengan Nomor Baru.....	61
Tabel 8 Hasil Aitem Skala <i>Self-Compassion</i> Setelah Uji Coba.....	61
Tabel 9 Hasil Analisis Aitem Skala <i>Self-Compassion</i> dengan Nomor Baru	62
Tabel 10 Data Demografis Subjek Penelitian	64
Tabel 11 Deskripsi Data Penelitian	65
Tabel 12 Kategorisasi Skor Skala <i>Flourishing</i>	66
Tabel 13 Kategorisasi Skor Dukungan Sosial Keluarga.....	66
Tabel 14 Kategorisasi Skor <i>Self-Compassion</i>	66
Tabel 15 Hasil Uji Normalitas.....	68
Tabel 16 Hasil Uji Linieritas	68
Tabel 17 Hasil Uji Multikolinieritas	69
Tabel 18 Hasil Uji F.....	72
Tabel 19 Hasil Perhitungan Signifikansi Uji Sobel	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir Konseptual Model Penelitian	43
Gambar 2. Hasil Analisis Jalur	73

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	97
Lampiran 2. Skala Uji Coba	98
Lampiran 3. Skala Penelitian	114
Lampiran 4. Tabulasi Data Skor Skala Uji Coba	125
Lampiran 5. Tabulasi Data Skor Skala Penelitian	133
Lampiran 6. Hasil Uji Coba Validitas dan Realibilitas.....	148
Lampiran 7. Hasil Analisis Penelitian	159

ABSTRAK

PERAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP *FLOURISHING* DENGAN *SELF-COMPASSION* SEBAGAI MEDIATOR PADA ISTRI TNI-AD YANG MENJALANI PERNIKAHAN JARAK JAUH

Pernikahan merupakan sebuah komitmen legal antara dua orang yang memiliki ikatan emosional. Meskipun pernikahan identik dengan tinggal bersama, namun ada beberapa pasangan menikah yang tinggal berjauhan dikarenakan berbagai alasan yang disebut dengan pernikahan jarak jauh. Pasangan yang kerap ditemui menjalani pernikahan jarak jauh adalah pasangan TNI-AD. Beberapa pasangan TNI-AD banyak yang akhirnya memilih tinggal berjauhan dikarenakan penugasan suami yang berada di luar wilayah domisili tinggal. Istri dari TNI-AD yang menjalani pernikahan jarak jauh memiliki resiko mengalami tekanan psikologis seperti kecemasan dan depresi yang akhirnya berdampak pada kesejahteraan psikologis yang buruk sehingga tidak dapat mencapai kondisi *flourishing*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran dukungan sosial keluarga terhadap *flourishing* dengan *self-compassion* sebagai mediator pada istri TNI-AD yang menjalani pernikahan jarak jauh. Subjek dalam penelitian ini adalah istri TNI-AD yang menjalani pernikahan jarak jauh di Korem 072 Pamungkas. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dan pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala *flourishing*, skala dukungan sosial keluarga serta skala *self-compassion*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 orang dengan kriteria telah menjalani pernikahan jarak jauh minimal 3 bulan. Analisis data menggunakan analisis jalur dan uji sobel. Hasil dari analisis data dalam penelitian menunjukkan ada peran langsung dukungan sosial keluarga terhadap *flourishing* dengan nilai signifikansi $p=0,000$ ($p<0,01$). Hasil analisis turut menunjukkan bahwa bahwa *self-compassion* tidak memediasi peran dukungan sosial keluarga terhadap *flourishing* dengan nilai $z=1,235$ ($<1,98$). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga berperan langsung terhadap *flourishing* dan *self-compassion* tidak menjadi mediator dukungan sosial keluarga terhadap *flourishing* pada istri TNI-AD yang menjalani pernikahan jarak jauh.

Kata kunci : *Flourishing*, Dukungan sosial keluarga, *Self-compassion*, Istri TNI-AD.

ABSTRACT

THE ROLE OF FAMILY SOCIAL SUPPORT ON FLOURISHING MEDIATES BY SELF-COMPASSION IN TNI-AD WIVES WHO ARE HAVING LONG DISTANCE MARRIAGES

Marriage is a legal commitment between two people who have an emotional bond. Even though marriage is synonymous with living together, there are some married couples who live far apart for various reasons which are called long-distance marriages. Couples who are often found in long-distance marriages are TNI-AD couples. Many TNI-AD couples end up choosing to live far apart because their husbands are assigned outside their domicile area. TNI-AD wives who are in long-distance marriages are at risk of experiencing psychological stress such as anxiety and depression which ultimately results in poor psychological well-being so that they cannot reach a flourishing condition. This research aims to examine the role of family social support on flourishing with self-compassion as a mediator in TNI-AD wives who are in long-distance marriages. The subjects in this research were TNI-AD wives who were in a long-distance marriage at Korem 072 Pamungkas. The research method used is a quantitative method and data collection for this research uses a flourishing scale, a family social support scale and a self-compassion scale. The subjects in this study were 100 people with the criteria of having been in a long-distance marriage for at least 3 months. Data analysis uses path analysis and Sobel test. The results of the data analysis in the study showed that there was a positive role of family social support on flourishing with a significance value of $p=0.000$ ($p<0.01$). The results of the analysis also show that self-compassion does not mediate the role of family social support on flourishing with a value of $z = 1.235$ (<1.98). Based on the results of the research that has been done, it can be concluded that family social support plays a direct role on flourishing and self-compassion does not mediate family social support on flourishing in TNI-AD wives who undergo long-distance marriage.

Keywords: Flourishing, Family Social Support, Self-Compassion, TNI-AD Wives