

***SELF COMPASSION* PADA PASANGAN SUAMI ISTRI YANG
BELUM MEMILIKI KETURUNAN DI DESA SUKOREJO
KECAMATAN KARANGBINANGUN
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Oleh:

**Silvia Nur Lailiyatul Mawaddah
NIM : D20173010**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH
JUNI 2024**

digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id

**SELF COMPASSION PADA PASANGAN SUAMI ISTRI YANG
BELUM MEMILIKI KETURUNAN DI DESA SUKOREJO
KECAMATAN KARANGBINANGUN
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

Oleh:

J E M B E R
Silvia Nur Lailiyatul Mawaddah
NIM : D20173010

Disetujui Pembimbing



Har Yu, S.Ag., M.Si.
NIP.197404022005011005

**SELF COMPASSION PADA PASANGAN SUAMI ISTRI YANG
BELUM MEMILIKI KETURUNAN DI DESA SUKOREJO
KECAMATAN KARANGBINANGUN
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Fakultas Dakwah

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Hari: Kamis

Tanggal: 6 Juni 2024

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Tim Penguji

Ketua

David Ilham Yusuf, M.Pd.I.
NIP. 198507062019031007

Sekretaris

Anisah Prafitralia, M.Pd.
NIP. 198905052018012002

Anggota:

1. Dr. Imam Turmudi, M.M.
2. Haryu, S.Ag., M.Si.

Menyetujui
Dekan Fakultas Dakwah



Dr. Fayaizul Umam, M.Ag.
NIP. 197302272000031001

digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id



MOTTO

قُلْ يٰۤاَعْبَادِ اللّٰهِ اٰمَنُوْا اتَّقُوْا رَبَّكُمْ ۗ لِلَّذِيْنَ اَحْسَنُوْا فِيْ هٰذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ
وَّاَرْضُ اللّٰهِ وٰسِعَةٌ ۗ اِنَّمَا يُوَفّٰى الصّٰبِرُوْنَ اَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴿۱۰﴾

Artinya: “Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas”. (QS. Az Zumar [39]:10).¹

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang sangat mendalam telah diselesaikannya skripsi ini, penulis mempersembahkan kepada:

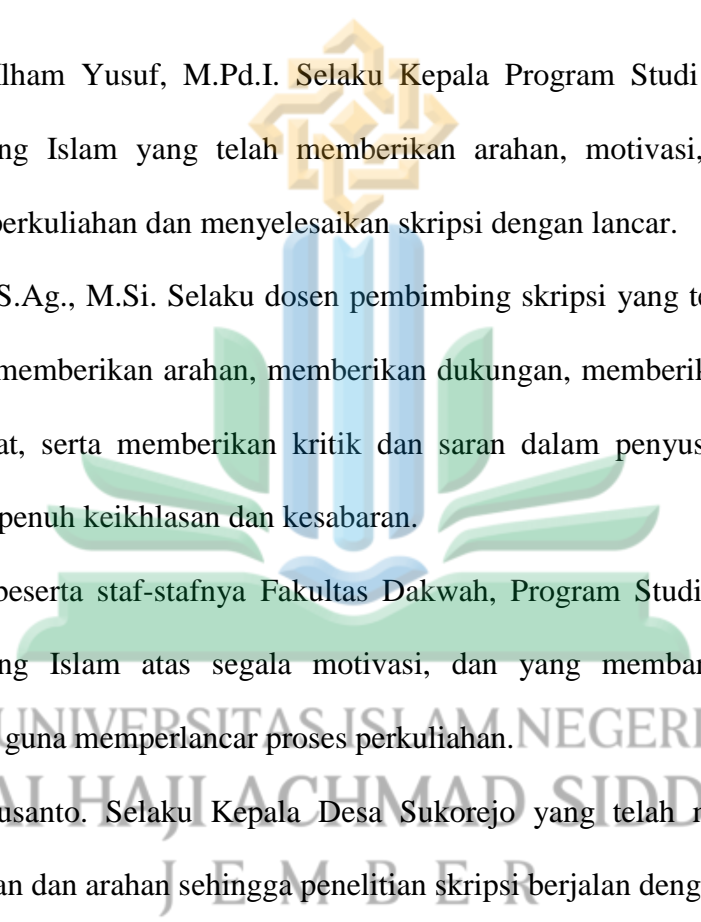
1. Kedua orangtuaku Ibu Mufarohah dan Abah Ahmad Ma'ruf, tidak lupa adikku Cahaya Abwabil Faroh. Tiada kata yang dapat dirangkai untuk menjelaskan betapa besar kasih sayang, perjuangan, pengorbanan yang telah diberikan dan selalu sabar mendo'akan untuk kebahagiaan dan kesuksesan anaknya. Kuucapkan ribuan terima kasih, semoga senantiasa selalu dalam lindungan Allah SWT.
2. Kedua mertuaku Ibu Ruswati dan Bapak Suparto, yang mendukungku selalu untuk menyelesaikan *study* ini, dan juga terima kasih banyak sudah menemani hari-hariku. Semoga Allah selalu meridhoi.
3. Suamiku Ahmad Rusdi Saputra yang selalu memberikan semangat, dukungan, dan inspirasi. Buah hatiku tercinta Mohammad Nayef Dhiratama Saputra, yang selalu menjadi *support system* dalam pengerjaan skripsi ini, dengan kehadiran anak tersayang, yang menjadi penghiburku dan penguatku. Menjadi lebih *effort* dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala limpahan rahmat, hidayah, inayah, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Self Compassion Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan”** dapat selesai dengan tuntas dan lancar. Shalawat serta salam senantiasa dilimpahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah menuju jalan terang benderang melalui agama islam.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak akan terwujud, tanpa adanya bimbingan, dukungan dan do'a dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan banyak terima kasih sedalam-dalamnya kepada pihak yang ikut membantu penyelesaian skripsi ini, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. H. Hepni, S.Ag., M.M. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang telah memberikan izin, fasilitas akademik, dan kesempatan para mahasiswa untuk melaksanakan proses perkuliahan dan menyelesaikan skripsi dengan lancar.
2. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang telah memberikan masukan dan nasihat kesempatan para mahasiswa untuk melaksanakan proses perkuliahan dan menyelesaikan skripsi dengan lancar.

- 
3. David Ilham Yusuf, M.Pd.I. Selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan arahan, motivasi, fasilitas dalam proses perkuliahan dan menyelesaikan skripsi dengan lancar.
 4. Haryu, S.Ag., M.Si. Selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, memberikan dukungan, memberikan motivasi dan semangat, serta memberikan kritik dan saran dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh keikhlasan dan kesabaran.
 5. Dosen beserta staf-stafnya Fakultas Dakwah, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam atas segala motivasi, dan yang membantu memberikan fasilitas guna memperlancar proses perkuliahan.
 6. Hery Susanto. Selaku Kepala Desa Sukorejo yang telah memberikan izin penelitian dan arahan sehingga penelitian skripsi berjalan dengan lancar.
 7. Teman-teman BKI 2017 yang telah berbagi keceriaan dan melewati setiap masa-masa indah di perkuliahan.

Penulis menyadari masih sangat banyak kekurangan dalam skripsi ini. Semoga segala partisipasi dan dukungan yang diberikan kepada penulis menjadi ama baik dan mendapat balasan dari Allah SWT. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bai penulis dan pembaca.

Jember, 17 Januari 2024
Penulis

ABSTRAK

Silvia Nur Lailiyatul Mawaddah, 2024: *Self Compassion Pada Pasangan Suami Istri Yang Belum Memiliki Keturunan Di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.*

Kata Kunci: *Self Compassion*, pasangan yang belum memiliki keturunan

Self Compassion adalah sikap yang memiliki perhatian terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup bahwa penderitaan dan kekurangan dalam dirinya merupakan bagian dari kehidupan setiap orang. Pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan memiliki *self compassion* yang bisa menerima dirinya dan menerima atas takdir Allah SWT.

Fokus penelitian ini adalah: 1) Bagaimana gambaran kehidupan *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan? 2) Bagaimana dampak positive *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan? Tujuan penelitian ini adalah: 1) Untuk menjelaskan dan mendeskripsikan gambaran kehidupan *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan. 2) Untuk menjelaskan dan mendeskripsikan dampak positive *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

Mengidentifikasi permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Sedangkan teknik pengumpulan data menggunakan observasi non-partisipan, wawancara terstruktur, dan dokumentasi. Sedangkan keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber.

Penelitian ini memperoleh kesimpulan 1) Gambaran kehidupan *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan, saling memberi *support* satu sama lain, tetap berusaha dan berdo'a serta berprasangka baik kepada Allah SWT, dengan bisa menyadari kekurangan diri sendiri dan pasangannya, serta ikhlas menerima takdir yang belum diberikan keturunan dalam pernikahannya. Untuk usia pernikahan yang sudah diatas 10 tahun, maka sudah menyadari bahwa setiap manusia pasti mempunyai kekurangan, dan hal seperti ini juga dirasakan oleh beberapa pasangan suami istri yang lain. 2) Dampak positif *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan adalah memiliki sikap penerimaan diri, kesadaran diri, mampu mengontrol emosi dengan baik dan keyakinan dalam beragama yang tinggi, meyakini bahwa takdir Allah itu memang rahasia dan manusia hanya bisa berusaha kemudian pasrah terhadap Nya.

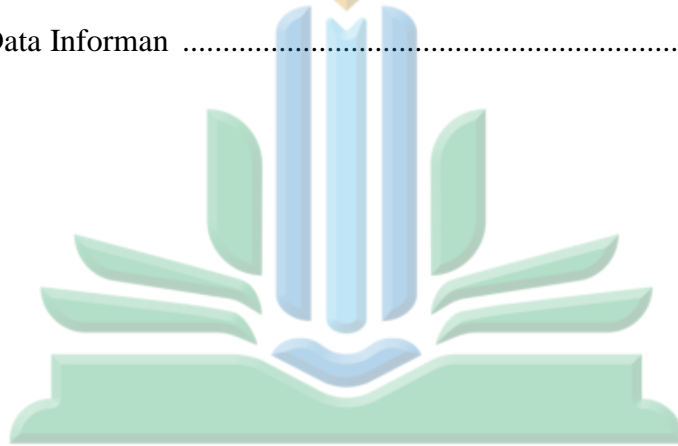
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Istilah	8
F. Sistematika Pembahasan	9
BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN	11
A. Penelitian Terdahulu	11
B. Kajian Teori	22
1. Pengertian <i>Self Compassion</i>	22
2. Pasangan Suami Istri	29
3. Pasangan yang Belum Memiliki Keturunan (<i>Infertility</i>)	32

BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	36
B. Lokasi Penelitian	37
C. Subyek Penelitian	37
D. Teknik Pengumpulan Data	39
E. Teknik Analisis Data	41
F. Keabsahan Data	42
G. Tahap-Tahap Penelitian	43
BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS	48
A. Gambaran Objek Penelitian	48
B. Penyajian Data dan Analisis	53
C. Pembahasan Temuan	68
BAB V PENUTUP	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	78
Lampiran lampiran	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	15
Tabel 4.1 Data Informan	48



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mempelajari bidang psikologi, menarik untuk mempertimbangkan berbagai karakteristik pribadi. *Self compassion* akan membantu individu dalam menghindari kecenderungan untuk menolak tekanan emosional. Konsep *self compassion* juga dapat diterapkan pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan. Neff mendefinisikan *self compassion* sebagai proses kognitif dan afektif yang mengakui bahwa penderitaan, kegagalan, dan ketidakmampuan adalah aspek yang melekat pada kondisi manusia dan menahan diri untuk tidak memendam keluhan mengenai hal-hal tersebut. *Self compassion* menurut Neff, memungkinkan seseorang merasa lebih nyaman dalam situasi sosial dan menerima diri sendiri sebagaimana adanya.²

Self compassion disisi lain terbukti memiliki hubungan dengan fungsi adaptasi secara psikologi pada seseorang. Mengurangi kecemasan dan depresi berpengaruh pada kebijaksanaan dan kecerdasan emosi. *Self compassion* sendiri berasal dari kata *compassion* yang berarti rasa belas kasih, rasa kasih sayang yang kita rasakan apabila melihat orang menderita, yang membuat kita akan cenderung berusaha memahami dan ikut merasakan apa yang dia rasakan. Menurut Neff, *self compassion* merupakan kebaikan hati dan pemahaman yang timbul dari diri individu dengan melibatkan perilaku yang sama terhadap diri sendiri ketika sedang dalam kesulitan atau kegagalan tentang diri kita sendiri.

² Hirmahingsih Hanum Hasmarlin, "Self Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja", *Jurnal Psikologi*, Vol. 15, No. 2 (Desember 2019): 150.

Hal ini, *self compassion* dapat diterapkan pula terhadap pasangan yang belum memiliki keturunan. *Self compassion* merupakan sikap memiliki perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan atau kekurangan dalam hidupnya serta memiliki pengertian bahwa penderitaan dan kegagalan dalam dirinya merupakan bagian dari kehidupan setiap orang. Jika Allah sudah berkehendak, maka semuanya pasti akan terwujud. Hal tersebut dijelaskan oleh Al-Qur'an bahwa Allah SWT berfirman:

لِلَّهِ مُلْكُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۖ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ ۚ يَهَبُ لِمَن يَشَاءُ إِنثًا وَيَهَبُ لِمَن يَشَاءُ الذُّكُورَ ۖ أَوْ يُزَوِّجُهُمْ ذُكْرَانًا وَإِنثًا ۗ وَجَعَلَ مِنْ يَشَاءٍ عَاقِمًا ۗ إِنَّهُ عَزِيزٌ قَدِيرٌ

Artinya: “Kepunyaan Allah lah kerajaan langit dan bumi, Dia menciptakan apa yang Dia kehendaki, Dia memberikan anak-anak perempuan kepada siapa yang Dia kehendaki dan memberikan anak-anak lelaki kepada siapa yang Dia kehendaki, atau Dia menganugerahkan kedua jenis laki-laki dan perempuan (kepada siapa yang Dia kehendaki), dan Dia menjadikan mandul siapa yang Dia kehendaki. Sesungguhnya Dia Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa”. (QS. Asy-Syura: 49-50).

Ayat di atas menegaskan bahwa Allah adalah pencipta langit dan bumi, berkuasa atasnya, dan dapat melakukan apapun yang Dia kehendaki terhadapnya. Apapun yang dikehendaki-Nya niscaya akan terwujud, sedangkan apa pun yang tidak dikehendaki-Nya akan tetap tidak terkabul. Allah memberikan nikmat kepada siapa yang Dia kehendaki. Dia tidak terhalang oleh apapun. Segala sesuatu tercipta sesuai dengan kehendak Allah. Di sinilah Dia memberikan keturunan kepada siapa pun yang Dia pilih, namun demikian, ada

orang-orang yang tidak mempunyai anak dan tidak mempunyai keturunan, begitulah kehati-hatian dalam situasi ini.

Khairuddin mendefinisikan keluarga sebagai suatu kesatuan kolektif yang dicirikan oleh ikatan perkawinan yang dibangun melalui hubungan seksual, yang digunakan untuk mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan melahirkan anak dan menjadi orang tua. Mac Iver dan Page menggambarkan atribut-atribut utama keluarga berikut ini: keluarga adalah kesatuan perkawinan, kerangka kelembagaan yang sengaja dibangun berkaitan dengan perkawinan, sistem tata nama yang mencakup penghitungan garis keturunan, dan ketentuan ekonomi yang ditetapkan oleh anggota kelompok. yang memuat ketentuan-ketentuan khusus mengenai kesanggupan melahirkan dan mengasuh anak, serta domisili atau rumah tangga, yang tidak dapat dibagi-bagi dalam satuan kekeluargaan.³

Hal ini diatur dalam UU No.52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga. Keluarga merupakan suatu kesatuan kesatuan yang terdiri dari ayah, ibu, dan keturunan yang terbentuk melalui hubungan seksual dan bertempat tinggal dalam satu rumah tangga.

Undang-undang perkawinan yang terdapat dalam UU No. 1 Tahun 1974, mengatur bahwa persatuan antara suami dan istri bertujuan untuk membentuk keluarga yang bahagia dan rukun berdasarkan keimanan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Tanpa adanya keturunan mengganggu berbagai kegiatan mendasar rumah tangga, termasuk penyediaan pendidikan,

³ Irma Yani, "Harmonisasi Keluarga Pasangan Suami Istri yang Tidak Memiliki Keturunan di Desa Bangun Jaya Kecamatan Tambusai, Utara Kabupaten Rokan Hulu", *Jurnal JOM FISIP*, Vol 5, No. 1 (April 2018): 3.

pengasuhan, dan reproduksi. Akibatnya, tanggung jawab orang tua terkait dengan melahirkan anak, mengasuh, dan membesarkan anak tetap tidak terpenuhi. Kebahagiaan perkawinan mengacu pada sejauh mana individu yang menikah mengalami rasa bahagia bersama pasangannya. Wismanto mengidentifikasi sejumlah faktor penentu yang berdampak pada kebahagiaan perkawinan. Diantaranya adalah adanya keturunan.⁴

Taher mendefinisikan infertilitas sebagai istilah medis yang digunakan untuk merujuk pada keadaan pasangan suami istri yang tidak memiliki anak selama lebih dari enam bulan tanpa menggunakan kontrasepsi. Selain itu, pasangan yang tidak bisa hamil, menurut Taher, akan mengalami tekanan psikologis berupa kecemasan terkait strategi melahirkan anak.

Keinginan untuk memiliki keturunan dimiliki oleh sebagian besar pasangan. Bagi pasangan suami istri, kehadiran anak menandakan puncak dari persatuan mereka dan menawarkan optimisme akan kebahagiaan masa depan mereka. Meskipun sebagian besar pasangan suami istri mempunyai cita-cita untuk mempunyai anak, tidak semua perkawinan berhasil menghasilkan keturunan. Pasangan suami istri yang belum mempunyai anak tentunya akan menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri dengan keadaan saat ini, karena mereka sangat menginginkan kehadiran anak di lingkungan rumah.⁵

Menurut bukti empiris yang dikemukakan dalam penelitian yang dilakukan Nurul Hidayah, ada tidaknya anak dalam suatu rumah tangga

⁴ Ryan Mardiyana dan Erin Ratna Sari, "Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Yang Belum Memiliki Keturunan", *Jurnal Empati*, Vol. 5, No. 3 (Agustus 2016): 558-559.

⁵ Erika Ayu Safira, "Dinamika Penerimaan Diri Pada Istri Dalam Pernikahan Tanpa Keturunan", *digilib.uinkhalid.ac.id* (SKRIPSI, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021), 1-2.

berpengaruh terhadap kepuasan perkawinan. Stres dan ketakutan yang disebabkan oleh tekanan adalah pemicu utamanya. Penelitian Sherly Susanti dan Nurcahyati juga mengungkap fakta bahwa wanita (istri) yang sudah menikah dan belum mempunyai anak mengalami perasaan melankolis dan penyesalan. Selain itu, mereka juga mengalami perasaan terkucil, bosan, tidak mirip, dan iri hati ketika melihat perempuan (suami) lain mempunyai anak dan mertua, bukan dirinya sendiri.⁶

Penelitian tambahan yang dilakukan oleh Harsyah dan Ediaty menunjukkan bahwa terdapat disparitas gender dalam reaksi awal terhadap infertilitas, dimana perempuan umumnya mengalami reaksi yang lebih negatif dibandingkan laki-laki. Wanita mungkin mengalami perasaan putus asa, putus asa, dan bahkan melankolis yang berkepanjangan, sedangkan pria biasanya lebih optimis terhadap keadaan mereka. Selain itu, terdapat pula pendapat bahwa perempuan mempunyai sikap dan persepsi yang lebih pesimis mengenai infertilitas dibandingkan laki-laki.⁷

Peneliti memilih judul skripsi ini karena sifatnya menarik dari penelitian itu sendiri, khususnya pada saat individu menjadi lebih tahu tentang dunia di sekitar mereka namun kurang peduli dengan keadaan di sekitar mereka; Bahkan, mereka sering bertanya-tanya mengapa mereka sendiri mengalami kekurangan atau kondisi tersebut. Meski sama saja dengan meremehkan kondisi, ia tampak khawatir.

⁶ Sherly Susanti dan Nurcahyati, "Menikah tanpa Keturunan: Masalah Psikologis yang Dialami Perempuan Menikah tanpa Anak dan Strategi *Coping* dalam Mengatasinya", *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(01), 1-13.

⁷ Nadia Rizqiana Harsyah dan Annastasia Ediaty, "Perbedaan Sikap Laki-Laki dan Perempuan terhadap Infertilitas", *Jurnal Empati*, 4(4), 225-232.

Menganalisis fenomena ini, saya dapat melihat bagaimana pasangan infertil yang telah menikah selama beberapa dekade berhasil mempertahankan cinta diri, kepercayaan diri, dan keyakinan terhadap kondisi mereka meskipun hal tersebut menghalangi mereka untuk menerima dan berdamai dengan kondisi tersebut.

Peneliti mengantisipasi bahwa penelitian ini akan memberikan penjelasan tentang keberadaan *self compassion* pada pasangan suami istri yang tidak mempunyai anak. Apa dampak konstruktif dari *self compassion* yang berkontribusi pada keharmonisan dan kebahagiaan perkawinan, dan bagaimana pasangan menikah yang tidak mempunyai anak mengalami *self compassion* ini untuk mencapai hasil yang diinginkan, yaitu mengakhiri infertilitas.

Dilakukan penelitian ini agar pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan bisa menjalani kehidupan rumah tangganya dengan baik, dan bisa mensupport diri dan pasangannya sehingga mampu menerima keadaan dirinya dan juga memiliki *self compassion* yang tinggi. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam mengenai **“Self Compassion Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan”**.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat diuraikan beberapa masalah antara lain:

1. Bagaimana Gambaran Kehidupan *Self Compassion* pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan?
2. Bagaimana Dampak Positif *Self Compassion* pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk menjelaskan dan mendeskripsikan Gambaran Kehidupan *Self Compassion* Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.
2. Untuk menjelaskan dan mendeskripsikan Dampak Positif *Self Compassion* Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian berisi tentang kontribusi apa yang diberikan setelah selesai melakukan penelitian. Kegunaan berupa teoritis dan praktis. Manfaat penelitian harus yang realistis.⁸ Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan berkontribusi pada pengetahuan yang ada, memberikan manfaat bagi semua partisipan, dan meningkatkan

⁸Tim Penyusun IAIN Jember, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, (Jember: IAIN Jember Press, ac.id 2020), 39.

pemahaman ilmiah tentang rasa kasihan pada diri sendiri yang ditunjukkan oleh pasangan menikah yang tidak memiliki anak.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Fakultas Dakwah, sebagai bahan penelitian pelengkap bagi perguruan tinggi yang melakukan penelitian lebih komprehensif. Hal ini sangat berharga dalam kaitannya dengan topik *self compassion* di antara pasangan menikah yang tidak mempunyai anak.
- b. Bagi pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan sebagai bahan bacaan tambahan dengan tujuan untuk menambah pemahaman mereka tentang cinta diri.

E. Definisi Istilah

Agar mudah dipahami dan untuk memudahkan pembahasan berikutnya, maka terlebih dahulu peneliti akan mengemukakan beberapa istilah kata kunci dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. *Self Compassion*

Self compassion, menurut Neff, adalah watak perhatian dan kebajikan terhadap diri sendiri ketika dihadapkan pada kesulitan atau kekurangan diri sendiri. Welas asih berkaitan dengan penanaman kebaikan dan menahan diri dari kritik diri.⁹ Hal ini berarti mengakui penderitaan, kekurangan, dan kegagalan yang melekat pada kondisi manusia pada umumnya, daripada melakukan kritik terhadap diri sendiri. Mengakui fakta bahwa kerentanan dan kekecewaan merupakan komponen yang melekat

⁹Fahada Bagas Karinda, "Comparison Diri (*Self Compassion*) pada Mahasiswa", *Jurnal Cognicia*, digilib.uinkhalid.ac.id, Vol. 8, No. 2 (2020): 236-237.

pada kondisi manusia. Mengambil inspirasi dari definisi yang diberikan pada gambar sebelumnya, penelitian ini lebih jauh menjelaskan konsep tersebut dengan mengkarakterisasi *self compassion* sebagai tindakan dan manifestasi penerimaan diri terhadap kekurangan individu dan kepercayaan diri dalam menghadapi kesulitan

2. Pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan (*Infertility*)

Istilah medis untuk pernikahan lebih dari satu tahun tanpa menggunakan kontrasepsi dan tidak adanya anak disebut sebagai infertilitas. Infertilitas didefinisikan sebagai kurangnya produksi buah pada pasangan suami istri setelah lebih dari satu tahun melakukan aktivitas seksual secara konsisten dan sering tanpa menggunakan alat pelindung diri. Infertilitas dapat timbul baik pada individu laki-laki, perempuan, atau keduanya.¹⁰ Istilah infertilitas yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada keadaan di mana pasangan suami istri tidak dapat hamil selama paling sedikit sepuluh tahun.

F. Sistematika Pembahasan

Pembahasan Sistematis memuat uraian perkembangan tesis dari bagian pendahuluan hingga bagian penutup. Wacana disajikan dalam format naratif deskriptif, berbeda dengan struktur daftar isi. Penjelasan lengkap tentang tesis ini disajikan di bawah ini:

¹⁰Devi Rahmadiani, "Ekstraksi Pollen Kurma (*Phoenix dactylifera* L) Sebagai Terapi Infertilitas Pada Pria", *JKSH: Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Vol. 10, No. 1 (Juni 2021): 35.

Bab I Pendahuluan yang memuat latar belakang masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi istilah dan sistematika pembahasan.

Bab II Kajian kepustakaan, yang terdapat penelitian terdahulu dan kajian teori yang erat kaitannya dengan masalah yang diteliti.

Bab III Metode penelitian, pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, subjek penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, keabsahan data, dan tahap-tahap penelitian.

Bab IV Berisi penyajian data dan analisis, bab ini juga dijelaskan tentang gambaran objek penelitian, penyajian data dan analisis serta pembahasan temuan.

Bab V Penutup yang berisi kesimpulan dan saran. Tujuan bab ini adalah untuk memberikan rangkuman menyeluruh atas hasil penelitian yang disebut sebagai kesimpulan. Kesimpulan penelitian berkontribusi pada perumusan rekomendasi berkaitan dengan penelitian yang dilakukan.

BAB II KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu penting dilakukan untuk melihat adanya perbedaan dan persamaan yang peneliti ambil pada penelitian sebelumnya. Berikut ini beberapa penelitian terdahulu berupa jurnal atau skripsi terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis:

1. Skripsi oleh Elika Ayu Safira, mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021, dengan judul “Dinamika Penerimaan Diri pada Istri dalam Pernikahan tanpa Keturunan”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik penerimaan diri pada pasangan menikah yang tidak memiliki anak dan untuk mengidentifikasi faktor-faktor penentu yang mendorong penerimaan tersebut. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan diri di kalangan istri dalam pernikahan tanpa anak merupakan suatu proses yang dinamis, dengan lima hingga sepuluh tahun pertama perkawinan merupakan masa yang paling menantang, diikuti dengan peningkatan penerimaan diri seiring bertambahnya usia perkawinan. Persamaan dalam penelitian ini terdapat pada obyek penelitian karena sama-sama mengkaji topik pernikahan tanpa anak dan menggunakan metode penelitian kualitatif. Sebaliknya, perbedaannya terletak pada subjek penelitian, tujuan, dan fokus penelitian.¹¹

¹¹Elika Ayu Safira, “Dinamika Penerimaan Diri Pada Istri Dalam Pernikahan Tanpa Keturunan”,
(SKRIPSI, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021).

2. Skripsi oleh Asrida Juliana, mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2019, dengan judul “Pengaruh Religiusitas dan *Self Compassion* terhadap Kesiapan Menikah pada Dewasa Awal”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dan *religiusitas* dengan kesiapan pernikahan usia dini. Kesiapan pernikahan mengacu pada penilaian individu terhadap kesiapannya menghadapi kewajiban dan kesulitan yang menyertai pernikahan. Kesiapan orang dewasa dini untuk menikah dipengaruhi secara signifikan oleh variabel religiusitas dan *self compassion*, menurut hasil penelitian ini. Penelitian-penelitian yang ada saat ini mempunyai fokus yang sama pada topik *self compassion*. Sebaliknya, terdapat perbedaan dalam hal metodologi penelitian, jenis penelitian, dan fokus penelitian.¹²
3. Skripsi oleh Unika Eka Utari, mahasiswa Fakultas Syariah, Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020, dengan judul “Kelestarian Rumah Tangga pada Pasangan yang Belum Memiliki Keturunan di Kota Palangka Raya”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasangan suami istri yang belum mempunyai anak mempersepsikan konsep keberlangsungan rumah tangga sebagai suatu struktur yang dilandasi oleh agama, saling pengertian, kehadiran keturunan, komunikasi efektif, dedikasi, dan rasa akuntabilitas dalam menunaikan tanggung jawab dan tanggung jawab. hak-hak rumah tangga. Selain itu, upaya yang dilakukan

¹²Asrida Juliana, “Pengaruh Religiusitas dan *Self Compassion* Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal”, (SKRIPSI, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2019).

baik internal maupun eksternal. Dalam konteks hubungan perkawinan, ikhtiar internal antara lain menjaga pola hidup religius, menumbuhkan pandangan optimis, melakukan pertimbangan matang mengenai konflik, dan memupuk suasana kasih sayang dan cinta. Pada saat yang sama, upaya-upaya lain termasuk membina hubungan keluarga dan lingkungan yang positif, melakukan intervensi medis dan non-medis, dan mempertimbangkan adopsi anak. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam hal metodologi penelitian, teknik pengumpulan data, dan fokus pada pasangan yang tidak memiliki anak. Sebaliknya, penelitian ini berbeda dalam hal fokus penelitian, subjek penelitian, dan analisis data.¹³

4. Skripsi oleh Sri Deva Mahdalena, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2019, dengan judul “Metode Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan dalam Upaya Mempertahankan Keutuhan Rumah Tangga (Studi di Gampong Coet Matang Trienggadeng Pidie Jaya)”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perspektif pasangan suami istri mengenai peningkatan keharmonisan dalam rumah tangga, serta untuk menyelidiki strategi yang digunakan oleh pasangan tersebut untuk mengatasi ketidaknyamanan sosial yang terkait dengan tidak memiliki anak. Hasil penelitian ini mewakili pandangan pasangan suami istri mengenai keharmonisan dalam rumah tangga. Konsep keharmonisan diartikan sebagai rumah tangga

¹³Unika Eka Utari, “Kelestarian Rumah Tangga Pada Pasangan Yang Belum Memiliki Keturunan Di Kota Palangka Raya”, (SKRIPSI, Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020).

yang senantiasa tenteram dan tenteram dimana setiap anggotanya merasa puas dan semua kebutuhan rumah tangga terpenuhi. Kesatuan internal rumah tangga dipupuk oleh hal-hal berikut: pasangan menahan diri dari ego yang berlebihan; mereka saling memahami satu sama lain baik secara internal maupun eksternal; lingkungan keluarga senantiasa menasihati mereka untuk bersikap baik dan harmonis; permasalahan ekonomi tidak menimbulkan hambatan yang berarti; dan sikap saling menerima dan bersyukur adalah hal yang lazim. Pasangan suami istri menanggung kegelisahan sosial yang terkait dengan tidak memiliki anak dengan cara menjaga pandangan positif, mengungkapkan rasa syukur atas keadaan yang telah ditentukan Allah bagi mereka, dan menjaga keyakinan bahwa mereka pada akhirnya akan dikaruniai anak yang sehat. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam hal metodologi, teknik pengumpulan data dan analisis data, dan fokus pada pasangan yang tidak mempunyai anak. Sebaliknya, penelitian ini dibedakan berdasarkan fokus penelitian dan subyeknya.¹⁴

5. Jurnal oleh Musdalifah, Aminah, Nurhikmah, mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Parepare, 2023, dengan judul “Konsep Keluarga Sakinah pada Pasangan yang tidak Memiliki Keturunan di Desa Malimpung Kecamatan Patampanua Kabupaten Pinrang”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji tentang konsep keluarga sakinah pada pasangan suami istri yang tidak memiliki

¹⁴ Sri Deva Mahdalena, “Metode Pasangan Suami Istri Yang Belum Memiliki Keturunan Dalam Upaya Mempertahankan Keutuhan Rumah Tangga (Studi Di Gampong Coet Matang Trienggadeng Pidie Jaya)”, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Rainry Banda Aceh, 2019).

anak di Desa Malimpung Kecamatan Patampanua Kabupaten Pinrang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setiap pasangan menganggap bahwa anak memiliki nilai sangat penting dalam keluarga, karena anak juga harapan setiap pasangan dalam keluarga. Pasangan suami istri yang belum mempunyai anak memahami konsep keluarga sakinah yaitu keluarga yang mampu menjaga keharmonisan, tentram, nyaman, hidup rukun dengan keluarga, saling berkomunikasi, menjalankan ajaran agama, saling memahami kekurangan dan kelebihan pasangannya. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam hal metode penelitian dan fokus kepada pasangan yang tidak mempunyai keturunan. Sebaliknya, penelitian ini berbeda dalam menentukan subyek dan fokus penelitian.¹⁵

6. Jurnal oleh Annisa Zahra Kawitri, Ratih Arruum Listiyandini, Rina Rahmatika, mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas YASRI Jakarta, 2020, dengan judul “Peran *Self Compassion* terhadap Dimensi-dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan”. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji sejauhmana *self compassion* dapat memprediksi tingkat kualitas hidup kesehatan pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Hasil penelitian ini bahwa sebagian besar dimensi dari kualitas hidup kesehatan pada remaja panti asuhan, yaitu pada aspek fisik, psikologis, hubungan dengan pengasuh utama dan kemandirian. Peran *self compassion* terhadap sebagian besar dimensi kualitas hidup kesehatan pada remaja panti mengindikasikan bahwa penting untuk

¹⁵ Musdalifah, Aminah, Nurhikmah, “Konsep Keluarga Sakinah pada Pasangan yang tidak Memiliki Keturunan di Desa Malimpung Kecamatan Patampanua Kabupaten Pinrang”, (Jurnal, Institut Agama Islam Negeri Parepare, 2023).

mengembangkan sikap welas asih pada remaja panti asuhan, yang dapat dilakukan dengan berbagai program psikoterapi atau pelatihan. Persamaan dalam penelitian ini sama-sama membahas tentang *self compassion*. Sedangkan perbedaan terletak pada metode penelitian, jenis penelitian, subyek dan fokus penelitian.¹⁶

Tabel 2.1
Penelitian Terdahulu

No	Judul	Variabel	Tujuan	Subyek	Metode	Hasil	Relevansi
1	Elika Ayu Safira. 2021. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Judul “Dinamika Penerimaan Diri Pada Istri Dalam Pernikahan Tanpa Keturunan”.	1. Penerimaan diri 2. Pernikahan tanpa keturunan	Untuk memastikan dinamika penerimaan diri di antara pasangan dalam pernikahan tanpa anak dan mengidentifikasi faktor-faktor penentu yang mendorong penerimaan tersebut, penelitian ini mengacu pada penelitian Islam dan psikologis.	Pasangan suami istri tanpa hak asuh yang telah menikah minimal lima tahun	Pengumpulan data yang bersifat kualitatif, berbasis penelitian fenomenologis, dan wawancara.	Penerimaan diri istri dalam pernikahan tanpa anak merupakan proses yang dinamis; lima hingga sepuluh tahun pertama pernikahan memang penuh tantangan, namun hal ini diikuti dengan peningkatan penerimaan diri seiring bertambahnya usia pernikahan.	Penelitian saat ini sebanding dengan penelitian sebelumnya karena fokus mereka yang sama pada topik pernikahan tanpa anak. Penelitian yang ada saat ini berkonsentrasi pada <i>self compassion</i> pada pasangan menikah yang belum memiliki anak, sedangkan

¹⁶ Annisa Zahra Kawitri, Ratih Arruum Listiyandini, Rina Rahmatika, “Peran Self Compassion terhadap Dimensi-dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan”, (Jurnal, digilib.uinkhas.ac.id Universitas YASRI Jakarta, 2020).

No	Judul	Variabel	Tujuan	Subyek	Metode	Hasil	Relevansi
							penelitian sebelumnya mengkaji dinamika penerimaan diri pada istri dalam pernikahan tanpa keturunan.
2	Asrida Juliana. 2019. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. Judul “Pengaruh Religiusitas Dan Self Compassion Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal”	1. Religiusitas 2. <i>Self compassion</i> 3. Kesiapan menikah	Untuk mengetahui pengaruh self-compassion dan religiusitas terhadap kesiapan menikah pada masa dewasa awal.	Penduduk dewasa awal DKI Jakarta berusia antara 18 dan 40 tahun yang belum menikah dan beragama Islam. Sampelnya berjumlah 371 orang, terdiri dari 263 perempuan dan 108 laki-laki.	Penelitian kuantitatif menggunakan kuesioner skala Likert sebagai instrumen pengumpulan data.	Analisis hubungan <i>self compassion</i> dan religiusitas serta kesiapan menikah pada masa dewasa awal menunjukkan pengaruh signifikan sebesar 18,2%. Sisanya sebesar 81,8% dipengaruhi oleh variabel asing. Hasil uji hipotesis masing-masing variabel menunjukkan bahwa empat variabel independen praktik eksternal, arti-penting keagamaan, kebaikan diri sendiri, dan mindfulness	Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya dalam pengujian rasa welas asih. Sebaliknya, penelitian kontemporer menekankan pada rasa sayang terhadap diri sendiri (<i>self compassion</i>) dari pasangan menikah yang belum memiliki anak, dibandingkan dengan religiusitas

No	Judul	Variabel	Tujuan	Subyek	Metode	Hasil	Relevansi
						berpengaruh signifikan terhadap persiapan pernikahan.	dan kesiapan perceraian di kalangan orang dewasa muda yang telah menjadi subyek penelitian sebelumnya.
3	Unika Eka Utari. 2020. Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya. Judul “Kelestarian Rumah Tangga Pada Pasangan Yang Belum Memiliki Keturunan Di Kota Palangka Raya”	1. Kelestarian rumah tangga 2. Pasangan yang belum memiliki keturunan	Untuk mengetahui kelestarian rumah tangga pada pasangan yang belum memiliki keturunan di kota Palangka Raya	Orang yang sudah menikah dan belum mempunyai anak yang telah menikah sekurang-kurangnya sepuluh tahun, menganut agama Islam, dan bertempat tinggal di Palangka Raya.	Penelitian deskriptif kualitatif menggunakan wawancara, dan observasi untuk mengumpulkan data.	Bagi pasangan menikah yang tidak mempunyai anak, konsep keberlanjutan rumah tangga mencakup struktur rumah tangga yang dilandasi oleh prinsip-prinsip seperti ketaatan beragama, komunikasi yang efektif, saling pengertian, dedikasi, dan rasa akuntabilitas dalam memenuhi tanggung jawab dan hak rumah tangga. Selain	Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian saat ini terletak pada pembahasan pernikahan tanpa anak. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian saat ini adalah penelitian sebelumnya berfokus pada keberlanjutan rumah tangga, sedangkan penelitian saat ini

No	Judul	Variabel	Tujuan	Subyek	Metode	Hasil	Relevansi
						<p>itu, ada upaya internal dan eksternal. Optimisme, ketaatan beragama, pertimbangan yang bijaksana, dan ekspresi cinta dan kasih sayang yang tulus terhadap pasangan adalah contoh upaya internal. Pengobatan dan pengembangan hubungan positif dengan keluarga dan lingkungan merupakan contoh upaya eksternal.</p>	<p>berfokus pada <i>self compassion</i> pada pasangan suami istri yang belum memiliki anak.</p>
4	<p>Sri Deva Mahdalena. 2019. Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Judul “Metode Pasangan Suami Istri</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pasangan suami istri 2. Keutuhan rumah tangga 3. Pasangan yang belum memiliki keturunan 	<p>memiliki Menentukan strategi yang dilakukan pasangan suami istri tanpa anak untuk menjaga keutuhan rumah tangga (studi di Gampong Coet Matang Trienggadeng Pidie Jaya).</p>	<p>Sebanyak sepuluh pasangan suami istri yang dalam keadaan rukun perkawinan dan telah menikah selama lima tahun atau lebih namun belum</p>	<p>Penelitian deskriptif kualitatif menggunakan dokumen wawancara, dan observasi untuk mengumpulkan data.</p>	<p>Di mata suami-istri, keharmonisan dalam rumah tangga adalah keluarga yang senantiasa tenteram. Integritas dalam rumah tangga dipengaruhi oleh dua faktor berbeda: internal dan</p>	<p>Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya dalam mengkaji perkawinan tanpa keturunan. Sebaliknya, penelitian kontemporer</p>

No	Judul	Variabel	Tujuan	Subyek	Metode	Hasil	Relevansi
	Yang Belum Memiliki Keturunan Dalam Upaya Mempertahankan Keutuhan Rumah Tangga (Studi Di Gampong Coet Matang Trienggading Pidie Jaya)”	an		mempunyai keturunan, terdiri dari Gampong Coet Matang Trienggading Pidie Jaya.		eksternal. Pasangan suami istri menanggung kegelisahan sosial yang terkait dengan tidak memiliki anak dengan cara menjaga pandangan positif, mengungkapkan rasa syukur atas keadaan yang telah ditentukan Allah bagi mereka, dan menjaga keyakinan bahwa mereka pada akhirnya akan dikaruniai anak yang sehat.	er secara khusus meneliti <i>self compassion</i> di antara pasangan menikah tanpa anak, berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menekankan pada pemeliharaan integritas rumah tangga.
5	Musdalifah, Aminah, Nurhikmah. 2023. Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Parepare. Judul “Konsep Keluarga	1. Keluarga sakinah 2. Pasangan yang tidak memiliki keturunan	Untuk mengkaji tentang konsep keluarga sakinah pada pasangan suami istri yang tidak memiliki anak di Desa Malimpung Kecamatan Patampanua Kabupaten Pinrang.	Tujuh pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan.	Penelitian kualitatif deskriptif, menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi.	Menunjukkan bahwa setiap pasangan menganggap bahwa anak adalah harapan setiap pasangan dalam keluarga. Pasangan suami istri yang belum mempunyai anak	Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian saat ini terletak pada pembahasan pernikahan tanpa keturunan. Sedangkan perbedaan penelitian

No	Judul	Variabel	Tujuan	Subyek	Metode	Hasil	Relevansi
	Sakinah pada Pasangan yang tidak Memiliki Keturunan di Desa Malimpung Kecamatan Patampanua Kabupaten Pinrang”.					memahami konsep keluarga sakinah yaitu keluarga yang mampu menjaga keharmonisan, tentram, nyaman, hidup rukun dengan keluarga, saling berkomunikasi, menjalankan ajaran agama, saling memahami kekurangan dan kelebihan pasangannya.	terdahulu dengan penelitian saat ini adalah penelitian terdahulu berfokus pada konsep keluarga sakinah, sedangkan penelitian saat ini berfokus pada <i>self compassion</i> pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan.
6	Annisa Zahra Kawitri, Ratih Arruum Listiyandini, Rina Rahmatika. 2020. Fakultas Psikologi, Universitas YASRI Jakarta. Judul “Peran <i>Self Compassion</i> terhadap Dimensi-dimensi	1. <i>Self compassion</i> 2. Kualitas hidup kesehatan	Untuk menguji sejauhmana <i>self compassion</i> dapat memprediksi tingkat kualitas hidup kesehatan pada remaja yang tinggal di panti asuhan.	Remaja yang tinggal di panti asuhan wilayah Bekasi atau Jakarta dengan rentang usia 14-18 tahun.	Penelitian kuantitatif desain <i>cross-sectional</i> . Penelitian ini bersifat eksplanatif dan korelasional.	Sebagian besar dimensi dari kualitas hidup kesehatan pada remaja panti asuhan, yaitu pada aspek fisik, psikologis, hubungan dengan pengasuh utama dan kemandirian. Peran <i>self compassion</i> terhadap sebagian besar dimensi	Penelitian saat ini sebanding dengan penelitian terdahulu, karena variabelnya sama yaitu <i>self compassion</i> . Penelitian saat ini berfokus pada <i>self compassion</i> pada pasangan menikah

No	Judul	Variabel	Tujuan	Subyek	Metode	Hasil	Relevansi
	Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan”.					kualitas hidup kesehatan pada remaja panti mengindikasikan bahwa penting untuk mengembangkan sikap welas asih pada remaja panti asuhan, yang dapat dilakukan dengan berbagai program psikoterapi atau pelatihan.	yang belum memiliki anak, sedangkan penelitian terdahulu mengkaji Self Compassion terhadap dimensi kualitas hidup kesehatan pada remaja panti asuhan.

B. Kajian Teori

1. Pengertian *Self Compassion*

Compassion merupakan kesediaan seseorang untuk berterus terang dan memahami penderitaan orang lain, yang memotivasi orang tersebut untuk meringankan bebannya. Selain itu, adalah mungkin untuk memberikan *compassion* kepada diri sendiri, ini disebut sebagai belas kasihan pada diri sendiri. Sentimen *self compassion* adalah sikap welas asih terhadap diri sendiri. Dorongan untuk terbuka dan bergerak terhadap penderitaan diri sendiri merupakan rasa welas asih. Perwujudan dari *self compassion* dapat berupa pemikiran yang mengasuh dan penuh kasih

sayang terhadap diri sendiri, serta pengakuan bahwa pengalaman yang dialaminya melekat pada kondisi manusia.¹⁷

Belas kasih, menurut Gilbert, meliputi dari keinginan untuk terbebas dari penderitaan, kesadaran terhadap penyebab dari penderitaan, dan perilaku yang menunjukkan kasih sayang. Konsep *compassion* kemudian sebagai konsep penelitian ilmiah yang pertama kali dirintis oleh Kristin Neff.

Self compassion adalah sikap yang ditandai dengan mengakui dan memusatkan perhatian pada kekurangan, perjuangan, dan kesulitan dalam hidup diri sendiri. Hal ini memerlukan kesadaran bahwa tantangan, kekurangan, dan kegagalan tersebut melekat pada kondisi manusia. Neff mendefinisikan seseorang dengan *self compassion* yang tinggi sebagai orang yang merasa nyaman dalam situasi sosial dan mampu menerima dirinya apa adanya. Selain itu, *self compassion* dapat meredakan kecemasan seseorang terhadap kekurangannya sendiri, karena individu dengan kualitas ini mampu memperlakukan diri sendiri dan orang lain dengan baik serta memahami fakta bahwa manusia bisa saja salah.

Welas asih, menurut Stuntzner, adalah bidang studi baru yang menjanjikan peningkatan kesejahteraan mental dan emosional, serta mengurangi emosi dan pikiran negatif. Kekhawatiran yang berkaitan dengan pengaturan emosi berkorelasi dengan rasa kasihan pada diri

¹⁷ Evelin Leonardo, "Gambaran *Self Compassion* Sebagai Faktor Protektif Kecenderungan Perilaku Self Harm Pada Mahasiswa Di Fase Emerging Adulthood", (Skripsi, Universitas Hasanuddin, 2020), 22.

sendiri.¹⁸ Hal ini disebabkan oleh hipotesis peneliti bahwa agar remaja dapat mengatasi emosi negatif, mereka harus terlebih dahulu menunjukkan empati dan kepedulian terhadap diri sendiri ketika dihadapkan pada tantangan dan stres. Mengadopsi pola pikir komparatif terhadap diri sendiri, yang juga dikenal dengan istilah *self compassion*, dapat menjadi langkah awal untuk mengatasi emosi negatif. *Self compassion*, menurut Germer, adalah kapasitas untuk mengalami sentimen kemurahan hati dan penerimaan yang dihasilkan dari penerimaan emosional dan kognitif seseorang terhadap pengalamannya sendiri dan kesadaran untuk tidak menghindari pengalaman yang tidak menyenangkan. Lebih jauh lagi, penerimaan kognitif dan emosional ini memungkinkan orang untuk mengakui kekurangan mereka sendiri dan menghadapi keadaan yang berada di luar kendali mereka.¹⁹

Seseorang yang memiliki rasa *self compassion* yang kuat menunjukkan kualitas-kualitas berikut:

- a. Mampu mengenali dan menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri.
- b. Mampu mengenali kesalahan atau kemunduran sebagai kejadian umum yang juga dialami orang lain.
- c. Mengakui saling ketergantungan dan keterhubungan seluruh entitas.

¹⁸ Stuntzner, S, "Compassion and Self compassion: Exploration of Utility as Potential Components of the Rehabilitation Counseling Profession", *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*, 45(10: 2014), 37-44.

¹⁹ Germer, C.K., *The Mindfull Path to SelfCompassion: Freeing Yourself From Destructive Thoughts and Emotions*. (The Guilford Press: London, 2014).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa self-compassion terdiri dari sikap penuh perhatian dan baik hati terhadap diri sendiri dan reseptif dalam menghadapi tantangan, sehingga seseorang memandangnya sebagai komponen keberadaan yang tak terelakkan.

Neff menjelaskan bahwa *self compassion* terdiri dari tiga komponen yaitu:

a. *Self kindness*

Tanpa menyakiti diri sendiri, individu mampu memahami dan menerima diri mereka apa adanya. Kebaikan terhadap diri sendiri memungkinkan orang untuk mencegah menyalahkan diri sendiri dan rendah diri. Kebaikan diri yang memotivasi orang untuk terlibat dalam perilaku konstruktif dan berpotensi memberi manfaat bagi orang lain.

b. *Common humanity*

Hal ini merupakan pengakuan dari pihak lain bahwa tantangan dan kemunduran merupakan hal yang melekat pada kondisi manusia dan hal tersebut dihadapi oleh semua orang. Kemanusiaan pada umumnya menarik kesejajaran antara kelemahan seorang individu dan kondisi umat manusia secara keseluruhan. Untuk menumbuhkan pemahaman komprehensif tentang kekurangan daripada perspektif sempit yang menghubungkan kekurangan tersebut hanya pada individu. Aspek fundamental kemanusiaan yang sama adalah pengakuan bahwa setiap individu menghadapi tantangan dan hambatan sepanjang hidupnya.

c. *Mindfulness*

Penerapan *mindfulness* mencegah orang menjadi terlalu sibuk dengan pikiran atau emosi negatif. Menjadi penuh perhatian berarti memahami, menerima, dan menghadapi kenyataan tanpa menilai keadaan. Aspek penting dari kewaspadaan adalah menjaga persepsi akurat terhadap situasi, menahan diri dari penyederhanaan atau pengecilan yang berlebihan, untuk menghasilkan reaksi yang benar-benar manjur.

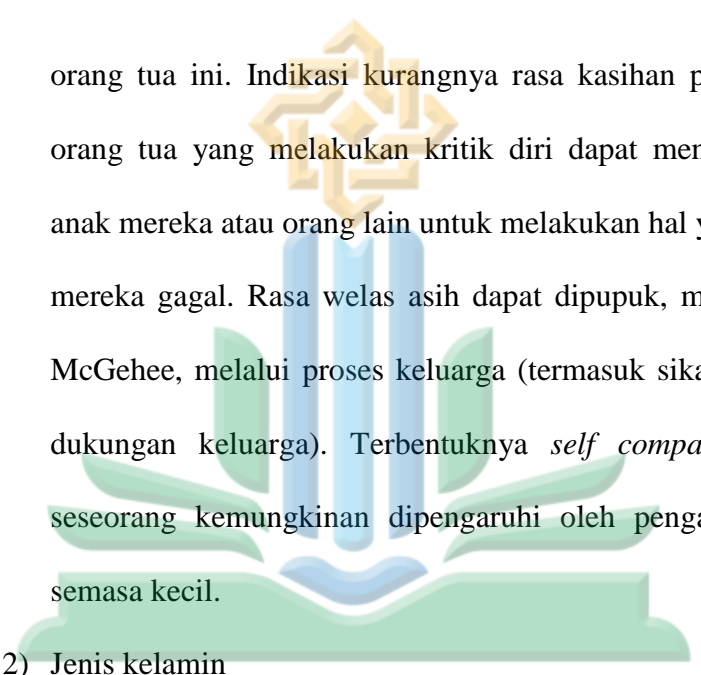
d. *Loving Kindness*

Loving kindness adalah kasih sayang yang lembut dan baik hati yang diterapkan pada diri sendiri dan melatih untuk menjadi lebih mencintai, peduli diri sendiri dan juga lingkungan sekitar. Memperlakukan diri sendiri dengan baik sama pentingnya dengan cara memperlakukan orang lain. Cinta kasih adalah mendukung diri di tengah penderitaan, sama seperti ketika akan mendukung orang lain yang dicintai.

Berikut ini, menurut Neff, faktor penentu *self compassion*:

1) Peran Orangtua

Manusia pada awalnya diberikan pengasuhan orang tua. Seorang anak akan mengembangkan sikap kritis terhadap diri sendiri ketika dewasa jika berada di bawah pengawasan orang tua yang terus-menerus mencela masa kecil anaknya. Selain itu, rasa asayang diri seseorang mungkin dipengaruhi oleh model perilaku



orang tua ini. Indikasi kurangnya rasa kasihan pada diri sendiri, orang tua yang melakukan kritik diri dapat menginspirasi anak-anak mereka atau orang lain untuk melakukan hal yang sama ketika mereka gagal. Rasa welas asih dapat dipupuk, menurut Neff dan McGehee, melalui proses keluarga (termasuk sikap orang tua dan dukungan keluarga). Terbentuknya *self compassion* pada diri seseorang kemungkinan dipengaruhi oleh pengalaman keluarga semasa kecil.

2) Jenis kelamin

Laki-laki ditemukan memiliki tingkat belas kasihan diri yang sedikit lebih tinggi dibandingkan perempuan, menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Yarnell, Stafford, dkk. yang membentuk perbedaan gender dalam belas kasihan diri. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap pemikiran kritis dan terlibat dalam *self talk* negatif dibandingkan laki-laki. Akibatnya, depresi dan kecemasan lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki.

3) Budaya

Negara-negara Asia dikatakan memiliki tingkat *self compassion* yang lebih besar dibandingkan negara-negara barat karena budaya kolektif mereka, menurut Markus dan Kitayama dalam Neff, Pisitsungkagarn, dan Hsieh. Namun, orang-orang dari budaya Asia lebih kritis terhadap diri sendiri dibandingkan orang-

orang dari budaya Barat; oleh karena itu, tingkat belas kasihan pada diri sendiri dalam budaya Asia tidak jauh lebih besar dibandingkan dengan budaya Barat; sebaliknya, orang-orang Asia diperkirakan memiliki rasa belas kasihan yang lebih besar dibandingkan orang-orang Barat.

4) Usia

Usia merupakan faktor penting dalam rasa sayang pada diri sendiri, menurut penelitian yang dilakukan oleh Neff dan Vonk. Neff, dengan memanfaatkan teori tahapan perkembangan Erikson, menguji korelasi ini. Menurut teori ini, individu yang telah mencapai tahap integritas akan mengalami tingkat *self compassion* yang lebih tinggi karena peningkatan kapasitas penerimaan diri yang positif.

5) Kepribadian

Kepribadian berpengaruh terhadap adanya *self compassion* dalam diri seseorang, seperti tipe kepribadian *extraversion*, *agreeableness* dan *conscientiousness*. *Extraversion* memiliki kepribadian yang mudah termotivasi oleh tantangan dan sesuatu yang baru sehingga akan terbuka dengan dunia luar dan lebih bisa menerima dirinya sendiri. *Agreeableness* memiliki sikap baik kepada diri sendiri dan melihat pengalaman yang negatif sebagai pengalaman yang dialami semua manusia. *Conscientiousness* memiliki sikap kontrol terhadap lingkungan sosial, berpikir

sebelum bertindak, sehingga seseorang dapat mengontrol diri dalam menyikapi masalah.²⁰

2. Pasangan Suami Istri

a. Pengertian keluarga

Duval mendefinisikan keluarga sebagai kumpulan individu yang dihubungkan melalui perkawinan, kelahiran, dan adaptasi dengan tujuan untuk mengembangkan dan melestarikan budaya secara luas, meningkatkan pertumbuhan fisik, mental, dan emosional para anggotanya, dan bekerja sama satu sama lain untuk mencapai tujuan bersama. Sementara itu, Burgess dkk. mendefinisikan keluarga sebagai individu-individu yang dipersatukan melalui lembaga perkawinan.²¹

Keluarga, sebagaimana didefinisikan oleh George Murdock, adalah suatu kolektif sosial yang dibedakan berdasarkan tempat tinggal, kerjasama ekonomi, dan prokreasi. Baik anggota keluarga tinggal di domisili yang sama atau terpisah, mereka tetap menganggapnya sebagai tempat tinggal mereka. Anggota keluarga mampu berinteraksi melalui peran sosial. Keluarga mungkin terdiri dari dua orang dewasa dengan orientasi yang berlawanan. Suami dan istri, ayah dan ibu, keturunan dan anak perempuan merupakan keluarga.²²

Menurut perspektif Islam, persoalan kekeluargaan bukanlah persoalan sepele. Islam sangat menekankan unit keluarga dengan

²⁰ Fahada Bagas Karinda, "Comparison Diri (*Self Compassion*) pada Mahasiswa", *Jurnal Cognicia*, Vol. 8, No. 2, (2020): 239-241.

²¹ Zaidin Ali, *Pengantar Keperawatan Keluarga*, (Jakarta: EGC, 2009), 4-5. digilib.uinkhas.ac.id

²² Sri Lestari, *Psikologi Keluarga*, (Jakarta: Kencana, 2013), 3.

menetapkan prinsip-prinsip moral yang melindungi dari perselisihan. Tidak dapat dipungkiri bahwa keluarga berperan sebagai landasan dalam membangun masyarakat Muslim, membina generasi penerus umat Islam yang mampu mensucikan dan memajukan nama Allah di muka bumi ini.²³

b. Ciri-ciri keluarga

Robert Maclver dan Charles Morton Page menggambarkan ciri-ciri berikut yang mendefinisikan keluarga:

- a) Keluarga mengasumsikan struktur sebuah institusi yang terdiri dari ikatan perkawinan yang sengaja dibentuk.
- b) Keluarga dapat diartikan sebagai kesatuan perkawinan.
- c) Keluarga menerapkan sistem tata nama yang menggabungkan perhitungan garis keturunan.
- d) Fungsi ekonomi keluarga ditentukan oleh anggotanya sehubungan dengan kemampuan mereka untuk menghasilkan dan mengasuh anak.
- e) Tempat tinggal, tempat tinggal, atau rumah tangga bersama menjadi ciri sebuah keluarga.

c. Keharmonisan keluarga

Kebahagiaan salah satu anggota keluarga mempengaruhi kebahagiaan anggota keluarga lainnya sehingga kondusif bagi terbentuknya keluarga yang harmonis. Menurut sudut pandang

²³Syaiful Bahri Djamarah, *Pola Asuh Orang Tua dan Komunikasi dalam Keluarga* (Jakarta: Rineka Cipta, 2014), 18.

psikologis, hal ini dapat mengandung arti dua hal: pertama, penetapan aspirasi dan tujuan seluruh keluarga. Selain itu, ada kemungkinan besar terjadinya perselisihan pribadi dan antarpribadi. Menurut sudut pandang Islam, keluarga sakinah adalah keluarga teladan yang harmonis.²⁴ Ada berbagai cara yang bisa dilakukan pasangan suami istri untuk menjaga keharmonisan keluarga, antara lain:

a) Saling menerima kenyataan

Sebagai belahan jiwa yang telah ditentukan Tuhan, pasangan suami istri harus mengakui dan menerima kenyataan bahwa tidak ada yang bisa dijamin. Meski demikian, manusia wajib berusaha, sedangkan hasilnya ditentukan oleh Allah. Hasilnya, termasuk kondisi masing-masing pendamping, harus diterima.

b) Membangun rasa cinta

Kegembiraan mencakup semua yang menumbuhkan ketenangan dan ketentraman. Untuk mencapai kebahagiaan dalam sebuah keluarga, suami istri harus konsisten saling menyemangati dan berupaya memupuk suasana kasih sayang.

c) Saling pengertian

Suami dan istri harus menyadari fakta bahwa, sebagai manusia yang telah jatuh ke dalam dosa, mereka memiliki

²⁴ Muhammad Idain, *Pesan-Pesan Rasulullah c. Untuk Membangun Keluarga Sakinah*, Samara, ac.id (Yogyakarta: Araska, 2015), 15.

kemampuan dan kekurangan yang unik. Selain itu, variasi karakteristik, sikap, dan pendapat dapat diamati.

d) Bermusyawarah

Dalam sebuah rumah tangga, pasangan suami istri harus mengambil sikap yang disengaja. Karena penyelesaian masalah hanya mungkin dilakukan melalui pertimbangan yang matang. Suami dan istri harus jujur, tidak mementingkan diri sendiri, dan terus terang satu sama lain.

e) Saling bermanfaat

Karena seringkali terjadi permasalahan dalam rumah tangga, maka rasa saling memaafkan sangat diperlukan antara suami dan istri. karena fakta bahwa permasalahan yang tampaknya tidak penting sekalipun berpotensi memperburuk ikatan perkawinan, yang sering kali berujung pada perselisihan yang berkepanjangan atau bahkan perpecahan.

f) Berperan dalam kemajuan bersama

Pasangan suami istri wajib saling memberikan dukungan dalam upaya memajukan dan menyempurnakan satu sama lain guna terjalinnya kesatuan keluarga yang harmonis.

3. Pasangan yang Belum Memiliki Keturunan (*Infertility*)

a. Pengertian *Infertility*

Pasangan infertil adalah pasangan yang telah menikah minimal

satu tahun dan melakukan aktivitas seksual tanpa menggunakan alat

kontrasepsi; Namun, mereka belum hamil. Infertilitas primer dibedakan dengan infertilitas sekunder. Suami/istri dianggap mengalami infertilitas primer jika ia pernah melakukan hubungan seksual tanpa alat kontrasepsi selama 12 bulan tanpa hamil. Sebaliknya, infertilitas sekunder terjadi ketika istri yang telah dibuahi sebelumnya tidak dapat hamil lagi meskipun melakukan aktivitas seksual tanpa kontrasepsi selama dua belas bulan.²⁵

Infertilitas didefinisikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai ketidakmampuan suatu kehamilan sejak konsepsi hingga persalinan dan ketidakmampuan untuk mempertahankan kehamilan hingga cukup bulan. Organisasi Kesehatan Dunia memperkirakan lima puluh hingga delapan puluh juta pasangan menikah di seluruh dunia menderita infertilitas. Prevalensi infertilitas di negara berkembang adalah sekitar 30%, sedangkan di negara maju hanya 5-8%. Masih terbatasnya kesadaran mengenai fakta bahwa infertilitas merupakan penyakit yang menghambat produktivitas. Akibatnya, infertilitas tidak mendapat perhatian khusus, khususnya dalam bidang kesehatan medis.

Berk dan Shapiro menguraikan bahwa pasangan infertil dianggap berada dalam keadaan darurat kritis karena adanya risiko kegagalan dalam mencapai tujuan utama kehidupan perkawinan mereka. Sumber stres menunjukkan bahwa infertilitas adalah peristiwa

²⁵ Irma Hamdayani Pasaribu, Maria Aliya Rahayu, dan Rina Marlina, "*Faktor-faktor yang Mempengaruhi Infertilitas pada Wanita di Rumah Sakit Dewi Sri Karawang*" (Universitas Singaperbangsa Karawang, 2019), 63-64.

penting dalam hidup. Pandangan ini didukung oleh Menning, yang menyatakan bahwa infertilitas adalah krisis kehidupan yang berbahaya secara psikologis dan sangat membebani secara emosional. Kecemasan ini disebut oleh Braverman sebagai “Living in limbo” karena nasib masa depan seseorang tidak menentu.²⁶


Jika dikaji dari kacamata sosial, hal ini berdampak pada stigma yang dihadapi pasangan suami istri yang tidak mampu untuk hamil. Contoh keluarga yang tidak subur dalam pasangan suami istri mungkin mendorong mereka untuk mempertimbangkan alternatif seperti tetap hidup bersama, bercerai, poligami, IVF, atau mengadopsi anak.²⁷

Pasangan suami istri yang tidak subur dianggap telah mengalami kesulitan dan sedang mengalami krisis eksistensial yang meresahkan. Harkness menjelaskan bahwa wanita infertil akan mengalami berbagai kondisi afektif yang merugikan, termasuk kekecewaan, penyesalan, dan kejangkelan.

Menning menegaskan, pasangan yang mengalami infertilitas akan melalui tahapan psikologis yang berbeda-beda. Ada tahapan selanjutnya:

²⁶ Menning, B. E, “The Emotional Needs of Infertile Couples”, *Fertility and Sterility*, 34 (1980), 313-319.

²⁷ Bri Novrika, “Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Kecemasan pada Pasangan Infertil di RSIA Annisa Jambi”, *Riset Informasi Kesehatan*, Vol. 6, No. 2 (Desember 2017): 184-185.

- 
- a. Penyangkalan (*denial*) disertai emosi terkejut saat mengetahui ketidaksuburan; manifestasi penolakan dalam diri individu.
 - b. Kemarahan (*anger*) yang wujudnya disertai dengan emosi iri, jengkel, dan putus asa.
 - c. Duka (*grief*) dapat terwujud dalam berbagai cara, termasuk menangis bersama pasangan atau diri sendiri, membuat jurnal pribadi, atau curhat kepada teman dekat
 - d. Sebelum melanjutkan ke penerimaan (*acceptance*), individu harus mengatasi emosi melankolis yang muncul pada fase sebelumnya

b. Faktor *Infertility*

Infertilitas dapat timbul karena banyak faktor yang berkontribusi. Faktor penyebabnya bisa berasal dari pihak pasangan atau suami. Gangguan spermatogenesis, seperti nekrozoospermia (sperma mati), aspermia (sperma terlalu sedikit), hipospermia (sperma hanya sedikit), dan oligozoospermia (sperma terlalu sedikit), dapat menyebabkan infertilitas yang diakibatkan pasangan. Gangguan mekanis, seperti penutupan duktus deferens, ejakulasi dini, dan impotensi, merupakan penyebab tambahan infertilitas pria. Infertilitas pria menyumbang sekitar 35-40% dari seluruh kasus.²⁸

²⁸ Detricia Tedjawidjaja dan Michael Seno Rahardanto, "Antara Harapan dan Takdir: Resolution To Infertility Pada Perempuan Infertil", *Jurnal Experientia*, Vol. 3, No. 2 (Juli 2015): 110-111.



BAB III

METODE PENELITIAN

Untuk mencapai tujuannya, metode penelitian adalah suatu prosedur atau langkah yang diikuti secara metodis untuk memahami suatu objek atau subjek penelitian dengan tujuan menemukan jawaban yang validitasnya dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Penelitian menggunakan metode ilmiah, yaitu metodis, terstruktur, dan terorganisir.

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini bersifat kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan lingkungan alam untuk menafsirkan fenomena yang terjadi.²⁹

Untuk mengetahui gambaran *self compassion* pada pasangan suami istri tanpa anak yang tinggal di Desa Sukorejo, peneliti menggunakan desain penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif kualitatif melibatkan deskripsi metodis tentang fakta dan hubungan antar fenomena yang diselidiki untuk mendapatkan wawasan tentang suatu objek, kondisi, atau situasi.³⁰

Alasan di balik pemilihan penelitian deskriptif kualitatif oleh peneliti adalah kemampuannya untuk memberikan ekspresi yang jelas dan komprehensif tentang beragam kondisi di sekitar masalah penelitian. Objek penelitiannya adalah tentang gambaran *self compassion* pada pasangan suami istri yang tidak mempunyai anak. Penelitian ini menyelidiki *self compassion* di antara pasangan menikah sebagai kemampuan untuk mengenali dan menerima

²⁹ Albi Anggito & Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018),
digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id

³⁰ Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif*, (Sleman: DEEPUBLISH, 2018, 1.

satu sama lain apa adanya, tanpa menyakiti diri sendiri atau menghakimi diri sendiri. *Self compassion* ini menumbuhkan rasa hangat di kalangan pasangan suami istri ketika dihadapkan pada kekurangan pribadi, dan meningkatkan kesadaran mereka akan tantangan dan kegagalan yang mereka alami. Menjadi bagian dari keberadaan seseorang berarti menghadapi dan menerima kenyataan tanpa menghakimi akibat dari suatu situasi.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian mengacu pada situs atau lokasi tertentu di mana peneliti bermaksud melakukan penelitian guna mengakses informasi dan sumber data yang relevan. Lokasi penelitian dimanfaatkan untuk memperoleh data di lapangan guna menyelidiki fenomena secara langsung dan memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Penelitian dilakukan di Desa Sukorejo, Kecamatan Karangbinangun, Kabupaten Lamongan, domisili pasangan suami istri tanpa anak yang dijadikan informan penelitian. Sesuai dengan konteksnya, peneliti memilih lokasi ini karena penelitian sejenis belum pernah dilakukan di sana sebelumnya tentang “*Self Compassion* Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan”.

C. Subyek Penelitian

Subyek yang mendapat informasi disebut sebagai subyek penelitian. Informan yang dituju adalah yang berpengetahuan luas dan memahami informasi yang berkaitan dengan data penelitian yang dibutuhkan. Dalam penelitian ini informan dipilih secara sengaja. Teknik *purposive sampling*

adalah teknik yang memilih sumber data berdasarkan kriteria tertentu, seperti individu tersebut adalah yang paling tau tentang apa yang kita harapkan atau dianggap mempunyai pengetahuan paling banyak mengenai kepentingan peneliti. Peneliti memilih metodologi yang bertujuan setelah mempertimbangkan kriteria yang telah ditentukan yang harus dipenuhi oleh sampel untuk penelitian ini. Penelitian ini melibatkan individu-individu berikut sebagai informan.³¹

1. Informan ZN (suami) dan informan DN (istri)
2. Informan SH (suami) dan informan SM (istri)
3. Informan IS (suami) dan informan PR (istri)

Dengan mempertimbangkan metodologi penelitian yang digunakan, pemilihan subyek penelitian akan didasarkan pada atribut dan kualitas tertentu. Kriteria dan atribut yang ditentukan adalah sebagai berikut:

- a. Pasangan suami istri yang telah menikah minimal 10 tahun.
- b. Pasangan suami istri tanpa keturunan.

Standar-standar ini dipilih untuk memudahkan penelitian dan mengarahkan perhatian pada suatu kawasan atau lokasi tertentu. Tiga pasangan suami istri tanpa keturunan yang bertekad menjadi informan dan memenuhi kriteria di atas dipilih oleh peneliti. Para peneliti memilih ketiga pasangan ini berdasarkan bahwa pernikahan mereka telah berlangsung lebih dari satu dekade. Hasilnya, pasangan telah mengembangkan rasa saling pengertian, kesadaran diri, dan kepercayaan.

D. Teknik Pengumpulan Data

Langkah yang paling strategis yaitu teknik pengumpulan data dalam penelitian, karena dengan tujuan utama untuk mendapatkan data dari penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu:

1. Observasi

Observasi adalah metode utama yang digunakan dalam penelitian kualitatif untuk mengumpulkan data. Observasi terdiri dari mendokumentasikan setiap fenomena yang diselidiki. Selain tindakan observasi, observasi juga melibatkan verifikasi informasi yang diberikan informan mengenai fakta yang dilaporkan kepada peneliti. Yang penting untuk mengumpulkan data yang benar-benar terjadi dalam kehidupan informan adalah observasi.³² Peneliti menggunakan observasi non-partisipan, di mana peneliti mengambil peran sebagai pengamat yang tidak memihak yang tidak terlibat aktif dalam aktivitas individu yang diselidiki.³³ Obyek penelitian yang diamati adalah domisili pasangan suami istri yang belum mempunyai anak. Hasil observasi dalam penelitian ini adalah ketiga pasangan suami istri yang tetap menjalankan aktivitas kesehariannya dengan suasana hati yang tenang bahagia karena ketiga pasangan suami istri tersebut mempunyai agama yang tinggi. Jadi, percaya bahwa dibalik semua ini pasti ada hikmah tersendiri.

³² Dede Rosyada, *Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2020), 167-170.

³³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016), 145.

2. Wawancara

Wawancara merupakan metode perolehan data yang mana informasi diperoleh dari sumber data atau informan melalui tanya jawab. Wawancara yang dilakukan untuk penelitian ini dirancang untuk memperoleh tanggapan terhadap pertanyaan yang telah ditentukan³⁴ Wawancara terstruktur digunakan untuk mengumpulkan data; khususnya, instrumen penelitian dalam bentuk pertanyaan tertulis alternatif dan tanggapan pra-tertulis digunakan. Selain menggunakan alat bantu visual seperti foto dan perekam audio, pengumpulan data juga dapat melibatkan penggunaan perangkat lain yang memfasilitasi proses wawancara.

Proses pengumpulan data menggunakan teknik wawancara terstruktur, yang menghasilkan wawasan sebagai berikut:

- a. Gambaran *self compassion* dari pasangan suami istri di Desa Sukorejo yang belum mempunyai anak.
- b. Dampak menguntungkan dari *self compassion* pada pasangan suami istri tanpa anak yang berada di Desa Sukorejo.

3. Dokumentasi

Selain itu, dokumentasi merupakan metode pengumpulan data penting dalam penelitian kualitatif. Karena observasi dan wawancara penelitian mungkin tidak memadai atau tidak mampu menjelaskan fenomena yang diselidiki, dokumentasi dianggap penting untuk memperkuat data.

Dokumentasi dapat berupa bahan tertulis, foto, karya seni, atau catatan harian.³⁵ Berikut data yang diperoleh melalui teknik dokumentasi.

- a. Sejarah Desa Sukorejo
- b. Letak geografis
- c. Data diri subyek penelitian atau informan
- d. Foto-foto yang berkaitan dengan penelitian

E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif, analisis data merupakan hal yang paling penting karena memerlukan pencarian metodis dan kompilasi informasi yang dikumpulkan dari fenomena yang diselidiki, termasuk catatan lapangan, wawancara, dan dokumentasi. Hal ini dicapai melalui deskripsi atau pemilihan poin data yang signifikan, serta perumusan kesimpulan yang jelas. diri sendiri atau orang lain.³⁶ Hasil penelitian akan digunakan untuk menganalisis data sesuai dengan teknik analisis data model Miles dan Huberman dalam disiplin ilmu. Prosedur berikut terlibat dalam menganalisis data model:

1. Reduksi Data

Reduksi data melibatkan proses merangkum, memilih elemen dan informasi kunci, dan berkonsentrasi pada aspek-aspek penting. Dengan demikian, data yang direduksi memudahkan peneliti memperoleh pemahaman yang lebih tepat, menyederhanakan pengumpulan data, dan memungkinkan mereka menentukan apa yang penting bagi penelitiannya. investigasi.³⁷

³⁵ Mardawani, *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar Dan Analisis Data Dalam Perspektif Kualitatif*, (Yogyakarta: Deepublish CV Budi Utama, 2020), 59.

³⁶ Sugiyono, *Metode penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2008), 244.

³⁷ Sugiyono, 247.

2. Penyajian Data

Penyajian data merupakan prosedur selanjutnya setelah reduksi data. Fase selanjutnya akan lebih mudah untuk dipahami dan disusun strateginya karena penyajian datanya. Teks naratif sering digunakan dalam penelitian kualitatif untuk menyajikan data.³⁸

3. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan adalah fase selanjutnya. Meskipun kesimpulan awal bersifat sementara, namun kesimpulan tersebut harus didukung oleh data yang dapat diandalkan dan dapat direvisi jika terdapat bukti tambahan yang valid. Dalam penelitian kualitatif, kesimpulan adalah penemuan-penemuan baru yang belum ada sebelumnya. Kesimpulan tersebut dapat berupa penjelasan atau gambaran terhadap obyek-obyek yang sebelumnya bersifat ambigu namun telah memperoleh kejelasan melalui jalannya penelitian.³⁹

F. Keabsahan Data

Menilai derajat kebenaran atau keyakinan suatu hasil penelitian merupakan keabsahan data. Dalam penelitian kualitatif, keabsahan hasil data ditentukan bila tidak ada perbedaan antara keterangan peneliti dan kejadian sebenarnya yang terjadi dengan subjek penyelidikan.⁴⁰ Triangulasi sangat penting dalam penelitian kualitatif untuk menjamin validitas, ketepatan, dan reliabilitas kesimpulan penelitian.⁴¹ Peneliti akan menggunakan triangulasi sumber dalam penelitian ini. Triangulasi sumber adalah metode pengumpulan

³⁸ Sugiyono, 249.

³⁹ Sugiyono, 253.

⁴⁰ Ni Wayan Novi Budiansi & Gede Sri Darma, *Corporate Social Responsibility*, (Bali: Nilacakra, digilib.uinkhas.ac.id 2020), 54. digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id

⁴¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2008), 274.

data yang menggabungkan beberapa sumber data yang sudah ada sebelumnya. Informasi yang digunakan dalam penelitian ini dikumpulkan dari berbagai sumber, antara lain informan dan data tambahan yang dikumpulkan melalui observasi dan dokumentasi.

Penelitian kualitatif harus selalu menunjukkan pendekatan yang komprehensif. Peneliti harus memiliki kemampuan untuk menghindari unsur-unsur yang berpotensi menimbulkan penyimpangan dan ketidakcukupan sumber data. Akibatnya, para sarjana menggunakan triangulasi, yang melibatkan integrasi berbagai sumber data, peneliti, teori, dan metodologi, ketika menyelidiki fenomena sosial.⁴²

Fokus penelitian ini berkaitan dengan self-compassion yang ditunjukkan oleh pasangan menikah yang saat ini tidak memiliki anak. Informasi yang dikumpulkan akan disediakan oleh subjek yang sengaja dipilih. Selanjutnya, data yang diperoleh menjalani proses verifikasi revisi dengan menggunakan triangulasi sumber. Perbandingan dilakukan antara data yang diperoleh melalui wawancara dengan informan dengan data yang dikumpulkan melalui observasi dan dokumentasi yang dilakukan peneliti.

G. Tahap-Tahap Penelitian

Pelaksanaan suatu penelitian, diperlukan tiga tahapan penting yaitu: tahap pra-lapangan, tahap pekerjaan lapangan, dan tahap penyusunan penelitian.

⁴² Cosmas Gatot Haryono, *Ragam Metode Penelitian Kualitatif Komunikasi*, (Sukabumi: CVs.ac.id digilib.uinkhas.ac.id, 2020), 146.

1. Tahap pra lapangan

Tahap pra lapangan atau disebut persiapan sebelum berada di lapangan. Tahap ini meliputi:

a. Menyusun rencana penelitian

Menyusun rancangan penelitian dari latar belakang masalah, pelaksanaan penelitian, pemilihan lokasi, penentuan jadwal, rancangan pengumpulan data, analisis data, dan rancangan pengecekan keabsahan data.

b. Memilih lokasi penelitian

Proses identifikasi lokasi penelitian meliputi pemeriksaan titik fokus masalah, rumusan masalah, dan penyelarasan dengan pengetahuan yang ada di lapangan.

c. Mengurus surat perizinan

Mengurus surat izin penelitian dari entitas yang memberikan izin peneliti. Pihak kampus harus menerbitkan surat permohonan izin penelitian, yang selanjutnya diserahkan ke instansi yang diperiksa, Desa Sukorejo Karangbinangun Lamongan.

d. Menjajaki dan menilai lapangan

Tahap menjajaki akan berjalan lancar apabila peneliti telah membaca literatur yang relevan dan mengetahui kondisi serta keadaan daerah tempat penelitian dilakukan. Tujuan dari penilaian lapangan adalah agar para peneliti membekali diri mereka secara memadai, baik secara fisik maupun mental, dengan peralatan yang

diperlukan untuk bertahan dalam kondisi lingkungan yang lazim di lokasi penelitian.

e. Memilih dan memanfaatkan informan

Informan adalah individu yang memberikan rincian mengenai keadaan dan kondisi lingkungan penelitian. Tujuan informan bagi peneliti adalah untuk membantu penelitian pokok bahasan secara tepat waktu dan menyeluruh. Sumber informasi digunakan untuk memfasilitasi diskusi,

f. Menyiapkan perlengkapan penelitian

Peneliti wajib menyediakan bahan-bahan sebagai berikut: surat penelitian, alat tulis, buku catatan, tempat surat, kamera foto, dan alat perekam suara termasuk tape recorder.

g. Persoalan etika penelitian

Dalam melakukan pengumpulan data, peneliti harus mematuhi standar etika mengenai norma, adat istiadat, peraturan, hak pribadi, dan nilai.⁴³

2. Tahap pekerjaan lapangan

Peneliti mengumpulkan data yang diperlukan untuk penelitian pada saat ini dengan menggunakan metodologi yang telah ditentukan sebelumnya. Tahapan kerja lapangan adalah sebagai berikut:

⁴³ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rodakarya, 2017), s. ac.id 127136.

a. Memahami latar penelitian dan persiapan diri

Pemahaman komprehensif tentang lingkungan penelitian merupakan prasyarat bagi peneliti untuk memulai kerja lapangan. Pemahaman komprehensif tentang lingkungan penelitian sangat penting untuk pengumpulan data langsung dari subjek. Secara fisik dan mental, peneliti juga harus siap memahami keadaan dan kondisi subjek yang diteliti agar dapat mengumpulkan data yang sesuai harapan.

b. Penampilan

Saat memasuki tahap kerja lapangan, peneliti harus menyesuaikan pakaiannya dengan adat, prosedur, dan budaya lingkungan penelitian. Selain itu, sikap dan tingkah laku mereka saat mengumpulkan data di lapangan juga harus diperhatikan agar subjek penelitian merasa nyaman dan tidak terganggu.

c. Pengenalan hubungan peneliti di lapangan

Diharuskan peneliti untuk mengembangkan hubungan yang erat dengan subjeknya sehingga mereka dapat berkontribusi dan berkolaborasi dalam proses pengumpulan informasi.

d. Jumlah waktu

Untuk memaksimalkan efektivitas dan efisiensi waktu yang dihabiskan di lapangan, manajemen waktu merupakan aspek penting dalam penelitian.

3. Tahap pasca pelaksanaan

a. Reduksi data

Mereduksi data berarti melakukan kondensasi, memilih hal-hal yang penting, dan memusatkan perhatian pada hal-hal yang penting. Peneliti berhak menghilangkan data yang dianggap tidak relevan.

b. Penyajian data

Penyajian data Para peneliti mungkin merasa lebih mudah untuk menampilkan data setelah reduksi data. Data disajikan dalam format teks naratif.

c. Kesimpulan

Kesimpulan diperoleh dari hasil penelitian yang dinyatakan sebagai deskripsi atau gambaran objek yang diselidiki selama berlangsungnya penelitian.⁴⁴

d. Merevisi hasil laporan yang telah disempurnakan

Memperbaiki hasil laporan yang diperoleh dari penyajian data lebih dekat dengan spesifikasi yang berlaku di Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.

BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Objek Penelitian

1. Sejarah Singkat Desa Sukorejo

Desa Sukorejo muncul dari penggabungan tiga permukiman kecil yaitu Wedeng, Gundik, dan Mengai. Masing-masing hal berikut ini memiliki makna sejarah sehubungan dengan asal muasal dusun tersebut:

a. Dusun Wedeng

Desa Sukorejo terletak paling selatan di Dusun Wedeng. Wideng, akar nama Wedeng, adalah nama makhluk laut yang mirip labu atau yuyu. Tak heran jika wilayah dusun ini merupakan dataran rendah Bonorowo yang dulunya kaya akan fauna. Yang paling menonjol pada masa Paillet adalah nasi buah terate disertai ikan wideng, yuyu, atau lempat; akibatnya, banyak orang mencari wideng di lokasi tersebut.

Ada dua sudut pandang yang berbeda mengenai individu yang dianggap sebagai pendiri dusun Wedeng. Meskipun ada yang menganggap orang yang bertanggung jawab membuka dusun tersebut adalah orang yang sudah meninggal dan dikebumikan di sebelah utara pemakaman umum, konsensus umum adalah bahwa dia adalah mbah rojo kuno. Identitas aslinya dilaporkan adalah Syamsuddin, meskipun sumber alternatif menyebutnya sebagai Syekh Abd Malik. Ada pula yang berpendapat bahwa orang yang bertanggung jawab membuka Dusun

Wedeng adalah orang yang sudah meninggal, yang batu nisannya

berbentuk pusaran panjang yang lebarnya berbeda dengan batu nisan lainnya. Diduga orang tersebut merupakan keturunan orang Timur Tengah yang dulunya disertai tanggung jawab dakwah Islam di wilayah Bonorowo.

b. Dusun Gundik

Dusun Gundik terletak di Desa Sukorejo, berdekatan dengan Dusun Mengai dan Dusun Wedeng. Awalnya disebut Dusun Gundik, namun di sekitar dusun tersebut dipenuhi dengan Gundik, sebuah eufemisme untuk sebutan keturunan rayap, dengan jumlah yang cukup banyak, hingga banyak gundukan tanah yang dikelilingi oleh keturunan rayap. Akibat kejadian ini, banyak upaya dikerahkan untuk membersihkannya sebagai persiapan untuk mendirikan pemukiman di sana. Selain itu, banyak orang yang mengadopsi nama rayap sebagai sebutan untuk kelompok tempat tinggal yang berada di properti tersebut.

c. Dusun Mengai

Dusun Mengai terletak di desa paling utara, Sukorejo. Menurut legenda, orang yang paling banyak menyumbang adalah Mbah Sentono, saudara kandung Mbah Japrang, dan berdomisili di Cluring, Kecamatan Kalitengah. Perselisihan dua kakak beradik ini menjadi inspirasi munculnya julukan Dusun Mengai. Meskipun Mbah Sentono adalah adik dari Mbah Japrang dan berpenampilan sedikit kurang menarik dibandingkan saudara-saudaranya yang lain, namun ia dikaruniai istri yang lebih cantik dari pasangan saudara laki-lakinya yang lebih tampan

darinya. Namun kejadian ini menginspirasi Mbah Japrang untuk mengakuisisi dan merencanakan penculikan istri Mbah Sentono. Ditinggalkannya pasangan Mbah Sentono oleh Mbah Japrang menimbulkan kemarahan dan kemarahan dalam diri Mbah Sentono.

Kemarahan dan kata-kata kotor Mbah Sentono yang semakin meningkat yang ditujukan kepada Mbah Japrang dalam dialek Jawa "olehe alok ora kurang lebih sampek dolek-dolek" adalah akibat dari kemarahannya tersebut. Mbah Japrang membuat marah Mbah Sentono karena mengintai istrinya. Mbah Japrang dinasehati oleh Mbah Sentono untuk "mengo cangkeme saja", yang artinya "bertindak atas kemauan sendiri, tanpa berpikir". Keturunan Mbah Sentono diberi nama Mengo atau Mengai akibat peristiwa tersebut. Akibat kejadian ini, kedua komunitas, yaitu komunitas Mengai dan Cluring, berkesimpulan bahwa hubungan intim adalah hal yang terlarang, terlepas dari apakah itu hubungan profesional atau perijodohan.

Adapun data-data masyarakat Desa Sukorejo untuk pasangan suami istri yang tidak mempunyai anak sebagai berikut:

Table 4.1
Data masyarakat Desa Sukorejo yang *Infertil*

No.	Nama Suami	Nama Istri	Alamat
01	Kartaji	Nasikah	Wedeng
02	Moh. Nur	Latifatus Sun'iyah	Wedeng
03	Suyud Budi Utomo	Siti Fatimah	Wedeng
04	Fadil	Kholifah	Wedeng
05	Tijan	Sa'adah	Wedeng
06	Ismu	Purwati	Wedeng
07	Abd Halim	Munaiyah	Wedeng
08	Khoirul Umam	Nihayah	Wedeng

No.	Nama Suami	Nama Istri	Alamat
09	Sukri	Mariyati	Wedeng
10	Abdur Rohman	Kandek	Gundik
11	Zainuri	Dina	Gundik
12	Tatna	Masamah	Gundik
13	Sutarman	Nasipah	Gundik
14	Abdul wahid	Timi	Gundik
15	Sudrajat	Musri'ah	Mengai
16	Sakur	Sukartini	Mengai
17	Sholihuddin	Sumiatun	Mengai
18	Abdul wahid	Susmiati	Mengai
19	Sarkun	Kumaisaroh	Mengai
20	Suratman	Senah	Mengai
21	Ngatemin	Sukarni	Mengai
22	Taskur	Sukayah	Mengai
23	Suparto	Handayani	Mengai

2. Letak Geografis Desa Sukorejo

Wilayah Desa Sukorejo terletak antara $7^{\circ}21'$ dan $7^{\circ}31'$ Selatan dan $110^{\circ}10'$ sampai $111^{\circ}40'$ Timur. Topografi wilayah Desa Sukorejo berkisar pada ketinggian 0 sampai 35 meter di atas permukaan laut. Kondisi lahan bergelombang dengan kemiringan 3,1 hingga 15% untuk lahan seluas 25 hektar, dan kurang dari 3% untuk lahan seluas 223 hektar.

Curah hujan tahunan rata-rata relatif kecil yaitu 1.112,4 milimeter. Desa Sukorejo, sama seperti daerah lain di Indonesia, memiliki iklim tropis yang ditandai dengan kelembaban atmosfer rata-rata sekitar 65%, suhu berkisar antara 24 hingga 32 °C, dan curah hujan yang sedikit pada bulan Juni hingga Oktober.

Desa Sukorejo, seperti halnya seluruh Kabupaten Lamongan, mempunyai iklim tropis yang ditandai dengan dua musim berbeda: musim hujan yang berlangsung pada bulan November hingga April, dan musim

kemarau pada bulan April hingga November. Wilayah pemerintahan Desa Sukorejo dibagi lagi menjadi sebelas Rukun Tetangga (RT), yang terdiri dari tiga dusun sebagai berikut:

Dusun Wedeng terdiri atas 6 Rukun Tetangga

Dusun Gundik terdiri atas 1 Rukun Tetangga

Dusun Mengai terdiri atas 4 Rukun Tetangga

Desa Sukorejo luasnya 3.028.978 meter persegi. Sisanya seluas 30.531 m² diperuntukkan bagi lahan pemukiman, sedangkan sektor pertanian terdiri dari 2.998.417 sawah atau tambak yang dimanfaatkan untuk kegiatan perekonomian masyarakat pada umumnya.

Jenis tanah yang dominan adalah aluvial, yang sangat mendukung praktik pertanian namun sangat tidak stabil; Akibatnya banyak jalan di Desa Sukorejo yang cepat rusak. Desa Sukorejo terletak di Kecamatan Karangbinangun dengan luas wilayah 3.028.978 meter persegi. Batasan sekitar Desa Sukorejo :

Sebelah utara	Berbatasan dengan Desa Tunjungmekar
Sebelah selatan	Berbatasan dengan Desa Kepudibener
Sebelah timur	Berbatasan dengan Desa Karangnom
Sebelah barat	Berbatasan dengan Desa Waruk

3. Deskripsi Subyek Penelitian

Penelitian ini memanfaatkan pasangan suami istri yang belum mempunyai keturunan sebagai informan. Tiga pasangan merupakan jumlah informan yang akan di wawancarai. Informasi yang disampaikan para informan dirinci dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.2
Data Informan

No	Nama Informan	Alamat	Pendidikan	Pekerjaan	Usia Pernikahan
1.	ZN (Suami) DN (Istri)	Gundik Sukorejo	S1	Guru	12 Tahun
2.	SH (Suami) SM (Istri)	Mengai Sukorejo	SMA/Sederajat	Petani	29 Tahun
3.	IS (Suami) PR (Istri)	Wedeng Sukorejo	SMA/Sederajat	Wiraswasta	26 Tahun

a) Informan ZN dan DN

B. Penyajian Data dan Analisis

1. Gambaran Kehidupan *Self Compassion* pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Gambaran tentang adanya *self compassion* pada pasangan suami istri tanpa anak dan dampak positif *self compassion* pada pasangan suami istri tanpa anak di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan menjadi tujuan utama penelitian ini.

Hasil selanjutnya menyajikan hasil wawancara yang dilakukan dengan masing-masing pasangan suami istri mengenai kisah kasih sayang mereka masing-masing pada pasangan yang tidak mempunyai anak:

a. Pasangan pertama (ZN dan DN)

Berikut adalah gambaran *self compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang pertama:

1) Tidak saling menyalahkan dan menghakimi diri sendiri.

Perwujudan awal dari *self compassion* pada pasangan pertama adalah menghadapi masalah infertilitas tanpa menyalahkan satu sama lain atau menghakimi diri sendiri.

Informasi selanjutnya berkaitan dengan wawancara:⁴⁵

“Alhamdulillah dalam rumah tangga kami, meskipun kami masih belum memiliki keturunan, saya dan istri tidak pernah saling menyalahkan atau menghakimi diri sendiri, karena saya mantapkan diri saya dengan aqidah bahwa ini adalah takdir saya dari Allah, bahkan ketika saya berusaha periksa ke dokter dan tidak membuahkan hasil, saya tidak apa-apa, yang jelas saya terus berusaha dan berdo’a serta tetap berprasangka baik terhadap Allah SWT.”

Si suami berinisial ZN yang notabnya alumni pondok pesantren memiliki kemantapan *aqidah* utamanya tentang takdir Allah, karena itulah pasangan ZN dan DN tidak pernah menyalahkan diri sendiri dan menghakimi pasangannya karena bagi mereka menyalahkan diri sendiri termasuk mengingkari atau tidak terima dengan takdir yang Allah berikan kepadanya, selain daripada itu mereka berdua sudah berikhtiar dengan cara medis dan non medis.

2) Saling menerima kekurangan pasangan satu sama lain

Seperti dijelaskan dalam wawancara berikutnya, pasangan awal ini saling memberikan dukungan saat mereka mempertimbangkan masalah infertilitas.

“Iya, saya sebelum menikah dengan istri saya sudah saling kenal baik, ya sejak awal menikah kita memang sudah saling menerima kekurangan pasangan satu sama lain.”

Mereka berdua sudah saling kenal sejak sebelum menikah, bahkan sudah saling tahu ketika sama-sama nyantri di pondok pesantren, karena perkenalan yang cukup lama itu membuat mereka saling mengenal karakter serta kekurangan dan kelebihan masing-masing.

3) Saling melengkapi satu sama lain dan saling mendukung.

Selama hampir 12 tahun dalam kehidupan rumah tangga pasangan ZN dan DN tidak pernah mengeluh tentang kekurangan masing-masing pasangan, sebagaimana hasil wawancara berikut:

“Saya menikah hampir 12 tahunan, hampir tidak pernah mengeluh tentang kekurangan satu sama lain, malah kita saling melengkapi dan saling *support*.”

Selama 12 tahun menjalin rumah tangga dan tidak kunjung dikarunia keturunan, hubungan keduanya tetap harmonis, bahkan mereka saling mendukung dan menjadi penenang bagi pasangannya, jika salah satu ada yang bersedih apabila ngobrol masalah anak atau keturunan.

b. Pasangan kedua (SH dan SM)

Berikut adalah gambaran *self compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang kedua:

1) Suami istri saling menerima apa adanya

Dalam hal ini pasangan yang kedua saling menerima segala kekurangan dan kelebihan pasangan karena mereka sudah berusaha

dengan maksimal untuk memiliki keturunan, seperti penjelasan hasil wawancara berikut:⁴⁶

“Bapak menerima ibu apa adanya sebaliknya ibu juga menerima bapak apa adanya, itu berlangsung sejak kami menikah, pada saat usia pernikahan bapak berusia 5 tahun bapak sudah mulai berusaha ke dokter, tukang pijet, terapi dll, tetapi kembali lagi, semuanya sudah Allah yang menentukan.”

Karena usia rumah tangga pasangan SH dan SM ini sudah bisa dibilang cukup lama yakni 29 tahun, mereka sudah bisa menyadari kekurangan diri sendiri dan pasangannya serta sudah menerima apa adanya tentang takdir tidak kunjung diberi amanah berupa anak dalam pernikahannya.

2) Tidak ada yang menyalahkan atau menghakimi satu sama lain,

Meskipun SH dan SM mengarungi kehidupan rumah tangga hampir 29 tahun tetapi keduanya tidak pernah bertengkar khususnya masalah keturunan. Seperti hasil wawancara berikut:

“Bapak menikah tahun 1993, berjalan sampai sekarang sekitar 29 tahun, tetapi alhamdulillah selama ini tidak ada apa-apa seperti hati yang gak enak, cekcok, serta tidak ada yang menyalahkan satu sama lain. Tahun 2008 bapak dan ibuk periksa ke spesialis kandungan mbak, katanya dokter spesialis ibuk divonis ada mium-nya dikandung, disuruh operasi, tetapi sama bapak tidak diperbolehkan dulu, akhirnya pakai cara obat jalan sampai tahun 2014, setelah itu tetap disuruh operasi, tetapi bapak memilih pengobatan alternatif di malang selama 4 tahun sampai tahun 2018, hasilnya tetap tidak ada, yang ada malah tambah buruk. Akhirnya karena kondisi ibuk yang kurang begitu sehat karena di tranfusi darah terus, pada tahun 2019 terpaksa ibuk ini di operasi mbak, bapak dan ibuk sudah ikhtiar semaksimal mungkin mbak tapi Allah yang berkehendak,

meskipun begitu alhamdulillah mbak, bapak dan ibuk dalam menjalani rumah tangga selalu rukun tanpa ada masalah, aku cerita ini apa adanya mbak.”

Juga diperkuat oleh jawaban hasil wawancara dengan pertanyaan lain :

“Tidak pernah mbak, saya dan ibuk tidak pernah menghakimi ataupun menyalahkan, saya selalu bilang ke ibuk, kita tidak diberi keturunan oleh Allah, kita ambil hikmahnya saja, tidak ada rasa saling menyalahkan.”

Pasangan SH dan SM ini merupakan pasangan yang paling tua usia pernikahannya dibandingkan 2 pasangan yang lain, selain

mereka sudah pasrah akan takdir yang Allah berikan, mereka juga sudah berusaha secara maksimal hal itu dibuktikan dari percakapan wawancara diatas, hingga akhirnya si istri SM ini dioperasi karena ada *miom* dalam kandungannya yang mengakibatkan SM ini divonis oleh dokter tidak bisa hamil lagi.

3) Saling membutuhkan dan saling berbagi kasih sayang

Meskipun usia rumah tangganya sudah bisa dikatakan tua namun tidak diberikan amanah oleh Allah berupa anak bukan menjadi alasan bagi pasangan kedua ini untuk saling berbagi kasih sayang dan rasa saling membutuhkan, seperti wawancara berikut ini:

“Faktornya yang bisa membuat bisa menerima kondisi saat ini adalah bapak saling membutuhkan kepada ibuk, bapak pernah bilang ke ibuk seumpama ibuk meninggalkan bapak bagaimana kondisi bapak sebaliknya begitu nak, kita saling memberi kasih dan sayang nak, yang membuat bapak erat dan cinta sama ibuk karena saling mengerti, soalnya apa, bapak dan ibu sudah usaha nak.”

Meskipun si istri SM pasca operasi tahun 2019 divonis tidak bisa hamil lagi oleh dokter, hal tersebut tidak membuat rasa cinta dan kasih sayang si suami SH berkurang terhadap istrinya, bahkan SH bercerita kalau keduanya saling membutuhkan, kalau saya ditinggal istri bagaimana kondisi saya, kalau istri ditinggal saya bagaimana istri saya nanti, kesadaran itu yang membuat keduanya saling membutuhkan satu sama lain.

4) Saling menerima kekurangan pasangan

Seperti yang diceritakan dari hasil wawancara diatas, pasangan SH dan SM dalam berusaha atau berikhtiar untuk memperoleh keturunan sudah sangat maksimal, bahkan sampai istrinya di operasi *miotom*, karena jika dibiarkan membahayakan kepada kondisi si ibuk, meskipun taruhannya jika dioperasi adalah tidak ada harapan lagi untuk memiliki keturunan. Seperti hasil wawancara berikut:

“Tidak pernah mbak, kita tidak pernah marah kepada pasangan, karena bapak dan ibuk sudah tau kekurangan kita masing-masing dengan periksa ke dokter spesialis tadi mbak dan ibuk sudah melakukan operasi *miotom* dalam kandungannya”

Pasangan yang kedua ini sudah bisa berdamai dengan keadaan yang menyimpannya sekarang dengan menerima kekurangan masing-masing ditambah lagi usia mereka berdua sudah tua, mereka lebih fokus untuk kebahagiaan berdua dengan saling

c. Pasangan ketiga (IS dan PR)

Berikut adalah gambaran kehidupan *self compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang ketiga:

1) Tidak saling menyalahkan pasangan

Sedikit berbeda dengan dua pasangan suami istri sebelumnya pasangan IS dan PR ini, tidak saling menyalahkan karena sudah pernah terbukti usahanya membuahkan hasil, istrinya pernah hamil namun keguguran, hal itu yang melandasi pasangan ini, tidak menyalahkan diri sendiri apalagi pasangannya, seperti hasil wawancara penulis dengan yang bersangkutan:⁴⁷

“Kita itu mboten nate (tidak pernah) saling menyalahkan, iya karena itu tadi, keturunan itu merupakan takdir dari Allah. Dulu pernikahan kami dapat satu tahun istri pernah hamil mbak, jadi dari situ kita tidak bisa saling menyalahkan, karena istri sudah pernah berhasil hamil mbak namun keguguran, jadi menurut kami, kita berdua tidak ada yang mandul hanya saja Allah masih belum memberikan kembali.”

Yang menjadi faktor mereka tidak menyalahkan satu sama lain, antara siapa yang mandul atau butuh diobati adalah karena usaha mereka pernah membuahkan hasil tepatnya pada saat usia pernikahan mereka dapat satu tahun, namun takdir Allah masih belum memberikan mereka amanah anak, karena kandungan PR mengalami keguguran.

2) Kesabaran dan rasa saling mendukung satu sama lain

Dalam hal ini pasangan yang ketiga ini menghadapi kondisi belum memiliki keturunan dengan sabar dan saling mendukung, seperti wawancara berikut ini:

“Faktornya agama mbak, karena saya punya keyakinan semua itu pemberian yang maha kuasa, ada kesabaran dan keikhlasan masing-masing kita.

Istri : faktor yang bisa membuat saya menerima kondisi ini karena dukungan suami mbak yang bisa saling menerima

Pada saat diwawancarai oleh penulis, si suami mengungkapkan bahwa yang menjadi faktor mereka bisa menerima

keadaan yang sekarang adalah faktor keyakinan yakni IS meyakini

bahwa yang terjadi dalam rumah tangganya saat ini adalah pemberian dari yang maha kuasa, sementara si istri PR

mengungkapkan bahwa yang menjadi penguat dalam menerima

kondisinya adalah dukungan dari sang suami yang menerima

dirinya.

3) Menerima kekurangan masing-masing

Sama dengan dua pasangan suami istri diatas, gambaran kehidupan *self compassion* yang ditemukan juga ada sikap saling menerima satu sama lain, seperti hasil wawancara berikut:

“Sejak awal menikah kami sudah bisa menerima kekurangan masing-masing”

Sama dengan pasangan pertama dan kedua, pasangan ketiga ini sudah memiliki kesadaran bahwa setiap manusia pasti

awal menikah seperti yang sudah diungkapkan sang suami IS pada wawancara diatas

2. Dampak Positif *Self Compassion* pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Berikut hasil wawancara pada masing-masing pasangan suami istri tentang dampak positif dari *self compassion* pada pasangan yang belum memiliki keturunan:

a. Pasangan pertama (ZN dan DN)

Berikut adalah dampak positif dari *self compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang pertama:

- 1) Memiliki sikap penerimaan diri, kesadaran diri dan keyakinan dalam beragama yang tinggi, sebagaimana jawaban dari hasil wawancara dibawah ini:⁴⁸

“Alhamdulillah dalam rumah tangga kami, meskipun kami masih belum memiliki keturunan, saya dan istri tidak pernah saling menyalahkan atau menghakimi diri sendiri, karena itu tadi diri saya didasari dan saya mantapkan diri saya dengan Aqidah bahwa ini adalah takdir saya dari Allah, bahkan ketika saya berusaha periksa ke dokter dan tidak membuahkan hasil, iya tidak apa-apa, yang jelas saya terus berusaha dan berdo’a serta tetap berprasangka baik terhadap Allah SWT.”

Dampak positif dari *self compassion* yang terjadi pada pasangan ZN dan DN ini yakni mereka memiliki sikap menerima akan kekurangan dirinya sendiri dan mereka menyadari bahwa pasangannya pasti juga memiliki kekurangan sehingga timbul

sikap menerima apa adanya, selain itu dampak positif yang lain yakni pasangan pertama ini semakin memiliki keyakinan yang kuat bahwa takdir Allah itu memang rahasia dan manusia hanya bisa berusaha kemudian pasrah terhadap Nya

- 2) Memiliki kemampuan *coping skill* (beradaptasi dengan situasi sulit), seperti hasil wawancara berikut:

“Banyak sekali teman-teman saya yang sama kondisinya dengan saya, ada teman satu profesi, teman bermain juga ada dan semuanya ada yang mengeluh, ada yang menerima, tergantung dari karakternya. Ada teman saya baru-baru ini yang hampir 14 tahun baru dikaruniai anak, bahkan ada yang cerai juga, mungkin karena tidak bisa menerima satu sama lain, dari itu kami bersyukur tidak sampai terjadi seperti itu, amit-amit seperti cerai dsb.”

Meskipun kondisi pasangan ini belum dikaruniai keturunan dari ungkapan wawancara diatas, mereka masih bisa menormalisasi hal tersebut dan mereka menyadari bahwa hal yang sama juga menimpa orang lain, namun yang membedakan adalah bagaimana cara menyikapi masalah, dampak positif *self compassion* yang penulis temukan pada pasangan ini yakni bisa menghadapi masalah sulit dengan kepala dingin dan sabar.

- 3) Memiliki kemampuan melihat masalah/kesulitan dari berbagai sudut pandang, seperti wawancara berikut:

“Ya tadi, seperti yang saya bilang tadi, saya sejak kecil itu digembleng ilmu agama yang bisa buat menerima itu karena bersandar kepada yang maha memberi, makanya saya bisa lebih bersyukur dan bersabar, dalam Islam pun ada kisah Nabi Ibrahim yang juga tak kunjung diberi keturunan oleh Allah, hingga pada akhirnya karena kesabaran dan keikhlasannya beliau dikaruniai Putra.”

Selain mereka melihat atau membandingkan dirinya dengan orang lain sebagai motivasi dirinya untuk tidak mengeluh dan menyerah untuk memperoleh keturunan, pasangan ini juga memiliki *world view* yang cukup, dalam hal ini mereka belajar terhadap sejarah kisah salah satu Nabi dalam Islam yang lama untuk mempunyai keturunan, hal itu sebagai tambahan referensi motivasi rumah tangga mereka.

- 4) Memiliki kemampuan mengelola emosi dan pikiran, berikut hasil wawancaranya:

“Kalau orang lain itu memang banyak sekali yang berkata saya belum punya keturunan, bahkan keluarga sendiri sering bilang seperti itu, tetapi saya kan sedikit banyak saya digembleng ilmu agama, apapun yang terjadi dengan diri saya tidak lain takdir dari Allah SWT, itupun saya terima dengan ikhlas dan sabar, meskipun orang lain berbicara “kamu belum punya keturunan dsb” saya sikapi dengan berkata “mohon do’anya saja” gitu saja. Dan saya pun santai serta sabar, karena saya yakin yang terjadi pada saya itu takdir dari Allah, pasti ada hikmahnya dan itu yang terbik bagi kami berdua.”

Dalam menjawab berbagai pertanyaan yang datang dari teman dan saudara masalah anak, mereka menyikapinya dengan sabar dan menjawab dengan meminta do’a kepada yang bertanya agar segera diberi oleh Allah keturunan.

b. Pasangan kedua (SH dan SM)

Berikut adalah dampak positif dari *self compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang kedua:

- 1) Memiliki sikap penerimaan diri dan kesadaran diri, seperti yang dijelaskan saat wawancara:⁴⁹

“Mulai sejak awal menikah bapak dan ibuk rasa cintanya sampai sekarang tidak pernah berkurang nak, mulai sejak awal menikah bapak dan ibuk ini sudah saling menghargai dan menerima nak.”

“kita tidak pernah mbak marah atau bertengkar masalah keturunan, karena bapak dan ibuk sudah tau kekurangan kita masing-masing dengan periksa ke dokter spesialis tadi mbak”.

Dampak positif *self compassion* yang ditemukan pada pasangan SH dan SM ini yakni sikap saling menerima kekurangan

pasangan dan menyadarinya sebagai sebuah keniscayaan bagi

semua manusia. Dan mereka sudah menerima takdir yang

menimpanya karena mereka sudah berusaha menggunakan

berbagai macam cara agar segera bisa diberi keturunan.

- 2) Memiliki kemampuan *coping skill* (beradaptasi dengan situasi sulit), seperti wawancara berikut:

Pada waktu bapak jalan-jalan, kalau ditanya orang, “anaknya berapa?” nah itu bapak tidak bisa menjawab, bisanya bapak jawab “saya tidak punya anak” terkadang bapak hanya menjawab dengan guyonan “anaknya masih sekolah” gitu, namun teman-teman bapak yang tau kondisi bapak aslinya bilang “*ahh.. iso ae wong ra nduwe anak ngono kok*”, memang ada perasaan sedih ketika ada yang jawab begitu nak. Bahkan ketika di pasar ada yang berkata gini bahasa jawanya seperti ini nak “*wong ga nduwe anak ae kok nyambut gawene cek nyrempenge*” dalam hati aku mangkel tapi tidak saya utarakan nak.

Pasangan yang kedua ini sudah merasakan dampak positif dari *self compassion* yakni kemampuan beradaptasi dengan masalah, hal itu bisa dilihat ketika SH diremehkan oleh temannya di pasar dengan mengatakan “ngapain kamu kerja kamu kan tidak punya penerus”, SH menyikapi hal tersebut dengan senyuman dan memilih diam.

- 3) Memiliki kemampuan melihat masalah/kesulitan dari berbagai sudut pandang, sebagaimana hasil wawancara dibawah ini:

“Pada saat usia pernikahan bapak berusia 5 tahun bapak sudah mulai berusaha ke dokter, tukang pijet, terapi dll, tetapi Allah yang menentukan, bapak menikah tahun 1993, berjalan sampai sekarang sekitar 29 tahun, tetapi alhamdulillah selama ini tidak ada apa-apa seperti hati yang gak enak, cekcok, serta tidak ada yang menyalahkan satu sama lain. Tahun 2008 bapak dan ibuk periksa ke spesialis kandungan mbak, katanya dokter spesialis ibuk divonis ada *miom* nya dikandung, disuruh operasi, tetapi sama bapak tidak diperbolehkan dulu, akhirnya pakai cara obat jalan sampai tahun 2014, setelah itu tetap disuruh operasi, tetapi bapak memilih pengobatan alternatif di malang selama 4 tahun sampai tahun 2018, hasilnya tetap tidak ada yang malah tambah buruk.

Akhirnya karena kondisi ibuk yang kurang begitu sehat karena di tranfusi darah terus, pada tahun 2019 terpaksa ibuk ini di operasi mbak, bapak dan ibuk sudah ikhtiar semaksimal mungkin mbak tapi Allah yang berkehendak, meskipun begitu alhamdulillah mbak bapak dan ibuk dalam menjalani rumah tangga selalu rukun tanpa ada masalah, aku cerita ini apa adanya mbak.”

Pasangan ini sudah banyak melewati masalah rumah tangga terutama masalah bagaimana caranya agar mempunyai keturunan, mereka sadar bahwa manusia hanya bisa berikhtiar semaksimal mungkin namun keputusan tetap milik yang maha kuasa, dari hal

tersebut peneliti berkesimpulan mereka berdua bisa memandang masalah bukan dari sudut pandang rasional saja, tetapi mereka memadukannya dengan logika agama dimana ada takdir Allah dibalik usaha-usaha kita.

- 4) Memiliki kemampuan dalam mengelola emosi dan pikiran, seperti hasil wawancara dibawah ini:⁵⁰

“Pada waktu bapak jalan-jalan, kalau ditanya orang, “anaknya berapa?” nah itu bapak tidak bisa menjawab, bisanya bapak jawab “saya tidak punya anak” terkadang bapak hanya menjawab dengan guyonan “anaknya masih sekolah” gitu, namun teman-teman bapak yang tau kondisi bapak aslinya bilang “*ahh.. iso ae wong ra nduwe anak ngono kok*”, memang ada perasaan sedih ketika ada yang jawab begitu nak. Bahkan ketika di pasar ada yang berkata gini bahasa jawanya seperti ini nak “*wong ga nduwe anak ae kok nyambut gawene cek nyrempenge*” dalam hati aku mangkel tapi tidak saya utarakan nak.

Dari ungkapan diatas, rupanya pasangan SH dan SM ini sudah mampu mengontrol dan mengelola emosinya dengan baik, jika pertanyaan merendahkan seperti wawancara diatas menimpa kepada kita mungkin kita akan berbalik marah kepada yang bertanya atau bahkan kita akan berbalik mencelanya.

c. Pasangan ketiga (IS dan PR)

Berikut adalah dampak positif dari *self compassion* yang ditemukan dalam diri pada pasangan yang ketiga:

- 1) Memiliki sikap penerimaan diri dan kesadaran diri, hal tersebut bisa dilihat dari hasil wawancara berikut:

Mboten nate (tidak pernah) saling menyalahkan, iya karena itu tadi, keturunan itu merupakan takdir dari Allah. Dulu pernikahan kami dapat satu tahun istri pernah hamil mbak, jadi dari situ kita tidak saling menyalahkan istri mandul lah atau suami mandul lah, karena sudah pernah hamil mbak.

“Sejak awal menikah kami sudah bisa menerima kekurangan masing-masing”

Pasangan yang ketiga ini tidak memiliki alasan untuk menyalahkan salah satu pasangan ada yang mandul atau bermasalah, karena di tahun pertama menikah PR ini sempat hamil namun mengalami keguguran, hal tersebut menjadi alasan bahwa

mereka bisa hamil namun kembali lagi segala sesuatu yang terjadi itu atas kehendak yang maha kuasa, dari peristiwa tersebut mereka bisa sadar dan menerima kekurangan diri sendiri dan pasangan, mereka juga sadar manusia hanya bisa berusaha namun yang memiliki kehendak tetap Allah SWT.

- 2) Memiliki kemampuan *coping skill* (beradaptasi dengan situasi sulit), seperti wawancara dibawah ini:

“Faktor yang bisa membuat saya menerima kondisi ini adalah karena faktor agama mbak, karena saya punya keyakinan semua yang ada di dunia ini adalah pemberian yang maha kuasa, sehingga ada kesabaran dan keikhlasan masing-masing dari kita.

Istri: faktor yang bisa membuat saya menerima kondisi ini karena dukungan suami mbak yang bisa saling menerima”

Sama halnya dengan dua pasangan diatas pasangan ini, bisa beradaptasi dengan masalah yang menimpanya dengan bersabar dan ikhlas akan takdirnya, sementara itu si istri memiliki alasan

kenapa dia sanggup menghadapi situasi sulit yang menimpanya, dia mengungkapkan bahwa dukungan dari sang suami merupakan hal yang bisa membuatnya sanggup bertahan dalam menghadapi masalah dalam rumah tangganya.

- 3) Sikap dalam mengelola emosi dan pikiran, seperti hasil wawancara berikut ini:

“Sedih dan kecewa ya pasti ada mbak, pas istri keguguran itu kami sedih mbak, cuma kan kesedihan itu tidak dijadikan pertengkaran sama kita.”

Dampak positif dari *Self compassion* pada pasangan yang ketiga ini yakni mereka juga sanggup mengelola emosinya saat kehilangan janin yang gugur dalam kandungan si PR, mereka tidak larut dalam kesedihan yang berkepanjangan bahkan mereka tidak menjadikan kehilangan kandungan tersebut sebagai masalah dalam rumah tangganya.

C. Pembahasan Temuan

1. Gambaran Kehidupan *Self Compassion* pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Self compassion, menurut Neff, adalah sikap perhatian dan kemurahan hati terhadap diri sendiri ketika dihadapkan pada kesulitan, kegagalan, atau kekurangan diri sendiri, dan kesadaran bahwa hal-hal tersebut melekat pada kondisi manusia. Menurut Neff, individu yang memiliki *self compassion* dapat meningkatkan kenyamanan sosial dan

penerimaan terhadap dirinya sendiri selain mengembangkan kebijaksanaan dan kecerdasan emosional yang lebih baik.

Kepedulian terhadap diri sendiri yang ditunjukkan oleh pasangan pertama, kedua, dan ketiga terlihat dari ketiganya yang terus membangun rumah tangga dan menjalankan aktivitas sehari-hari tanpa insiden. Hal ini menunjukkan bahwa ketiga pasangan merasa nyaman dalam situasi sosial dan mampu menerima diri mereka sepenuhnya. dengan adanya. Pasangan pertama (ZN dan DN) pernah mendapatkan pertanyaan dari beberapa temannya tentang belumnya memiliki keturunan, dia sikapi dengan berkata “mohon do’anya saja, dia pun santai serta sabar, karena mereka yakin yang terjadi padanya itu adalah takdir dari Allah, pasti ada hikmahnya dan yang itu pasti yang terbaik bagi mereka berdua.

Begitu juga pasangan yang kedua yakni (SH dan SM), pasangan ini sering mendapatkan pertanyaan oleh orang-orang seperti, anaknya sudah berapa, bahkan ketika SH di pasar ada yang berkata wong ga duwe anak kok nyambut gawe nyrempenge, dia hanya diam dengan senyuman tidak menjawab apapun.

Berbeda dengan dua pasangan diatas, pasangan yang ketiga yakni (IS dan PR) ini, belum pernah mendapatkan pertanyaan tentang keturunan itu, namun ada hal lain berkaitan dengan *self compassion* yakni, tentang alasan keduanya yang bisa menerima kondisi saat ini, IS punya keyakinan semua yang ada di dunia termasuk anak merupakan pemberian yang maha kuasa, kesabaran dan keikhlasan masing-masing kita. Sementara si istri PR

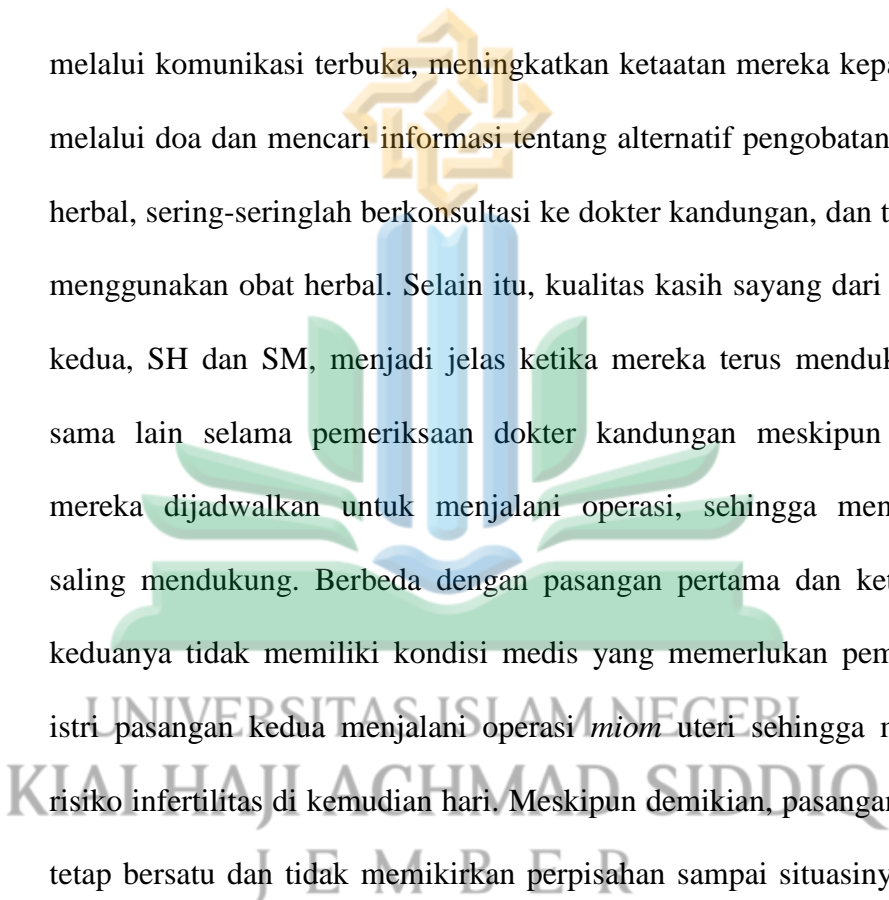
memiliki faktor lain yang bisa membuatnya bisa menerima kondisinya saat ini, yakni karena dukungan dari suaminya yang bisa saling menerima.

Hal ini konsisten dengan pernyataan Neff bahwa *self compassion* meringankan kekhawatiran seseorang mengenai kekurangannya sendiri, karena individu dengan *self compassion* mampu memperlakukan satu sama lain dan dirinya sendiri dengan baik serta memahami kompleksitas kondisi manusia.

Hal ini juga terlihat dari ketiga pasangan suami istri yang tidak mendapat tantangan berarti dari keluarga masing-masing, padahal tidak memiliki anak menimbulkan kekhawatiran di lingkungan sekitar, mengingat seharusnya mereka sudah mempunyai anak saat akan menikah. Masing-masing dari ketiga pasangan tersebut menerapkan pendekatan unik untuk memerangi dampak negatif infertilitas, yang mencakup bertemu kembali dengan pasangannya, berbagi anekdot, dan menanyakan berbagai topik untuk mendorong pasangan mereka agar bisa hamil lebih cepat.

Perbandingan diri yang kuat ditandai oleh atribut-atribut berikut: kemampuan untuk mengidentifikasi dan menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri, kesiapan untuk melihat kesalahan dan kemunduran sebagai kejadian umum yang mempengaruhi orang lain, dan kesadaran akan keterhubungan yang ada di antara semua individu. mengenai hal-hal. Sifat-sifat yang ditunjukkan oleh pasangan awal, ZN dan DN, terlihat jelas dalam pendekatan mereka dalam mengatasi dampak

buruk dari infertilitas: mereka saling mendukung dan menyemangati



melalui komunikasi terbuka, meningkatkan ketaatan mereka kepada Allah melalui doa dan mencari informasi tentang alternatif pengobatan dan obat herbal, sering-seringlah berkonsultasi ke dokter kandungan, dan tetap rutin menggunakan obat herbal. Selain itu, kualitas kasih sayang dari pasangan kedua, SH dan SM, menjadi jelas ketika mereka terus mendukung satu sama lain selama pemeriksaan dokter kandungan meskipun faktanya mereka dijadwalkan untuk menjalani operasi, sehingga menunjukkan saling mendukung. Berbeda dengan pasangan pertama dan ketiga yang keduanya tidak memiliki kondisi medis yang memerlukan pembedahan, istri pasangan kedua menjalani operasi *miotom* uteri sehingga membawa risiko infertilitas di kemudian hari. Meskipun demikian, pasangan tersebut tetap bersatu dan tidak memikirkan perpisahan sampai situasinya teratasi dengan sendirinya. Mereka telah menikah selama 29 tahun dan saat ini menikmati kehidupan yang menyenangkan dan penuh kasih sayang.

Untuk sementara, kedua individu dapat merasakan sifat-sifat belas kasihan yang ditunjukkan oleh pasangan ketiga melalui lensa kehidupan individu mereka. Pasangan ketiga ini menegaskan, segala ikhtiar dan doa harus terus dilakukan, karena sama-sama memegang keyakinan bahwa Allah adalah dalang keadaan saat ini. Pasangan dapat memahami bahwa keadaan ini berfungsi sebagai kesempatan belajar untuk memupuk kebijaksanaan dan mencapai pengembangan diri tingkat tinggi. Selain itu, keduanya telah menunjukkan upayanya untuk hamil dengan menjalani

pijat alternatif di berbagai lokasi dan berkonsultasi dengan banyak dokter, antara lain.

2. Dampak Positif *Self Compassion* pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

Menurut hasil penelitian Neff dan Vonk, *self compassion* yang tinggi menghasilkan sejumlah efek, antara lain kecerdasan emosional, pembebasan dari permainan harga diri atau citra diri, dan motivasi untuk berkembang secara pribadi. Efek ini terwujud pada mereka yang memiliki rasa belas kasihan yang kuat. Lebih jauh lagi, berdasarkan bukti empiris, ketiga pasangan tersebut menjadi contoh dampak menguntungkan dari *self compassion*.

Pasangan pertama (ZN dan DN) menunjukkan pendekatan yang penuh perhitungan dalam mengelola emosi dan menerima keadaan mereka dengan membentengi diri mereka dengan prinsip-prinsip Islam dan mempertahankan keyakinan teguh bahwa semua peristiwa terjadi atas izin ilahi, sedangkan istri menunjukkan kesabaran yang lebih besar dan mempertahankan sikap tenang. selama. Sebaliknya, seseorang menunjukkan penerimaan diri dan kesadaran diri melalui pemahaman komprehensif tentang kelebihan dan kekurangan masing-masing. Kemudian menginspirasi keduanya melalui motivasi keagamaan dan pertumbuhan pribadi untuk kepentingan pasangannya. Motivasi

pengembangan diri terlihat dari berbagai upaya untuk hamil, yang dalam hal ini disebut sebagai penyelesaian infertilitas.

Demi menjaga kendali emosi, kedua pasangan (SH dan SM) ini lebih memilih diam sambil tersenyum ketika ada kerabat atau temannya yang menanyakan kabar anaknya. Selain itu, mereka menghargai kesabaran sebagai sarana untuk mengatur pikiran dan emosi mereka. Dengan menghindari perilaku refleksi diri, pasangan ini menunjukkan bahwa mereka tidak mudah tergoyahkan oleh kenyataan bahwa mereka saat ini tidak memiliki anak akibatnya, mereka tampak lebih tenang dan berorientasi pada masa depan. Setiap individu mampu menerima kelebihan dan kekurangannya. Telah dibuktikan bahwa baik SH maupun SM tidak pernah menghakimi diri mereka sendiri atau memberikan tanggung jawab pada pasangannya. Dari segi motivasi, mencapai peran sebagai orang tua melalui pengobatan alternatif dan pemeriksaan intensif dengan dokter spesialis kandungan dapat dilakukan dengan upaya semaksimal mungkin.

Sebaliknya, pasangan ketiga (IS dan PR) melakukan pengendalian emosi dengan menahan diri untuk tidak menunjukkan kesedihan yang berlebihan saat menanggapi pertanyaan atau kritik dari orang lain; mereka lebih suka menyimpan emosinya sendiri. Perilaku ini tidak lepas dari rasa kasihan istri terhadap suaminya yang selalu berupaya saling menguatkan dan menginspirasi. Selanjutnya, untuk mencegah berkurangnya kasih sayang mereka terhadap pasangannya, pasangan ketiga menunjukkan preferensi untuk menyadari kekurangan satu sama lain dan menawarkan

hiburan ketika salah satu mengalami depresi sampai yang lain menemukan ketabahan batin. Sama halnya dengan pasangan pertama dan kedua, pasangan ini berupaya untuk hamil sesegera mungkin sebagai sarana perbaikan diri dan motivasi untuk mempererat pernikahannya.

Kemudian, selain fokus penelitian yang telah dituju dengan hasil-hasil tersebut di atas, terdapat hasil tambahan yang tidak berkaitan dengan fokus penelitian, yaitu pasangan pertama (ZN dan DN) yang sama-sama telah menunjukkan upayanya untuk hamil melalui metode tersebut. penggunaan jamu, pijat alternatif yang dilakukan di berbagai lokasi, dan konsultasi dengan beberapa dokter kandungan. Pasangan kedua (SH dan SM) juga mengerahkan upaya yang besar dalam upaya untuk hamil dengan melakukan pemeriksaan dan pengobatan yang direkomendasikan oleh dokter kandungan, serta menerima pengobatan alternatif dengan imbalan insentif. Sebanding dengan pasangan awal dan selanjutnya, pasangan ketiga (IS dan PR) mengerahkan upaya besar untuk memiliki anak sebagai insentif dan sarana untuk memperbaiki diri mereka sebagai satu kesatuan pernikahan.

Selain data yang dikumpulkan melalui wawancara dan observasi, informasi yang dikumpulkan untuk penelitian ini berupa dokumentasi. Foto-foto digunakan sebagai dokumentasi dalam penelitian ini pada saat wawancara yang dilakukan peneliti terhadap pasangan suami istri.

Berdasarkan uraian diatas, ada empat dampak positif dari self compassion yang ditemukan dari ketiga pasangan tersebut yakni,

Pertama: sikap penerimaan diri, kesadaran diri serta keyakinan dalam beragama yang tinggi.

Kedua: memiliki kemampuan *coping skill* (beradaptasi dengan situasi sulit).

Ketiga: memiliki kemampuan melihat masalah/kesulitan dari berbagai sudut pandang.

Keempat: memiliki kemampuan mengelola emosi dan pikirannya.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



BAB V
PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah diuraikan, maka dapat disimpulkan bahwa gambaran kehidupan *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Karangbinangun Lamongan sebagai berikut:

1. Gambaran kehidupan *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan, dengan kehidupan berumah tangga yang belum dikasih amanah oleh Allah SWT mereka terus berusaha dan berdo'a serta tetap berprasangka baik kepada Allah SWT. Saling memberi dukungan atau *support* satu sama lain. Mereka melakukan pengobatan ke dokter, pijat tradisional khusus kandungan, dan obat herbal. Mereka juga memiliki kesadaran bahwa setiap manusia pasti mempunyai kekurangan, dan hal seperti ini juga dirasakan oleh beberapa pasangan yang lain.
2. Dampak positif *self compassion* pada pasangan suami istri yang belum memiliki keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan adalah memiliki sikap menerima diri, kesadaran diri dan keyakinan agamanya yang tinggi. Mereka menerima akan kekurangan dirinya sendiri dan menyadari bahwa pasangannya pasti juga memiliki kekurangan sehingga timbul sikap menerima apa adanya. Mereka memandang permasalahan ini dengan logika agama dimana ada takdir

Allah dibalik usaha-usahanya. Bahwa takdir Allah itu memang rahasia dan manusia hanya bisa berusaha kemudian pasrah terhadap Nya.

B. Saran

Berdasarkan penelitian ini, rekomendasi berikut dibuat oleh para peneliti:

1. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Untuk para peneliti selanjutnya supaya memperluas dan menyempurnakan pemahaman mereka dengan menggunakan beragam metodologi penelitian yang berkaitan dengan *self compassion* pasangan suami istri yang belum mempunyai keturunan.
2. Pasangan suami istri harus belajar sabar. Untuk seorang istri bahwa dukungan suami dan keluarga sangat berperan penting dalam menghadapi masa-masa belum adanya keturunan ini. Pihak istri diharapkan terbuka dalam mengkomunikasikan perasaan kepada suami. Peran suami, dukungan suami menjadi kekuatan terbesar bagi istri. Maka hendaknya suami selalu menguatkan istri agar tetap kuat menghadapi ujian belum adanya keturunan dalam rumah tangga.



DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Zaidin. *Pengantar Keperawatan Keluarga*. Jakarta: EGC, 2009.
- Al-Qur'an dan Terjemahan Kementerian Agama RI. Bandung: Jabal, 2010.
- A, Berk dan Shapiro, J. L. "Some Implications of Infertility on Marital Therapy", *Family Therapy*, 9 (1984): 36-47.
- Anggito, Albi dan Johan Setiawan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak, 2018.
- Djamarah, Syaiful Bahri. *Pola Asuh Orang Tua dan Komunikasi dalam Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta, 2014.
- E, Menning B. "The Emotional Needs of Infertile Couples", *Fertility and Sterility*, 34 (1980): 313-319.
- Hariyanto, Erie dan Moh. Ali Al-Humaidi. *Pelaksanaan Corporate Social Responsibility*. Pamekasan: Duta Media Publishing, 2017.
- Harsyah, Nadia Rizqiana dan Annastasia Ediaty. "Perbedaan Sikap Laki-Laki dan Perempuan terhadap Infertilitas", *Jurnal Empati*, 4(4): 225-232.
- Haryono, Cosmas Gatot. *Ragam Metode Penelitian Kualitatif Komunikasi*. Sukabumi: CV Jejak, 2020.
- Hasmarlin, Hirmaningsih Hanum. "Self Compassion dan Regulasi Emosi pada Remaja", *Jurnal Psikologi*, Vol. 15, No. 2 (Desember 2019): 150.
- Hidayah, Nurul. "Nilai Anak, Stres Infertilitas dan Kepuasan Perkawinan pada Wanita yang Mengalami Infertilitas". *Jurnal Acception*, 3(2): 1-6.
- IAIN Jember, Tim Penyusun. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jember: IAIN Jember Press, 2020.
- Idain, Muhammad. *Pesan-Pesan Rasulullah Untuk Membangun Keluarga Samara*. Yogyakarta: Araska, 2015.
- Juliana, Asrida. "Pengaruh Religiusitas dan Self Compassion Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal". Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2019.
- K, Germer C. *The Mindfull Path to Self Compassion: Freeing Yourself From Destructive Thoughts and Emotions*. (The Guilford Press: London, 2014).

- Karinda, Fahada Bagas. “*Comparison Diri (Self Compassion) pada Mahasiswa*”, *Jurnal Cognicia*, Vol. 8, No. 2 (2020): 236-237.
- Kawitri, A. Z., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. “Peran *Self Compassion* terhadap Dimensi-dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan”. (*Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol. 7, No. 1 (2020): 1-13.
- Leonardo, Evelin. “Gambaran *Self Compassion* Sebagai Faktor Protektif Kecenderungan Perilaku *Self Harm* Pada Mahasiswa Di Fase Emerging Adulthood”. Skripsi, Universitas Hasanuddin, 2020.
- Lestari, Sri. *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Kencana, 2013.
- Mahdalena, Sri Deva. “Metode Pasangan Suami Istri Yang Belum Memiliki Keturunan Dalam Upaya Mempertahankan Keutuhan Rumah Tangga (Studi Di Gampong Coet Matang Trienggadeng Pidie Jaya)”. Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Rainry Banda Aceh, 2019.
- Mardawani. *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar Dan Analisis Data Dalam Perspektif Kualitatif*. Yogyakarta: Deepublish CV Budi Utama, 2020.
- Mardiyah, Ryan dan Erin Ratna Sari. “Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Yang Belum Memiliki Keturunan”. *Jurnal Empati*. Vol. 5, No. 3 (Agustus 2016): 558-559.
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017.
- Musdalifah, Aminah, Nurhikmah. “Konsep Keluarga Sakinah pada Pasangan yang tidak Memiliki Keturunan di Desa Malimpung Kecamatan Patampanua Kabupaten Pinrang”. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*. Vol. 5, No. 2 (2023): 154-155.
- Novrika, Bri. “Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Kecemasan pada Pasangan Infertil di RSIA Annisa Jambi”. *Riset Informasi Kesehatan*. Vol. 6, No. 2 (Desember 2017): 184-185.
- Pasaribu, Irma Hamdayani, Maria Aliya Rahayu dan Rina Marlina. “*Faktor-faktor yang Mempengaruhi Infertilitas pada Wanita di Rumah Sakit Dewi Sri Karawang*”. Universitas Singaperbangsa Karawang. 2019.
- Rahmadiani, Devi. “Ekstrak Pollen Kurma (*Phoenix dactylifera* L) Sebagai Terapi Infertilitas Pada Pria”. *JIKSH: Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Vol. 10, No. 1 (Juni 2021): 31.
- Rosyada, Dede. *Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Kencana, 2020.

- S, Stuntzner. "Compassion and Self Compassion: Exploration of Utility as Potential Components of the Rehabilitation Counseling Profession", *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*, 45(10: 2014): 37-44.
- Safira, Elika Ayu. "Dinamika Penerimaan Diri Pada Istri Dalam Pernikahan Tanpa Keturunan". Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021.
- Sudaryono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Kencana, 2016.
- Sugiarto, Eko. *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif: Skripsi dan Tesis*. Yogyakarta: Suaka Media, 2015.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Susanti, Sherly dan Nurcahyati. "Menikah tanpa Keturunan: Masalah Psikologis yang Dialami Perempuan Menikah tanpa Anak dan Strategi *Coping* dalam Mengatasinya", *Jurnal Penelitian Psikologi*. 6(01): 1-13.
- Tedjawidjaja, Detricia dan Michael Seno Rahardanto. "Antara Harapan dan Takdir: Resolution To Infertility Pada Perempuan Infertil". *Jurnal Experientia*. Vol. 3, No. 2 (Juli 2015): 110-11.
- Utari, Unika Eka. "Kelestarian Rumah Tangga Pada Pasangan Yang Belum Memiliki Keturunan Di Kota Palangka Raya". Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya, 2020.
- Yani, Irma. "Harmonisasi Keluarga Pasangan Suami Istri yang Tidak Memiliki Keturunan di Desa Bangun Jaya Kecamatan Tambusai Utara Kabupaten Rokan Hulu". *Jurnal JOM FISIP*. Vol. 5, No. 1 (April 2018): 3.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Silvia Nur Lailiyatul Mawaddah
NIM : D20173010
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah
Institusi : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian skripsi yang berjudul **“Self Compassion Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan”** ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

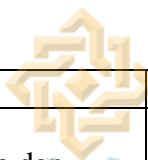
Jember, 24 Februari 2024
Saya yang menyatakan



Silvia Nur Lailiyatul Mawaddah
NIM: D20173010

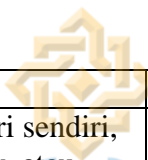
MATRIK PENELITIAN

Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian	Fokus Permasalahan
<p><i>Self Compassion</i> Pada Pasangan Suami Istri Yang Belum Memiliki Keturunan (<i>Infertility</i>) di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan</p>	<p>1. <i>Self Compassion</i></p>	<p>1. A. <i>Self Kindess</i> B. <i>Common Humanity</i> C. <i>Mindfulness</i></p>	<p>1. <i>Self Kindess</i> a. Kemampuan individu untuk memahami dan menerima diri apa adanya b. Tidak menyakiti atau menghakimi diri sendiri c. Membuat individu menjadi hangat terhadap diri sendiri ketika menghadapi kekurangan pribadi</p> <p>2. <i>Common Humanity</i> a. Kesadaran bahwa individu memandang kesulitan, kegagalan, dan tantangan merupakan bagian dari hidup semua orang, bukan hanya diri sendiri</p>	<p>1. Informan a. Pasangan suami istri 2. Dokumentasi 3. Kepustakaan a. Buku b. Jurnal</p>	<p>1. Pendekatan penelitian: kualitatif 2. Jenis Penelitian: Deskriptif kualitatif 3. Teknik Pengambilan Sampling: <i>purposive</i> 4. Teknik pengambilan data: a. Wawancara b. Observasi c. Dokumentasi 5. Teknik analisis data: a. Reduksi data b. Penyajian data c. kesimpulan 6. Keabsahan data: a. Triangulasi sumber</p>	<p>1. Bagaimana Gambaran Kehidupan <i>Self Compassion</i> Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan 2. Baagaimana Dampak positif <i>Self Compassion</i> Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan</p>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian	Fokus Permasalahan
	2. Pasangan Suami Istri Yang Belum Memiliki Keturunan	2. a. Penyangkalan (<i>denial</i>) b. Kemarahan (<i>anger</i>) c. Perasaan duka (<i>grief</i>) d. Penerimaan (<i>acceptance</i>)	3. <i>Mindfulness</i> a. Menerima dan menghadapi kenyataan tanpa menghakimi terhadap apa yang terjadi di dalam satu situasi 1. Munculnya penyangkalan bersamaan dengan perasaan terkejut ketika memperoleh informasi bahwa individu mengalami infertilitas. 2. Kemarahan pada orang-orang yang ada disekitar. Perasaan ini dapat muncul bersamaan dengan frustrasi, tidak berdaya, iri hati, dan putus asa. 3. Perasaan duka atau perasaan sedih yang amat mendalam muncul dalam bentuk perilaku menangis bersama pasangan atau			



Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian	Fokus Permasalahan
			<p>menangisi diri sendiri, menulis diary, atau bercerita dengan orang terdekat.</p> <p>4. Penerimaan terhadap <i>infertilitas</i>, individu harus mengatasi terlebih dulu perasaan duka yang muncul pada tahap sebelumnya.</p>			

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

PEDOMAN WAWANCARA

Self Kindness

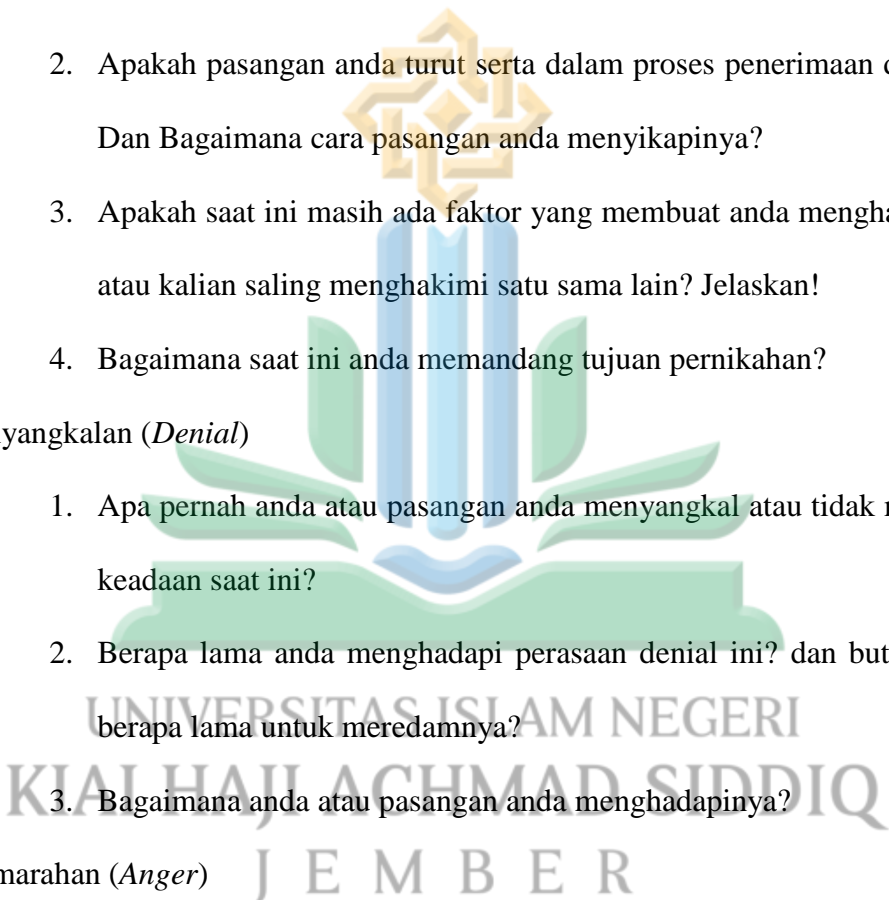
1. Apakah anda tahu karakteristik diri anda seperti apa secara pribadi atau di depan pasangan? Jelaskan!
2. Bagaimana anda menyikapi perspektif/pendapat orang yang cenderung *underestimate* (meremehkan) terhadap kekurangan atau kondisi anda saat ini?
3. Apa anda pernah menghakimi diri atau pasangan pernah menghakimi diri anda atas kondisi saat ini?
4. Bagaimana keluarga anda memandang kekurangan atau kondisi rumah tangga anda saat ini?

Common Humanity

1. Apa anda pernah tahu, mendengar, atau melihat kisah orang lain yang sama kondisinya dengan anda dan rumah tangga anda?
2. Setelah mengetahui kisah tersebut, apa perasaan anda?
3. Dari kisah tersebut juga, bagaimana anda memandang kondisi anda atau rumah tangga anda yang dengan kondisi yang sama?
4. Dari kisah tersebut pula, apa pendapat dan pandangan pasangan anda (sama atau sepemahaman tidak dengan anda)?

Mindfulness

1. Apa ada faktor atau pengaruh yang bisa membuat pribadi anda lebih berlapang dada atau menerima diri atas kekurangan dan kondisi saat

- 
2. Apakah pasangan anda turut serta dalam proses penerimaan diri anda?
Dan Bagaimana cara pasangan anda menyikapinya?
 3. Apakah saat ini masih ada faktor yang membuat anda menghakimi diri atau kalian saling menghakimi satu sama lain? Jelaskan!
 4. Bagaimana saat ini anda memandang tujuan pernikahan?

Penyangkalan (*Denial*)

1. Apa pernah anda atau pasangan anda menyangkal atau tidak menerima keadaan saat ini?
2. Berapa lama anda menghadapi perasaan denial ini? dan butuh waktu berapa lama untuk meredamnya?
3. Bagaimana anda atau pasangan anda menghadapinya?

Kemarahan (*Anger*)

1. Apa pernah anda atau pasangan anda marah atau saling marah atas kekurangan rumah tangga anda saat ini?
2. Apa hal yang membuat anda atau pasangan anda marah tsb? Dan berapa lama anda merasakannya?
3. Bagaimana anda atau pasangan anda menghadapinya?

Perasaan Duka (*Grief*)

1. Apa pernah anda merasakan duka dalam diri atas kekurangan yang terjadi pada rumah tangga anda?
2. Apa hal yang membuat anda atau pasangan anda mengalami perasaan duka tsb? Dan berapa lama anda merasakannya?

3. Bagaimana anda dan pasangan anda menghadapi perasaan duka tersebut?

Penerimaan (*Acceptance*)

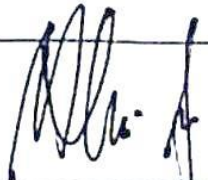


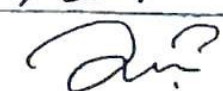
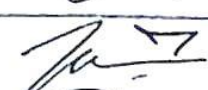
1. Kapan anda sudah merasakan diri anda menerima atas kondisi rumah tangga ini?
2. Apa faktor yang paling membantu anda untuk proses penerimaan ini?
3. Bagaimana bentuk sikap anda dalam menerima kondisi rumah tangga anda ini?



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

JURNAL KEGIATAN PENELITIAN

Judul: *Self Compassion* Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan

No.	Hari/Tanggal	Jenis Kegiatan	TTD
1	Rabu, 3 Agustus 2022	Mengantar surat izin penelitian ke Baladesa Sukorejo	
2	Jum'at, 5 Agustus 2022	Wawancara dengan narasumber pasangan suami istri (Bapak ZN dan Ibu DN)	
			
3	Rabu, 10 Agustus 2022	Wawancara dengan narasumber pasangan suami istri (Bapak SH dan Ibu SM)	
			
4	Rabu, 10 Agustus 2022	Wawancara dengan narasumber pasangan suami istri (Bapak IS dan Ibu PR)	
			

Kepala Desa Sukorejo




Hen Susanto



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136 Telp. 0331 -487550
email : fakultasdakwah@uinkhas.ac.id website: <http://fdakwah.uinkhas.ac.id/>

Nomor : B. 2853/Un.22/6.a/PP.00.9/ 05 /2022 10 Mei 2022
Lampiran : -
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.
Kepala Desa Sukorejo

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Silvia Nur Lailiyatul Mawaddah

NIM : D20173010

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Semester : X (Sepuluh)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan mohon dengan hormat agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama \pm 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Self Compassion Pada Pasangan Suami Istri yang Belum Memiliki Keturunan di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.



An. Dekan,
Ankil Dekan Bidang Akademik

Siti Raudhatul Jannah

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hery Susanto
NIP :
Jabatan : Kepala Desa Sukorejo

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa yang beridentitas:

Nama : Silvia Nur Lailiyatul Mawaddah
NIM : D20173010
Fakultas : Dakwah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Instansi : Universitas Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Telah selesai melakukan penelitian di Desa Sukorejo Kecamatan Karangbinangun Kabupaten Lamongan untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul **"SELF COMPASSION PADA PASANGAN SUAMI ISTRI YANG BELUM MEMILIKI KETURUNAN DI DESA SUKOREJO KECAMATAN KARANGBINANGUN KABUPATEN LAMONGAN"**. Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan seperlunya.

Mengetahui, 12 September 2022
Kepala Desa Sukorejo



Hery Susanto

DOKUMENTASI
foto kegiatan penelitian



Wawancara dengan Bapak Kepala Desa Sukorejo



Wawancara dengan pasutri ZN & DN



digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id digilib.uinkhas.ac.id
Wawancara dengan pasutri SH & SM



Wawancara dengan pasutri IS & PR

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

BIODATA PENULIS



Nama : Silvia Nur Lailiyatul Mawaddah
NIM : D20173010
Tempat/Tanggal Lahir : Lamongan, 10 Mei 2000
Alamat : Dusun Mengai RT 02/RW 05, Desa Sukorejo,
Kecamatan Karangbinangun, Kabupaten
Lamongan
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
No.Hp/WA : 085646692293

Riwayat Pendidikan

1. TK Bintang Sembilan (2003-2005)
2. MI Khoirul Huda (2005-2011)
3. MTs Miftahul Huda (2011-2014)
4. MA Matholi'ul Anwar (2014-2017)
5. Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember (2017-sekarang)