

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Tahap remaja merupakan masa peralihan yang menandai sejumlah perubahan masa kanak-kanak dan kedewasaan. Remaja mengalami transformasi pada biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2011). Pada tahap ini perkembangan remaja dan kematangan organ reproduksi terjadi pada saat yang bersamaan. Maka dari itu, tahap remaja adalah tahap yang penting dalam perkembangan manusia. Menurut Batubara (2016) masa krusial dalam tahap perkembangan manusia adalah masa remaja, yang ditandai dengan perubahan pada hormon, tubuh, pikiran, dan interaksi sosial. Sementara itu, Lestari dan Santoso (2020) memberikan pendapat bahwa masa remaja adalah tahap kehidupan yang krusial ketika seseorang mulai mengeksplorasi jati dirinya, melewati masa-masa sulit, dan mengalami transformasi.

Masa remaja ditandai dengan perkembangan intelektual, psikologis, dan fisik yang terjadi secara cepat (Widiastini, Karuniadi & Saraswati, 2024). Pada tahap remaja, seluruh tubuh mengalami transformasi, baik transformasi yang terjadi di dalam maupun di luar. Tinggi dan berat badan adalah contoh dari perubahan dari luar, sedangkan sistem peredaran darah, hormon, pencernaan, dan pernapasan adalah contoh dari perubahan dari dalam (Qonnayda & Sutini, 2021). Beberapa remaja dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi dengan baik, sedangkan beberapa remaja lain mungkin

akan mengalami dampak psikologis, fisik, dan sosial yang negatif hingga dapat menimbulkan masalah bagi remaja. Menurut Rosita, Ikawati, dan Saleh (2023) masa pubertas membawa perubahan yang cepat sering kali mengakibatkan munculnya perilaku buruk, perasaan tidak mampu dan kebingungan, serta keraguan. Perubahan yang paling mencolok yang terjadi pada masa remaja adalah perubahan yang terjadi pada fisik dan biasanya mengakibatkan masalah remaja yang berkaitan dengan karakter diri. Hal ini juga didukung oleh pernyataan Putra, Riezky, dan Martafari (2020) bahwa banyak remaja mengalami masalah yang berkaitan dengan perubahan tubuh selama masa pubertas. Remaja akan lebih fokus pada penampilan diri karena masa remaja tubuh mereka mengalami perubahan. Ketidakpuasan atau kekhawatiran remaja terhadap kondisi fisiknya saat ini biasanya muncul karena ketidaksesuaian dengan kondisi ideal yang diinginkan, terutama munculnya masalah pada fisik.

Remaja mungkin akan merasa tidak nyaman selama melalui tahap perkembangannya, karena perubahan fisik yang terjadi remaja harus membiasakan diri dengan perubahan yang tak dapat dihindari (Rosita, Ikawati, & Saleh, 2023). Remaja mengalami banyak perubahan dan jika tidak dipahami dengan baik, remaja akan muncul perasaan malu, bingung, rendah diri, dan tidak percaya diri. Salah satu penyebab dari remaja kurangnya memahami kesehatan mental adalah meningkatnya masalah kesehatan mental pada remaja (Pusvitasari, Viyani, & Heryadi, 2023). Salah satu keluhan yang paling umum, terutama di kalangan remaja adalah *acne vulgaris*. *Acne vulgaris* merupakan peradangan atau infeksi *folikel sebacea* yang ditandai dengan komedo, papula,

pustula, kista dan nodulus di area wajah, leher, badan atas, dan lengan atas yang cenderung terkena (Ompi, David, dan Opod, 2016).

*Acne vulgaris* adalah salah satu dari perubahan fisik yang muncul dan sering menjadi penyebab masalah selama tahap remaja. Hal ini juga diungkapkan Cunliff bahwa munculnya *acne vulgaris* dimulai pada pubertas/prapubertas (12-15 tahun), remaja di usia 13-19 tahun hampir semua mengalami ini dan akan mencapai puncaknya pada usia 17-21 tahun (Qonnayda & Sutini, 2021). Departemen Ilmu Kesehatan Kulit dan Kelamin FKUI/RSUPN dr. Cipto Mangunkusumo-Jakarta di Indonesia menyatakan bahwa angka kejadian *acne vulgaris* terdapat 95-100% laki-laki dan 83-85% perempuan dengan usia 16-17 tahun (Permatasari & Ratnawati, 2019). Menurut penelitian yang dilakukan Leonita, Setyaningrum, Qorib, dan Damayana (2022) antara 80% hingga 85% remaja mengalami *acne vulgaris*. *Acne vulgaris* paling sering terjadi pada perempuan berusia 14-17 tahun (83-85%) dan laki-laki berusia 16-19 tahun (95-100%) (Sifatullah & Zulkarnain, 2021).

Menurut Teresa (2020) ada tiga kategori untuk tingkat keparahan *acne vulgaris* yaitu ringan, sedang, dan berat. Jerawat ringan ditandai hanya ada sedikit papula, pustula atau tidak ada jerawat bisa disertai dengan *comedonal acne*, jerawat sedang ditandai dengan adanya komedo, lebih banyak jerawat yang meradang dengan benjolan kecil (papula) atau jerawat berisi nanah berwarna kuning (pustula), dan jerawat berat ditandai adanya *comedonal acne* atau adanya nodul berdiameter lebih dari 5 mm, banyak papula dan pustula

disertai dengan bintil-bintil yang sering kali terasa sakit dan berwarna kemerahan (Rao, 2020). Pada gambar 1.1 juga memperlihatkan gambar jenis-jenis *acne vulgaris*.



a) *Comedones*      b) *Papules*      c) *Pustules*      d) *Nodules*

Gambar 1.1 Jenis-Jenis *Acne Vulgaris* (Hasanah & Hasan, 2022)

Remaja dengan *acne vulgaris* dapat mengalami efek negatif pada kesehatan fisik dan mental karena penampilan fisiknya. Punggung, bahu, dada, dan wajah merupakan area yang dapat muncul *acne vulgaris*. Remaja yang mengalami *acne vulgaris* akan terpengaruh secara psikologis, terutama ketika *acne vulgaris* muncul di area wajah. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Risnasari dan Aizah (2023) karena masa remaja adalah masa perubahan pada fisik dan sosial, masa ini sangat penting karena tahap untuk perkembangan rasa diri dan penampilan luar individu yang terlihat pada tahap remaja.

Munculnya *acne vulgaris* membuat kulit menjadi kurang elok, remaja dengan *acne vulgaris* pada wajahnya akan merasa malu dengan penampilan kulit remaja. Setiap orang, terutama remaja, memiliki ekspektasi akan daya tarik dan penampilan yang prima pada kulit wajah yang bersih dan mulus. Remaja dengan *acne vulgaris* sering bergumul dengan masalah yang berkaitan

dengan kepercayaan diri, kemurungan dan kegusaran, serta citra diri dan interaksi sosial mereka (Annisyah, Refirman, & Sri, 2017).

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan penulis pada tiga remaja yang mengalami *acne vulgaris*, sebagai berikut.

*“Capek sih mba.. stress juga buat ngobatin jerawatnya ini.. udah berbagai macam produk ngabisin duit jadinya.. mana mau lebaran masih gini-gini aja tinggal tebalin telinga kalau di notice keluarga lagi, mulut keluarga lebih pedes kadang mba hahaha” (wawancara P, 4 Maret 2024)*

*“Malu, maksudnya mukaku awalnya mulus-mulus aja tetiba muncul jerawat tuh kek kesel pol, sudah susah-susah menjaga dan merawatnya gitu lo” (wawancara ZH, 7 Maret 2024)*

*“Gimana ya, risih, ga berhenti berhenti timbul.. kalau udah agak hilang besok timbul lagi, terus juga kalau tersentuh jadi pengen dikorek-korek.. jadi merasa ga pede juga sih, cuman karna lagi di pondok yang isinya laki-laki semua sih ga terlalu.. paling pas lagi ngumpul sama anak putri” (wawancara AN, 8 Maret 2024)*

Remaja pertama pada inisial P. P mengatakan merasa lelah dan stres karena *acne vulgaris* tidak kunjung sembuh, padahal P sudah menghabiskan uang untuk pengobatan dan perawatan *acne vulgaris*. P juga merasa putus asa dengan *acne vulgaris* dan sudah siap untuk mendengarkan pendapat orang lain yang kurang baik. Remaja kedua pada inisial ZH. Awalnya ZH memiliki wajah yang mulus, namun muncul *acne vulgaris* yang membuat ZH merasa kesal. ZH merasa kesal karena sudah berupaya untuk merawat wajahnya. Remaja ketiga pada inisial AN. AN merasa risih dengan *acne vulgaris* yang sering hilang dan muncul di wajahnya. AN juga merasa jika *acne vulgaris* di wajahnya tersentuh oleh tangannya, AN merasa ingin menggaruk *acne vulgaris* tersebut. AN

seorang laki-laki, AN tidak merasa malu ketika berkumpul dengan sesama laki-laki, tapi AN merasa malu jika berkumpul dengan perempuan.

Menurut hasil wawancara yang dilakukan, remaja dengan *acne vulgaris* merasa malu dan tidak percaya diri yang membuat mereka sulit untuk berkomunikasi dengan orang lain, terutama dengan lawan jenis atau untuk membangun hubungan pribadi. Beberapa remaja khawatir dengan pendapat orang yang kurang baik tentang *acne vulgaris* di wajahnya. Remaja akan menjadi kurang bahagia dan kehilangan kepercayaan diri jika penampilan luar mereka, seperti wajah yang terkena *acne vulgaris*, tidak sesuai dengan gambaran ideal yang diinginkan remaja. Masalah kesehatan mental termasuk kecemasan, keputusasaan, rasa malu atau menghindari kontak sosial, harga diri yang rendah merupakan hal yang muncul terkait dengan *acne vulgaris* (Mostafa, Malky, Al-Barky, & Ibrahim, 2017).

*Acne vulgaris* memiliki dampak psikologis yang merugikan yang dapat menurunkan harga diri dan kepercayaan diri, menyebabkan depresi, dan menurunkan kualitas hidup (Pratiwi, Nuripah, & Feriandi, 2015). Khususnya pada remaja yang tidak siap untuk menangani efek psikologis dari masa pubertas, *acne vulgaris* dapat membuat kehidupan tidak menyenangkan. *Acne vulgaris* sebagian besar menyerang di wajah, pada remaja wajah merupakan peran penting dalam pembentukan konsep diri mereka.

Meskipun *acne vulgaris* tidak menimbulkan hal yang fatal, namun dapat menyebabkan menurunnya kualitas hidup pada penderita baik secara sosial, psikologi, fisik, dan lingkungan. Kualitas hidup seseorang yang tidak

baik dapat mengindikasikan masalah kesehatan mental atau fisik yang mengganggu kesejahteraan individu. Menurut *American Academy of Dermatology* tahun 2011, *acne vulgaris* pada remaja bukan hanya masalah estetika saja, tapi dapat menyebabkan kecemasan dan jika tidak ditangani dengan cepat dapat menurunkan kualitas hidup (Rahmawaty, 2021).

Remaja yang berkualitas hidup baik akan lebih percaya diri, puas, menghargai diri sendiri, dan bersemangat menghadapi kehidupan di masa depan, remaja juga akan lebih mahir dalam mengelola tanggung jawab dan peran sehari-hari serta dapat bertindak sesuai dengan tahap perkembangan mereka (Azuwardi, 2014). Hal ini juga sejalan dengan pernyataan Yuliasari dan Nirmalasari (2024) bahwa remaja harus mencapai potensi penuh mereka dan memenuhi kewajiban pada tahap perkembangan remaja sebaik mungkin. Kenyataannya, remaja dengan *acne vulgaris* sebenarnya memiliki kualitas hidup yang lebih rendah karena mereka melakukan tugas dan aktivitas di luar tahap perkembangan mereka, seperti menutup dan mengisolasi diri dari teman sebaya.

Kesehatan mental remaja dengan *acne vulgaris* berkaitan erat dengan kualitas hidupnya, jika remaja dengan *acne vulgaris* memiliki kualitas hidup yang rendah maka akan berdampak buruk pada kesehatan mentalnya. Hal ini berkaitan dengan dimensi kualitas hidup remaja dengan *acne vulgaris*. Dari segi kesehatan fisik, remaja akan merasakan sakit dan ketidaknyamanan pada *acne vulgaris*, dari segi kesehatan psikologis, remaja akan merasa malu dengan penampilannya karena adanya *acne vulgaris*, dan dari segi sosial dan

lingkungan, remaja akan merasa menjadi pusat perhatian ketika berkomunikasi dengan orang lain dan berpikir apa yang orang lain pikirkan tentang diri remaja (Cunliffe & Gollnick, 2012).

Kualitas hidup pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti usia, jenis kelamin, kesehatan fisik dan mental, interaksi sosial, serta welas diri. Individu yang berbelas kasih akan menjaga diri mereka sendiri dengan baik, mengakui bahwa mereka adalah bagian dari pengalaman manusia yang lebih besar, melawan keinginan untuk membiarkan perasaan buruk menguasai diri mereka, dan membantu diri sendiri untuk mengatasi tantang dan situasi yang penuh tekanan (Neff, 2003).

Remaja dengan *acne vulgaris* perlu untuk menjadi berbelas kasih pada diri sendiri. Individu yang memiliki welas diri mampu memperlakukan diri mereka sendiri dan orang lain dengan kebaikan, menerima dan menghargai kelemahan manusia, dan dapat mengakhiri keresahan mereka atas kegagalan dan kekurangan (Jones, Bluth, & Neff, 2023). Remaja dengan *acne vulgaris* yang berbelas kasih terhadap diri mereka sendiri akan menumbuhkan penerimaan terhadap keadaan mereka, sehingga memungkinkan mereka untuk berfungsi dengan baik dalam lingkungan sosial dan masyarakat.

Sulit untuk mengembangkan rasa berbelas kasih pada diri sendiri ketika mengalami *acne vulgaris* yang dapat menyebabkan kegagalan dalam perilaku sosial, aktivitas, dan kesehatan (Hosthota, Bondade, & Basavaraja, 2016). Remaja yang memiliki masalah penampilan remaja akan berpikir buruk tentang diri mereka sendiri jika mereka sadar akan penampilan mereka yang tidak

menarik. Remaja sangat rentan terhadap sentimen rasa malu atas penampilan mereka dan akan sering berusaha untuk mengubah cara mereka memandang penampilan mereka dalam semua aspek kehidupan mereka.

Welas diri dan kualitas hidup remaja memiliki keterkaitan, sesuai dengan fenomena yang telah dijelaskan. Remaja yang mampu mencintai diri sendiri dan memiliki positif akan memiliki evaluasi diri yang lebih baik, sesuai dengan penelitian Sutanto, Sugianto, dan Anna (2022). Hal ini berarti kualitas hidup remaja yang mengalami *acne vulgaris* bergantung pada tingkat kesehatan fisik dan pemahaman remaja mengenai kualitas hidup yang baik. Kualitas hidup akan dipengaruhi oleh remaja yang mampu mengendalikan emosi, menerima diri sendiri, mampu mengatasi stres, dan memiliki pandangan yang positif terhadap kehidupan (Pratiwi, Nuripah, & Feriandi, 2015).

Remaja dengan *acne vulgaris* akan mengalami peningkatan dalam semua aspek kualitas hidup mereka ketika mereka memiliki lebih banyak belas kasih pada diri. Kapasitas untuk berbelas kasih pada remaja dengan *acne vulgaris* secara signifikan dipengaruhi oleh kualitas hidup mereka yang terlihat jelas di sejumlah area seperti kesehatan fisik dan mental serta interaksi sosial dan interpersonal mereka. Kesehatan sebagai komponen dari kualitas hidup, mempengaruhi welas diri secara psikologis dan fisik. Remaja yang memiliki kesehatan fisik yang baik dapat membantu remaja dengan *acne vulgaris* dalam mengembangkan empati dan penerimaan diri, serta kesehatan psikologis dan hubungan sosial, termasuk perasaan positif dan negatif, harga diri, dan pemikiran, serta membantu remaja merasa lebih mampu melakukan tugas

sehari-hari (Kawitri dkk., 2020). Untuk meningkatkan kualitas hidup remaja, remaja membutuhkan perilaku yang baik dan penuh kasih sayang, keluarga yang menerima, dan dukungan sosial (Hosthota, Bondade, & Basavaraja, 2016).

Jika remaja dengan *acne vulgaris* tidak berbelas kasih dan menerima apa adanya, remaja tidak akan memiliki kualitas hidup yang baik. Menurut Kawitri, Listiyandini, dan Rahmatika (2020), welas diri memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap berbagai dimensi kualitas hidup remaja, karena remaja yang mempraktikkan welas diri dan bersikap lembut dan baik pada diri sendiri serta menerima pengalaman yang pernah dialaminya akan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Welas diri sangat dibutuhkan oleh remaja yang mengalami *acne vulgaris* karena mereka mungkin mengalami stigma, pikiran negatif, dan sulit untuk mengontrol emosi negatif, dengan welas diri remaja akan memahami bahwa pengalaman buruk adalah bagian alami dari kehidupan manusia.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan perumusan masalah “Apakah terdapat hubungan welas diri dan kualitas hidup pada remaja yang mengalami *acne vulgaris*?”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan yang telah diuraikan sebelumnya, terdapat beberapa tujuan penelitian yang ingin dicapai, yaitu:

1. Untuk mengetahui adanya hubungan antara welas diri dengan dimensi kesehatan fisik pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* dengan tingkat keparahan berat.
2. Untuk mengetahui adanya hubungan antara welas diri dengan dimensi kesehatan psikologiss pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* dengan tingkat keparahan berat.
3. Untuk mengetahui adanya hubungan antara welas diri dengan dimensi hubungan sosial pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* dengan tingkat keparahan berat.
4. Untuk mengetahui adanya hubungan antara welas diri dengan dimensi lingkungan pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* dengan tingkat keparahan yang berat.

### **C. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Temuan penelitian ini secara teoritis dapat memajukan pengetahuan dalam bidang psikologi klinis dan ilmu-ilmu lainnya, terutama yang berkaitan dengan hubungan antara welas diri dan kualitas hidup pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Remaja**

Penelitian ini diharapkan dapat membuat remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat menjadi lebih sadar akan kondisi ini

sehingga mereka dapat menunjukkan rasa kasih sayang dan kepedulian yang lebih besar yang meningkatkan kualitas hidupnya.

b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat membantu para orang tua untuk lebih memahami pentingnya memperhatikan kesehatan fisik dan mental anak-anak mereka, terutama jika anak mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini di masa yang akan datang agar dapat menjadi referensi dan memberikan informasi baru bagi peneliti lain.

#### D. Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fachrial dan Maulydia (2023) dengan judul penelitian “Hubungan *Self Compassion* dan *Loneliness* pada Remaja *Broken Home*”. Subjek pada penelitian ini dipilih melalui *purposive sampling* yang dilakukan dengan subjek 143 remaja berusia 15-22 tahun yang berlatar belakang *broken home*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data kuisioner. Pada skala *loneliness* menggunakan alat ukur RUCLA *version 3*, sedangkan skala welas diri menggunakan alat ukur *Self Compassion Scale (SCS)*. Hasil dari penelitian ini adalah didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bersifat negatif secara signifikan antara *self compassion* dan *loneliness* pada remaja *broken home*. Artinya, semakin tinggi

*self compassion*, maka semakin rendah *loneliness* yang dialami oleh remaja *broken home* begitu pula sebaliknya.

Pada penelitian Hati dan Soetjningsih (2022) dengan judul penelitian “Hubungan *Self Compassion* dengan *Body Dissatisfaction* Pada Dewasa Awal Pengguna Instagram”. Subjek pada penelitian ini dipilih melalui *purposive sampling* yang dilakukan dengan sampel 67 mahasiswa yang berusia 18-24 tahun serta aktif menggunakan media sosial *instagram*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan pengumpulan data kuisioner. Pada skala *body dissatisfaction* menggunakan alat ukur *Body Dissatisfaction Questionnaire* (BSQ-34), sedangkan skala welas diri menggunakan alat ukur *Self Compassion Scale* (SCS). Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self compassion* dan *body dissatisfaction* pada dewasa awal. Jadi, semakin meningkat *self compassion*, maka semakin rendah *body dissatisfaction* pada dewasa awal yang menggunakan media sosial *instagram*.

Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Hidayah, Pribadi, dan Furqoni (2023) dengan judul penelitian “Hubungan Religiusitas Terhadap Kualitas Hidup (*Quality of Life*) Pada Pelajar di SMA Lampung”. Subjek pada penelitian ini dipilih melalui *proportionate stratific random sampling* dengan 538 siswa di SMA Bahrul Ulum Natar Lampung Selatan dan SMAN 1 Lemong Pesisir Barat. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) dan *quality of life* WHOQOL-

BREF. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara religiusitas terhadap kualitas hidup pada pelajar di SMA Bahrul Ulum Natar Lampung Selatan dan SMAN 1 Lemong Pesisir Barat. Jadi, semakin meningkat religiusitas pada pelajar, maka semakin meningkat pula kualitas hidupnya.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Najibah dan Wahjuni (2020) dengan judul penelitian “Hubungan Perilaku Sehat Dengan Kualitas Hidup Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya”. Subjek pada penelitian ini dipilih melalui *cluster random sampling* dengan total 112 mahasiswa yang terdiri dari 32 mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga, 40 dari mahasiswa jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, dan 40 dari mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif *non-eksperimental*. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuisioner *International Health Behavior Survey* (HBS) dan *World Health Organization Quality of Life BREF* (WHOQOL-BREF). Hasil dari penelitian ini didapatkan terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku sehat dengan kualitas hidup pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya. Hubungan ini berpengaruh pada dimensi kesehatan fisik dan kesehatan psikologi.

Penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh Kesumaputri, Hamidah, dan Shalehuddin (2021) dengan judul penelitian “Peran *Self Compassion* terhadap Kualitas Hidup Profesional: Studi pada Perawat Jiwa”. Penelitian ini dilakukan di RSJ Dr. Radjiman Wedioningrat Lawang dengan

subjek 89 orang yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan *self compassion* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap aspek-aspek kualitas hidup profesional, yakni *compassion satisfaction*, *burnout*, dan *secondary traumatic stress*.

Sementara itu, penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh Kawitri, Listiyandini, dan Rahmatika (2020) dengan judul penelitian “Peran *Self Compassion* terhadap Dimensi-Dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan”. Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Bekasi dan Jakarta dengan subjek 140 remaja yang dipilih melalui teknik *convenience sampling*. Hasil penelitian ini ditemukan terdapat pengaruh signifikan *welas diri* terhadap kualitas hidup kesehatan pada dimensi kesejahteraan fisik, psikologis, hubungan dengan orang tua dan otonomi, serta lingkungan sekolah. Namun, tidak ditemukan pengaruh pada dimensi dukungan sosial dan teman sebaya.

Berdasarkan penelusuran penelitian-penelitian terdahulu yang telah peneliti lakukan, maka peneliti menemukan perbedaan penelitian dengan peneliti sebelumnya. Berikut perbedaan-perbedaan pada penelitian sebelumnya, yaitu:

### **1. Keaslian Topik**

Penelitian ini memiliki topik yang berbeda dengan penelitian sebelumnya, pada penelitian yang berjudul “Hubungan *Self Compassion* dan *Loneliness* pada Remaja *Broken Home*” oleh Fachrial dan Maulydia, (2023) menggunakan *loneliness* sebagai variabel tergantung atau variabel

yang memengaruhi. Kemudian, pada penelitian Hati dan Soetjningsih (2022) yang berjudul “Hubungan *Self Compassion* dengan *Body Dissatisfaction* Pada Dewasa Awal Pengguna Instagram” menggunakan *body dissatisfaction* sebagai variabel tergantung. Namun, peneliti menggunakan kualitas hidup sebagai variabel tergantung.

## 2. Keaslian Teori

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitas hidup pada teori WHO (Rapley, 2003) dan welas diri menggunakan teori Neff (2011). Pada penelitian yang dilakukan oleh Fachrial dan Mauldydia (2023) welas diri menggunakan teori dari Russel, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Najibah dan Wahjuni (2020) menggunakan teori kualitas hidup oleh Steptoe dan Wardle.

## 3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan pada welas diri adalah *Self Compassion Scale* (SCS) oleh Neff yang telah diadaptasi oleh Sugianto, Suwartono, dan Sutanto (2020). Alat ukur pada kualitas hidup menggunakan alat ukur yang disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan dimensi dari WHO (Rapley, 2003). Pada penelitian Kesumaputri, Hamidah, dan Shalehuddin (2021) menggunakan *Self Compassion Scale* yang diadaptasi oleh Khamaisya, sedangkan pada penelitian Kawitri, Listiyandini, dan Rahmatika (2020) alat ukur kualitas hidup menggunakan KIDSCREEN-27 oleh Ravens.

#### 4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah remaja yang mengalami *acne vulgaris*. Pada penelitian terdahulu terdapat perbedaan pada subjek penelitian, seperti pada penelitian Kesumaputri, dkk. (2021) subjek yang diambil adalah perawat jiwa yang bekerja di RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang. Sementara itu, subjek penelitian yang dilakukan oleh Kawitri dkk. (2020) adalah remaja di Panti Asuhan Bekasi.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANUAR  
YOGYAKARTA