

## BAB IV

### PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

#### A. Orientasi Kanchah dan Persiapan

##### 1. Orientasi Kanchah

Partisipan dalam penelitian ini merupakan remaja yang berusia 14 hingga 19 tahun yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan yang berat. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 1 Juli 2024 hingga 5 Juli 2024. Penelitian ini dilakukan di seluruh Indonesia dengan menyebarkan tautan *google form* yang dibagikan ke media sosial seperti tiktok dan twitter. *Google form* berisi *informed concent*, *screening*, identitas responden, skala kualitas hidup, dan skala welas diri. Responden yang telah mengisi *google form* ditemukan dari berbagai provinsi, yaitu Nanggroe Aceh Darussalam, Sumatera Utara, Sumatera Selatan, Sumatera Barat, Bengkulu, Riau, Jambi, Lampung, Bangka Belitung, Kalimantan Barat, Kalimantan Timur, Kalimantan Selatan, Kalimantan Tengah, Kalimantan Utara, Banten, DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, DI Yogyakarta, Bali, Nusa Tenggara Barat, Sulawesi Barat, Sulawesi Utara, dan Sulawesi Selatan.

##### 2. Persiapan

###### a. Persiapan Administrasi

Peneliti mengidentifikasi terlebih dahulu untuk kriteria subjek yang sesuai dengan penelitian yaitu remaja laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 14 hingga 19 tahun yang sedang mengalami *acne*

*vulgaris* dengan tingkat keparahan yang berat. Sebelum memulai proses pengumpulan data, peneliti telah mendapatkan izin dari salah satu penerjemah *Self Compassion Scale* versi Bahasa Indonesia untuk menggunakan skalanya dalam mengukur welas diri. Peneliti menggunakan Skala Welas Diri dari Sugianto, Suwartono, dan Sutanto (2020). Perizinan dilakukan melalui *email* dan telah mendapatkan izin untuk menggunakan Skala Welas Diri. Kemudian, peneliti melakukan penyusunan *blueprint* dan pembuatan alat ukur kualitas hidup. Peneliti terlebih dahulu menentukan indikator berdasarkan dimensi dari kualitas hidup menurut WHO (Rapley, 2003). Pengumpulan data penelitian ini dilakukan secara *online* menggunakan *google form*, sehingga tidak diperlukan surat izin dari instansi dari pihak terkait. Pada *google form* diminta untuk memberikan persetujuan sebagai kesediaan subjek secara sukarela untuk berpartisipasi dalam penelitian.

b. Persiapan Alat Ukur

Alat ukur pada penelitian ini menggunakan skala yang terdiri dari dua skala, yaitu skala welas diri dan kualitas hidup.

1) Skala Kualitas Hidup

Skala kualitas hidup dilakukan konstruksi berdasarkan dimensi-dimensi dari teori WHO (Rapley, 2003) yang terdiri dari dimensi kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Skala kualitas hidup terdiri dari 30 aitem yang

mana terdiri dari 17 aitem *favourable* dan 13 aitem *unfavourable*. Kriteria penilaian jawaban kuesioner adalah skor 1 Sangat Tidak Sesuai (STS), skor 2 Tidak Sesuai (TS), skor 3 Netral (N), skor 4 Sesuai (S), dan skor 5 Sangat Sesuai (SS). Peneliti melakukan analisis Aiken's *v* dan pengujian validitas dengan 6 *expert judgment*.

## 2) Skala Welas Diri

Skala welas diri menggunakan *Self Compassion Scale* (SCS) yang diterjemahkan Sugianto, Suwantono, dan Sutanto (2020) ke dalam Bahasa Indonesia menjadi Skala Welas Diri (SWD). Skala welas diri terdapat 26 aitem dari 13 aitem *favourable* dan 13 aitem *unfavourable*. Kriteria penilaian jawaban kuesioner dengan rentang Hampir Tidak Pernah (HTP) memiliki skor 1 sampai Hampir Selalu (HS) memiliki skor 5.

## c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Alat ukur yang disusun oleh peneliti akan diuji coba melalui proses validasi awal berupa uji bahasa ke seorang ahli dan dua subjek yang sesuai dengan kriteria peneliti yang bertujuan untuk memastikan kevalidan dan reliabilitas alat ukur sebelum digunakan. Sebanyak 109 responden yang memenuhi persyaratan penelitian diberikan alat ukur untuk diuji oleh peneliti melalui penyebaran secara *online* melalui tautan *google form*. Setelah data uji coba didapatkan, peneliti kemudian melakukan pengujian validitas, daya diskriminasi aitem dan

reliabilitas menggunakan aplikasi SPSS *for windows* versi 25. Batas indeks daya diskriminasi aitem minimal 0,25 maka aitem dinyatakan lolos (Azwar, 2021).

d. Hasil Uji Coba Alat Ukur

1) Skala Kualitas Hidup

Dari 6 rater yang memberikan penilaian terhadap skala kualitas hidup, didapatkan koefisien validitas Aiken's  $v$  bergerak dari 0,79 sampai 0,88 menggunakan batas standar yang digunakan adalah 0,79. Dari 30 aitem terdapat 1 aitem yang gugur yaitu nomor 29, sehingga tersisa 29 aitem yang akan diuji coba.

Analisis dari uji coba ditemukan hasil reliabilitas pada dimensi kesehatan fisik sebesar 0,772 dan daya diskriminasi aitem bergerak dari 0,253-0,634 yang terdapat 1 aitem yang gugur yaitu nomor 3. Kemudian, hasil reliabilitas pada dimensi kesehatan psikologis sebesar 0,776 dan daya diskriminasi aitem bergerak dari 0,305-0,627. Selanjutnya, hasil reliabilitas pada dimensi hubungan sosial sebesar 0,666 dan daya diskriminasi aitem bergerak dari 0,347-0,430. Terakhir, hasil reliabilitas pada dimensi lingkungan sebesar 0,626 dan daya diskriminasi aitem bergerak dari 0,309-0,403 yang terdapat 1 aitem yang gugur yaitu nomor 26.

Berdasarkan hasil uji coba yang telah dilakukan, maka skala kualitas hidup terdapat 2 aitem yang gugur dan tersisa 27 aitem yang valid.

Tabel 4.1 *Blue Print* Skala Kualitas Hidup Setelah Uji Coba

Dimensi	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Jumlah	Nomor Aitem	Jumlah
1. Kesehatan fisik	1, 5, 7	3	2, 4, 6, 8	4
2. Kesehatan psikologis	9, 10, 12, 13, 15, 16	6	11, 14, 17	3
3. Hubungan sosial	19, 21, 23	3	18, 20, 22	3
4. Lingkungan	24, 28	2	25, 27, 30	3
		14		13

## 2) Skala Welas Diri

Pada data uji coba skala welas diri telah dilakukan uji validitas konstruk dengan menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). Berdasarkan uji validitas konstruk, ditemukan dari 26 aitem terdapat 11 aitem pernyataan yang gugur dan 15 aitem pernyataan dinyatakan valid.

Tabel 4.2 Fit Indeks

Parameter	Hasil
(p)	< 0,001
TLI	0,776
GFI	0,977
RMSEA	0,092
NFI	0,658

Berdasarkan hasil analisis faktor konfirmatori ditemukan bahwa nilai *chi-square* sebesar  $p < 0,001$  menunjukkan bahwa model tidak fit. Selain itu, model fit dilihat berdasarkan nilai TLI,

GFI, RMSEA, dan NFI. Pada TLI memiliki nilai 0,812 dinyatakan tidak fit karena  $< 0,09$ , GFI memiliki nilai 0,977 dinyatakan fit karena nilai  $> 0,09$ , RMSEA memiliki nilai 0,092 dinyatakan tidak fit karena nilai  $> 0,05$ , NFI memiliki nilai 0,658 dinyatakan tidak fit karena  $< 0,9$ . Dapat dinyatakan bahwa analisis konfirmatori ini mendekati fit karena hanya satu yang memenuhi syarat model fit.

Selain itu, aitem-aitem yang valid atau tidak valid dilihat dari analisis *loading factor*, sebagai berikut:

Tabel 4.3 Hasil Analisis *loading factor*

Aitem	<i>Loading factor</i>	Keterangan
Aspek 1		
Aitem 5	$< 0,001$	Valid
Aitem 12	$< 0,001$	Valid
Aitem 16	0,070	Tidak Valid
Aitem 19	$< 0,001$	Valid
Aitem 23	$< 0,001$	Valid
Aitem 26	$< 0,001$	Valid
Aspek 2		
Aitem 3	$< 0,001$	Valid
Aitem 4	$< 0,001$	Valid
Aitem 7	$< 0,001$	Valid
Aitem 10	$< 0,001$	Valid
Aitem 15	$< 0,001$	Valid
Aspek 3		
Aitem 2	0,039	Valid
Aitem 9	$< 0,001$	Valid
Aitem 14	$< 0,001$	Valid
Aitem 17	$< 0,001$	Valid
Aitem 24	0,020	Valid

Aitem yang dinyatakan gugur yaitu nomor 16. Aitem yang gugur dilihat berdasarkan nilai tingkat signifikansi pada *loading factor* yaitu  $< 0,05$  maka dapat dinyatakan valid.

Pada data uji coba skala welas diri menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,821 dan daya diskriminasi aitem bergerak dari 0,270-0,675 yang terdapat 10 aitem yang gugur yaitu nomor 1, 6, 8, 11, 13, 18, 20, 21, 22, dan 25.

Tabel 4.4 *Blue Print* Skala Welas Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Butir <i>Favorable</i>		Butir <i>Unfavorable</i>	
	Nomor Aitem	Jumlah	Nomor Aitem	Jumlah
1. Mengasihi Diri ( <i>Self Kindness</i> ) vs Menghakimi Diri ( <i>Self Judgement</i> )	5, 12, 19, 23, 26	5	-	0
2. Kemanusiaan Universal ( <i>Common Humanity</i> ) vs Isolasi ( <i>Isolation</i> )	3, 7, 10, 15	4	4	1
3. Kesadaran Diri ( <i>Mindfulness</i> ) vs Overidentifikasi ( <i>Overidentification</i> )	9, 14, 17	3	2, 24	2
		12		3

## B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pengumpulan data dimulai pada tanggal 1 Juli 2024 hingga 5 Juli 2024. Penyebaran data dilaksanakan melalui media sosial yaitu *google form* kepada responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. *Google form* mencakup petunjuk untuk mengisi skala pada skala kualitas hidup dan welas diri, identitas subjek, persetujuan, informasi terkait penelitian. Peneliti menyebarkan *link google form* melalui media sosial yaitu *tiktok* dan *twitter*. Peneliti menyebarkan tautan ke *google form* di beberapa platform media sosial dengan harapan

mendapatkan hasil yang tersebar secara luas dan merata di sebagian besar wilayah Indonesia. Subjek yang mengisi skala adalah berjenis kelamin laki-laki dan perempuan yang berusia 14 hingga 19 tahun yang mengalami *acne vulgaris* dengan tingkat keparahan yang berat. Peneliti memantau berapa banyak subjek yang mengisi tautan *google form* selama lima hari saat skala disebar. Pada akhirnya, peneliti berhasil mengumpulkan 300 orang yang telah menyelesaikan skala tersebut.

### C. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Responden Penelitian

Berdasarkan sebaran data yang telah diperoleh dan dilakukan oleh peneliti maka didapatkan 300 responden dengan gambaran responden sebagai berikut.

Tabel 4.5 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Presentase
Perempuan	237	79%
Laki - Laki	63	21%
	300	100%

Berdasarkan data di atas, sebaran responden berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa dari 300 responden tersebut merupakan perempuan sebanyak 237 orang dengan persentase 79%, sedangkan sebanyak 63 orang merupakan laki-laki dengan persentase 21%.

#### 2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan data yang diperoleh, maka dilakukan perhitungan untuk mendapatkan nilai empirik dan hipotetik.

Tabel 4.6 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
Welas Diri	15	75	45	10	32	75	55,36	7,656
Kualitas Hidup	27	135	81	18	47	125	90,26	13,870

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa skala welas diri memiliki nilai *mean* hipotetik sebesar 45 dengan standar deviasi 10 serta *mean* empirik sebesar 55,36 dengan standar deviasi 7,656. Pada skala kualitas hidup memiliki nilai *mean* hipotetik sebesar 27 dengan standar deviasi 18 serta nilai *mean* empirik sebesar 90,26 dengan standar deviasi 13,870.

Hasil dari deskripsi data penelitian tersebut akan digunakan untuk menentukan kategorisasi skor yang diperoleh responden pada masing-masing variabel penelitian. Kategorisasi dilakukan bertujuan untuk menempatkan setiap responden dalam kategori-kategori berdasarkan jenjang dari suatu kontinum atribut yang diukur (Azwar, 2022). Adapun kategorisasi dibuat berdasarkan rumus norma berikut ini.

Tabel 4.7 Rumus Norma Kategorisasi

Kategori	Rumus Norma
Sangat Tinggi	$X > \mu + 1,8 \sigma$
Tinggi	$\mu + 0,6 \sigma \leq X < \mu + 1,8 \sigma$
Sedang	$\mu - 0,6 \sigma \leq X < \mu + 0,6 \sigma$
Rendah	$\mu - 1,8 \sigma \leq X < \mu - 0,6 \sigma$
Sangat Rendah	$X < \mu - 1,8 \sigma$

Keterangan:

X : Skor Total

$\mu$  : *Mean*

$\sigma$  : Standar Deviasi

Berdasarkan rumus norma tabel di atas maka peneliti mengkategorisasikan responden menjadi lima kategori untuk masing-masing skala sebagai berikut.

Tabel 4.8 Kriteria Kategorisasi Tiap Variabel

<b>Kategorisasi</b>	<b>Welas Diri</b>	<b>Kualitas Hidup</b>
Sangat Tinggi	$X > 69$	$X > 115$
Tinggi	$60 \leq X < 69$	$99 \leq X < 115$
Sedang	$51 \leq X < 60$	$82 \leq X < 99$
Rendah	$42 \leq X < 51$	$65 \leq X < 82$
Sangat Rendah	$X < 42$	$X < 65$

Tabel 4.9 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

<b>Kategorisasi</b>	<b>Welas Diri</b>		<b>Kualitas Hidup</b>	
	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Sangat Tinggi	34	11,3%	9	3,0%
Tinggi	120	40,0%	42	14,0%
Sedang	101	33,7%	227	75,7%
Rendah	37	12,3%	22	7,3%
Sangat Rendah	8	2,7%	0	0,0%
	300	100%	300	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dapat diketahui bahwa 300 responden dari kategorisasi pada skala welas diri diperoleh sebanyak 34 responden (11,3%) dengan kategori sangat tinggi, 120 responden (40,0%) dengan kategori tinggi, 101 responden (33,7%) dengan kategori sedang, 37 responden (12,3%) dengan kategori rendah, dan 8 responden (2,7%) dengan kategori sangat rendah.

Sementara itu, pada kategorisasi skala kualitas hidup diperoleh 9 responden (3,0%) dengan kategori sangat tinggi, 42 responden (14,0%) dengan kategori tinggi, 277 responden (75,7%) dengan kategori sedang,

22 responden (7,3%) dengan kategori rendah, dan 0 responden (0,0%) dengan kategori sangat rendah.

### 3. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian yang telah diperoleh terdapat variabel pengganggu atau residual yang berdistribusi normal dalam persamaan regresi. Penelitian ini menggunakan uji normalitas dengan metode uji *Kolmogorov-Smirnov*. Jika nilai signifikansi (*Asymp, sig*) > 0,05, maka data dalam penelitian ini berdistribusi normal, dan jika (*Asymp, sig*) < 0,05, maka data tidak berdistribusi normal (Sudrajat, 2020).

Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

<b>Variabel</b>	<b>Sig.</b>	<b>Interpretasi</b>
Welas Diri	0,001	Tidak Normal
Kesehatan Fisik	0,000	Tidak Normal
Kesehatan Psikologis	0,020	Tidak Normal
Hubungan Sosial	0,000	Tidak Normal
Lingkungan	0,005	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* pada tabel 4.12 dapat diketahui bahwa nilai residual variabel welas diri terhadap masing-masing dimensi kualitas hidup. Nilai pada variabel welas diri dan dimensi kualitas hidup memiliki angka yang lebih kecil dari nilai signifikansi yang telah ditetapkan, yaitu  $p < 0,05$  yang dapat diartikan bahwa data tidak berdistribusi normal.

## b. Uji Linearitas

Uji linearitas untuk mengetahui apakah welas diri memiliki hubungan yang linear terhadap masing-masing dimensi dari kualitas hidup. Uji linearitas dapat dikatakan linear jika nilai *sig. deviation from linearity* ( $P$ )  $> 0,05$  atau *linearity* ( $P$ )  $< 0,05$  (Ghozali, 2018).

Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas

Variabel	P (Linearity)	P (Deviation from linearity)	Interpretasi
Welas Diri*Kesehatan Fisik	0,371	0,809	Tidak Linear
Welas Diri*Kesehatan Psikologis	0,000	0,822	Linear
Welas Diri*Hubungan Sosial	0,002	0,317	Linear
Welas Diri*Lingkungan	0,000	0,952	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas di tabel 4.11, diperoleh nilai *linearity sig.*  $0,371 > 0,05$  dan nilai *deviation from linearity sig.*  $0,809 > 0,05$  menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang linear antara variabel welas diri dengan dimensi kesehatan fisik. Kemudian, diperoleh nilai *linearity sig.*  $0,000 < 0,05$  dan nilai *deviation from linearity sig.*  $0,822 > 0,05$  menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel welas diri dengan dimensi kesehatan psikologis. Selanjutnya, diperoleh nilai *linearity sig.*  $0,002 < 0,05$  dan nilai *deviation from linearity sig.*  $0,317$  menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel welas diri dengan dimensi hubungan sosial. Terakhir, diperoleh nilai *linearity sig.*  $0,000 < 0,05$  dan nilai *deviation from linearity sig.*  $0,952$

menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel welas diri dengan dimensi lingkungan.

#### 4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Spearman's rank* terhadap welas diri dengan masing-masing dimensi kualitas hidup. Uji hipotesis dapat diterima apabila diperoleh nilai signifikansi  $< 0.05$  (Sudrajat, 2020). Hasil dari uji hipotesis dengan teknik *Spearman's rank* sebagai berikut:

Tabel 4.12 Hasil Uji *Spearman's rank* Masing-Masing Dimensi

	<i>Spearman's rank</i>		
		Welas Diri	
	<i>Correlation Coefficient</i>	Sig.(2-tailed)	Keterangan
Kesehatan Fisik	0,043	0,459	Tidak berhubungan
Kesehatan Psikologis	0,328	0,000	Berhubungan
Hubungan Sosial	0,148	0,011	Berhubungan
Lingkungan	0,206	0,000	Berhubungan

Tabel 4.13 Interval Koefisien

No.	Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
1.	0,000 - 0,199	Sangat Rendah
2.	0,200 - 0,399	Rendah
3.	0,400 - 0,599	Sedang
4.	0,600 - 0,799	Kuat
5.	0,800 - 1,000	Sangat Kuat

Berdasarkan hasil uji *spearman's rank* di atas, diketahui pada welas diri dengan dimensi kesehatan fisik bahwa nilai Sig.(2-tailed)  $0,459 > 0,05$  maka tidak terdapat hubungan yang signifikan antara welas diri dengan dimensi kesehatan fisik. Nilai *correlation coefficient* pada welas diri dengan dimensi kesehatan fisik bernilai positif, yaitu 0,043 yang

mempunyai tingkat hubungan yang sangat rendah. Pada welas diri dengan dimensi kesehatan psikologis bahwa nilai Sig.(2-tailed)  $0,000 < 0,05$  maka terdapat hubungan yang signifikan antara welas diri dengan dimensi kesehatan psikologis. Nilai *correlation coefficient* pada welas diri dengan dimensi kesehatan psikologis bernilai positif, yaitu 0,328 yang mempunyai tingkat hubungan yang rendah.

Kemudian, pada welas diri dengan dimensi hubungan sosial bahwa nilai Sig.(2-tailed)  $0,011 < 0,05$  maka terdapat hubungan yang signifikan antara welas diri dengan dimensi hubungan sosial. Nilai *correlation coefficient* pada welas diri dengan dimensi hubungan sosial bernilai positif, yaitu 0,148 yang mempunyai tingkat hubungan yang sangat rendah. Terakhir, pada welas diri dengan dimensi lingkungan bahwa nilai Sig.(2-tailed)  $0,000 < 0,05$  maka terdapat hubungan yang signifikan antara welas diri dengan dimensi lingkungan. Nilai *correlation coefficient* pada welas diri dengan dimensi lingkungan bernilai positif, yaitu 0,206 yang mempunyai tingkat hubungan yang rendah.

## 5. Analisis Tambahan

### a. Uji Daya Beda

Uji daya beda dilakukan sebagai uji analisis tambahan untuk mengetahui perbedaan tingkat welas diri dan kualitas hidup berdasarkan jenis kelamin. Metode analisis yang dilakukan menggunakan uji *independent sample t-test*. Lihat tabel 4.14.

Tabel 4.14 Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin

	N	Welas Diri		Kualitas Hidup	
		Mean	Sig.2 tailed	Mean	Sig.2 tailed
Perempuan	237	60,39	0,015	94,87	0,277
Laki-laki	63	63,32		92,65	

Berdasarkan data di atas dapat diketahui bahwa tingkat perilaku welas diri memiliki nilai Sig.2 tailed sebesar  $0,015 < 0,05$  yang berarti terdapat perbedaan welas diri antara perempuan dan laki-laki. Perempuan mendapatkan nilai *mean* sebesar 60,39 dan laki-laki mendapatkan nilai *mean* sebesar 63,32 yang mana hal ini menunjukkan tingkat welas diri pada laki-laki lebih besar dari perempuan.

Pada kualitas hidup memiliki nilai Sig.2 tailed sebesar  $0,277 > 0,05$  yang berarti tidak terdapat perbedaan kualitas hidup antara perempuan dan laki-laki. Kemudian, diketahui bahwa tingkat kualitas hidup perempuan mendapatkan nilai *mean* sebesar 94,87 dan laki-laki mendapatkan nilai *mean* sebesar 92,65. Hal ini menunjukkan tingkat kualitas hidup pada perempuan lebih besar dari laki-laki.

#### b. Uji Regresi Linear Sederhana

Pengujian hipotesis juga dilakukan dengan uji regresi linier sederhana antara welas diri dengan dimensi kualitas hidup. Uji regresi sederhana bertujuan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel yaitu pengaruh welas diri dengan kualitas hidup. Berikut hasil yang didapatkan:

Tabel 4.15 Hasil Uji Regresi Sederhana Masing-Masing Dimensi

Variabel	Signifikansi	Interpretasi
Welas Diri*Kesehatan Fisik	0,365	Tidak Berpengaruh
Welas Diri*Kesehatan Psikologis	0,000	Berpengaruh
Welas Diri*Hubungan Sosial	0,002	Berpengaruh
Welas Diri*Lingkungan	0,000	Berpengaruh

Berdasarkan hasil uji regresi pada tabel 4.15 menunjukkan bahwa hasil signifikansi pada welas diri dengan dimensi kesehatan fisik adalah 0,365 ( $p > 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan tidak dapat pengaruh. Hasil signifikansi pada welas diri dengan dimensi kesehatan psikologis adalah 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh. Sementara itu, hasil signifikansi pada welas diri dengan dimensi hubungan sosial adalah 0,002 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh. Terakhir, hasil signifikansi pada welas diri dengan dimensi lingkungan adalah 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh.

c. Koefisien Determinasi

Tabel 4.16 Hasil Koefisien Determinasi Masing-Masing Dimensi

Variabel	R	R <sup>2</sup>	Keterangan
Welas Diri*Kesehatan Fisik	0,053	0,003	0,3%
Welas Diri*Kesehatan Psikologis	0,345	0,119	11,9%
Welas Diri*Hubungan Sosial	0,179	0,032	3,2%
Welas Diri*Lingkungan	0,216	0,047	4,7%

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi pada tabel 4.16 dapat dilihat bahwa nilai R<sup>2</sup> antara welas diri dengan dimensi kesehatan

fisik sebesar 0,003 yang berarti sebesar 0,3% variasi variabel welas diri dapat memberikan sumbangan terhadap dimensi kesehatan fisik. Pada welas diri dengan dimensi kesehatan psikologis diperoleh nilai  $R^2$  sebesar 0,119 yang berarti sebesar 11,9% variasi welas diri dapat memberikan sumbangan terhadap dimensi kesehatan psikologis. Sementara itu, pada welas diri dengan dimensi hubungan sosial nilai  $R^2$  sebesar 0,032 yang berarti sebesar 3,2% variasi variabel welas diri dapat memberikan sumbangan terhadap dimensi hubungan sosial. Terakhir, pada welas diri dengan dimensi lingkungan diperoleh nilai  $R^2$  sebesar 0,047 yang berarti sebesar 4,7% variasi variabel welas diri dapat memberikan sumbangan terhadap dimensi lingkungan.

#### **D. Pembahasan**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan bagaimana welas diri dan dimensi kualitas hidup pada remaja dengan *acne vulgaris* berhubungan satu sama lain. Ada 300 partisipan dalam penelitian ini, partisipan berusia 14 hingga 19 tahun yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Dari jumlah tersebut ditemukan dengan jumlah 237 perempuan dan 63 laki-laki yang mengalami *acne vulgaris* yang parah. Selain itu, para responden berasal dari berbagai provinsi di Indonesia. Dari jumlah tersebut, proporsi terbesar responden berasal dari Jawa Barat dengan jumlah 73 orang.

Berdasarkan hasil dari analisis yang telah dilakukan tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara welas diri dengan dimensi kesehatan fisik

pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat. Hal ini juga dapat dilihat pada hasil analisis tambahan terkait koefisien determinasi bahwa welas diri hanya memberikan pengaruh terhadap kesehatan fisik sebesar 0,3%. Individu yang memiliki welas diri mungkin tetap merasa tertekan karena pandangan negatif tentang situasi kesehatan fisik mereka. Kesehatan fisik juga dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti lingkungan sosial, ekonomi, dan akses terhadap layanan kesehatan, sehingga sikap welas diri tidak dapat mengubah faktor-faktor ini yang dampaknya terhadap kesehatan fisik bisa jadi minimal dalam konteks tertentu.

Kemudian, terdapat hubungan yang positif antara welas diri dengan dimensi kesehatan psikologis pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat. Welas diri dapat terwujud dengan adanya sikap welas asih pada diri sendiri saat menghayati adanya penderitaan, sehingga individu merespon rasa sakit yang dialaminya dengan lebih baik (Neff, 2011). Hal ini juga didukung pada penelitian Kehi dan Huwae (2024) bahwa semakin tinggi welas diri negatif pada remaja korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), maka semakin rendah juga kesehatan psikologis pada remaja korban KDRT dengan nilai *pearson correlation* sebesar -0,518 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ).

Ditemukan juga bahwa terdapat hubungan yang positif antara welas diri dengan hubungan sosial pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat. Ketika remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat mampu memberikan dukungan dan kasih sayang kepada diri

sendiri ketika menghadapi kesulitan atau kesalahan yang nantinya akan membantu remaja untuk lebih berkomitmen dan memiliki hubungan yang lebih sehat dengan orang lain. Peran meningkatnya kesehatan psikologis yang pada gilirannya akan mempengaruhi hubungan sosial. Welas diri dapat membantu seseorang untuk membentuk relasi atau hubungan yang lebih sehat, individu yang memiliki welas diri yang tinggi akan merasa bahagia dan dapat mengungkapkan pendapat dalam hubungan atau relasi tersebut (Kristin & Natasha, 2013).

Selanjutnya, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara welas diri dengan dimensi lingkungan pada remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat. Kondisi remaja yang mengalami *acne vulgaris* dengan tingkat welas diri yang tinggi, ia akan bisa mengatasi semua hambatannya dan bersedia meminta bantuan ke orang lain ketika mengalami kesulitan di lingkungannya. Lingkungan berperan penting dalam memberikan penerimaan dan dukungan kepada remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat. Saat menumbuhkan sikap welas diri, lingkungan atau pola asuh menjadi bagian penting dalam menentukan kemampuan remaja untuk menumbuhkan sikap tersebut (Pepping, Davis, O'Donova, dan Pal, 2015).

Kesimpulan hipotesis dalam penelitian ini adalah bahwa remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat, memiliki rasa welas diri dan dimensi kualitas hidup yang berkorelasi positif. Hubungan yang positif berarti remaja dengan *acne vulgaris* tingkat keparahan berat memiliki kualitas hidup

yang meningkat apabila remaja memiliki tingkat welas diri yang besar. Sebaliknya, rendahnya dimensi kualitas hidup pada remaja dengan *acne vulgaris* memiliki tingkat welas diri yang kecil.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, mayoritas 120 orang (42,7%) pada welas diri menunjukkan bahwa tingkat welas diri responden sebagian besar termasuk ke dalam kategori tinggi. Ketika dihadapkan pada kesedihan atau kegagalan, remaja memiliki kecenderungan yang tinggi terhadap rasa peduli, memahami diri sendiri, dan percaya bahwa semua orang mengalami hal yang serupa. Sementara itu, mengenai kualitas hidup responden terdapat 227 orang (75,7%) yang masuk dalam kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan remaja cukup memiliki kepuasan terhadap persepsi dirinya mengenai kehidupan dengan memperhatikan kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan yang menjadi tujuan, harapan, dan standar dalam hidup.

Analisa tambahan yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Uji daya beda variabel welas diri menunjukkan Sig.2 *tailed* sebesar 0,015 ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat perbedaan antara subjek dengan jenis kelamin perempuan dan laki-laki. Nilai *mean* pada uji daya beda welas diri menunjukkan bahwa subjek dengan jenis kelamin laki-laki lebih besar dibandingkan perempuan yaitu laki-laki memperoleh nilai *mean* sebesar 63,32 sedangkan perempuan memperoleh nilai *mean* sebesar 60,39. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Erismadewi, Swedarma, dan Antari (2022) menemukan bahwa

laki-laki memiliki welas diri lebih tinggi daripada perempuan, hal ini dikarenakan perempuan lebih cenderung mengkritik diri sendiri daripada laki-laki.

Pada hasil analisa tambahan uji daya beda kualitas hidup menunjukkan sig.2 *tailed* sebesar 0,277 ( $p > 0,05$ ) yang artinya tidak terdapat perbedaan antara subjek dengan jenis kelamin perempuan dan laki-laki. Nilai *mean* pada uji daya beda kualitas hidup menunjukkan bahwa subjek dengan jenis kelamin perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki yaitu perempuan memperoleh nilai *mean* sebesar 94,87 sedangkan laki-laki memperoleh nilai *mean* sebesar 92,65. Menurut Maryani dan Kristiana (2018) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tingginya kualitas hidup yang akan mempengaruhi angka harapan hidup lebih tinggi perempuan daripada laki-laki, salah satunya adalah perempuan lebih bisa menghadapi stres daripada laki-laki.

Koefisien determinasi pada welas diri terhadap dimensi kesehatan fisik pengaruhnya sebesar 0,3%, dimensi kesehatan psikologis pengaruhnya sebesar 11,9%, kemudian pada dimensi hubungan sosial terdapat pengaruh sebesar 3,2%, dan pada dimensi lingkungan memiliki pengaruh sebesar 4,7%. Berdasarkan hasil tersebut pengaruh welas diri dapat terlihat pada kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Pada dimensi kesehatan fisik, welas diri tidak ditemukan memiliki pengaruh pada remaja dengan *acne vulgaris*. Hal ini hampir memvalidasi temuan dari penelitian sebelumnya bahwa dalam penelitian yang dilakukan oleh Adine, Rahmatika, dan Listyandini (2018) terdapat korelasi yang kuat antara welas diri dengan

kemandirian, dukungan teman sebaya, dukungan sosial, kesehatan psikologis, kesehatan fisik, dan hubungan dengan orang tua. Welas diri yang dimiliki remaja yang mengalami *acne vulgaris* tingkat keparahan berat memiliki kontribusi paling tinggi pada kesehatan psikologis ketika remaja mampu untuk menghargai diri sendiri dengan segala kekurangan dan kelebihanannya.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diatasi dalam penelitian selanjutnya. Peneliti tidak mendampingi subjek ketika mengisi skala yang telah diberikan, hal ini karena penyebaran skala dilakukan secara *online* yang menyebabkan peneliti tidak mampu mendapatkan data tambahan lebih dalam seperti observasi dan wawancara yang lebih dalam terkait welas diri dan kualitas hidup pada remaja yang mengalami *acne vulgaris*. Kemudian, alat ukur kualitas hidup pada penelitian ini tidak bisa digunakan kembali karena peneliti tidak melakukan uji validitas indikator. Sementara itu, alat ukur welas diri juga memiliki kekurangan karena terdapat indikator yang gugur pada aspek negatif menyebabkan kurangnya perilaku yang terungkap. Peneliti juga tidak membuang *outlier* sehingga terjadinya *social desirability* yaitu kecenderungan merespon pernyataan sesuai norma atau kesan positif. Banyaknya kekurangan pada penelitian ini, diharapkan pada penelitian selanjutnya diharapkan untuk mengangkat tema yang serupa terutama faktor lain yang mempengaruhi dimensi dari kualitas hidup, seperti kepercayaan diri, kepuasan hidup atau berpikir positif.