

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

Hubungan Antara Self Compassion dengan School Burnout pada Siswa SMA

MUTIARA DAMIS

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=75988&lokasi=lokal>

Abstrak

Sekolah menengah atas adalah salah satu jenjang pendidikan. Individu yang bersekolah memiliki status sebagai pelajar. Usia 16 tahun sampai 18 tahun yang termasuk sebagai pelajar di jenjang sekolah menengah atas. Pelajar rentan terhadap beberapa masalah pada usia remaja. Kejenuhan sekolah disebut dengan school burnout. Seiring dengan waktu pelajar akan mengalami dan merasakan jenuh. Jenuh terhadap sekolah, lingkungan sekolah, atau perasaan diri sendiri yang merasa tidak mampu untuk sekolah. Setiap pelajar selalu mencoba untuk tetap bisa lulus dan menyelesaikan tanggung jawabnya sebagai pelajar. Dengan self compassion dapat menghindarkan dari sikap negatif dan menjadikan individu yang memiliki mental yang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self compassion dengan school burnout pada siswa SMA. Partisipan di dalam penelitian ini berjumlah 126 pelajar, dengan pendekatan non probability sampling dengan teknik sampling purposive. Alat ukur yang dipakai adalah Self-Compassion Scale dan School Burnout Inventory dengan menggunakan skala likert. Self-Compassion Scale berdasarkan dari alat ukur yang dibuat oleh Neff (2003a) dengan jumlah item sebanyak 26 item. Sedangkan School Burnout Inventory berdasarkan dari alat ukur yang dibuat Salmela-Aro (2009) dengan jumlah item sebanyak 9 item. Teknik analisa yang digunakan yaitu teknik analisa korelasi. Hasil Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara self compassion dengan school burnout pada siswa SMA