

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

HUBUNGAN ANTARA MINDFULNESS DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI

Suci Faradhiba

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=76543&lokasi=lokal>

Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan mindfulness dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis uji korelasi dengan sampel yang digunakan penelitian adalah mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Metode pengambilan sampel menggunakan acidental sampling. Teknik sampel yang digunakan adalah non-probability sampling. Dalam perekrutan partisipan ini dilakukan menggunakan media online yang berupa google form. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu The Connor-Davidson Resilience Scale (CD RISC) yang telah dikembangkan oleh Connor & Davidson (2003) dan The Mindfulness Attention and Awareness Scale (MAAS) yang dikembangkan oleh Brown & Ryan (2003). Instrumen penelitian pada skala resiliensi yang terdiri dari 25 item yang menunjukkan nilai validitas keseluruhan item resiliensi dinyatakan 23 item yang valid dan 2 item yang tidak valid dengan nilai reliabilitas sebesar 0,918. Dan memiliki koefisien validitas sebesar 0,678. Sedangkan skala mindfulness yang terdiri dari 15 item yang menunjukkan nilai validitas keseluruhan item mindfulness dinyatakan valid dengan nilai reliabilitas sebesar 0,870. Dan memiliki koefisien validitas sebesar 0,654. Berdasarkan hasil analisa correlation didapatkan nilai koefisien r sebesar 0,373 dan pearson correlation didapatkan nilai signifikansi (p) yaitu 0,000 ($p < 0,001$). Dengan demikian hasil menunjukkan bahwa adanya hubungan mindfulness dengan resiliensi. Semakin tinggi mindfulness maka akan semakin tinggi juga resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi, maka H_0 nya diterima.