

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

Hubungan Antara Self-Compassion Dengan Life Satisfaction Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di JABODETABEK

Syifa Amalia Suryanti

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=78002&lokasi=lokal>

Abstrak

Mahasiswa tingkat akhir merupakan fase akhir pada studi dalam perguruan tinggi. Tak jarang, permasalahan pada semester akhir ini seperti penyusunan skripsi, dimana mereka cenderung bersikap cemas dan khawatir akan prosesnya sehingga sangat rentan mengalami permasalahan pada psikologis. Banyaknya mahasiswa tingkat akhir yang merasakan kurangnya self-compassion dan life satisfaction dalam hidup mereka. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui hubungan antara self-compassion terhadap life satisfaction pada mahasiswa tingkat akhir di JABODETABEK. Metode penelitian yang dipakai oleh penulis ialah metode kuantitatif dengan teknik accidental sampling serta teknik analisa data correlation pearson dengan menggunakan SPSS versi 25. Pada penelitian ini terdapat 150 mahasiswa/i tingkat akhir yang sedang menempuh semester 8-14 di wilayah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Responden penelitian ini terdiri dari 44 laki-laki dan 106 perempuan. Tiap responden mengisi dua instrument penelitian yang terdiri dari Self-Compassion Scale yang dikembangkan oleh Neff (2003) dan diadaptasi oleh Sugianto dkk., (2020) serta Satisfaction With Life Scale yang dikembangkan oleh Diener dkk., (1985) dan diadaptasi oleh Sirajuddin (2023). Berdasarkan hasil uji korelasi didapatkan koefisien pearson correlation sebesar 0,535 yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara self-compassion terhadap life satisfaction, dimana semakin tinggi tingkat self-compassion seseorang maka akan semakin tinggi life satisfaction seseorang. Probability value yang diketahui sebesar 0,000 ($p < 0,001$) yang menunjukkan bahwa hipotesis yang diterima adalah hipotesa alternatif yaitu adanya hubungan signifikan antara self-compassion terhadap life satisfaction