

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DENGAN RESILIENSI  
MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

**SKRIPSI**

Lydia Sabdoanto

18.E1.0118



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SEMARANG**

**2023**

# **HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DENGAN RESILIENSI MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

## **SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Lydia Sabdoanto  
18.E1.0118



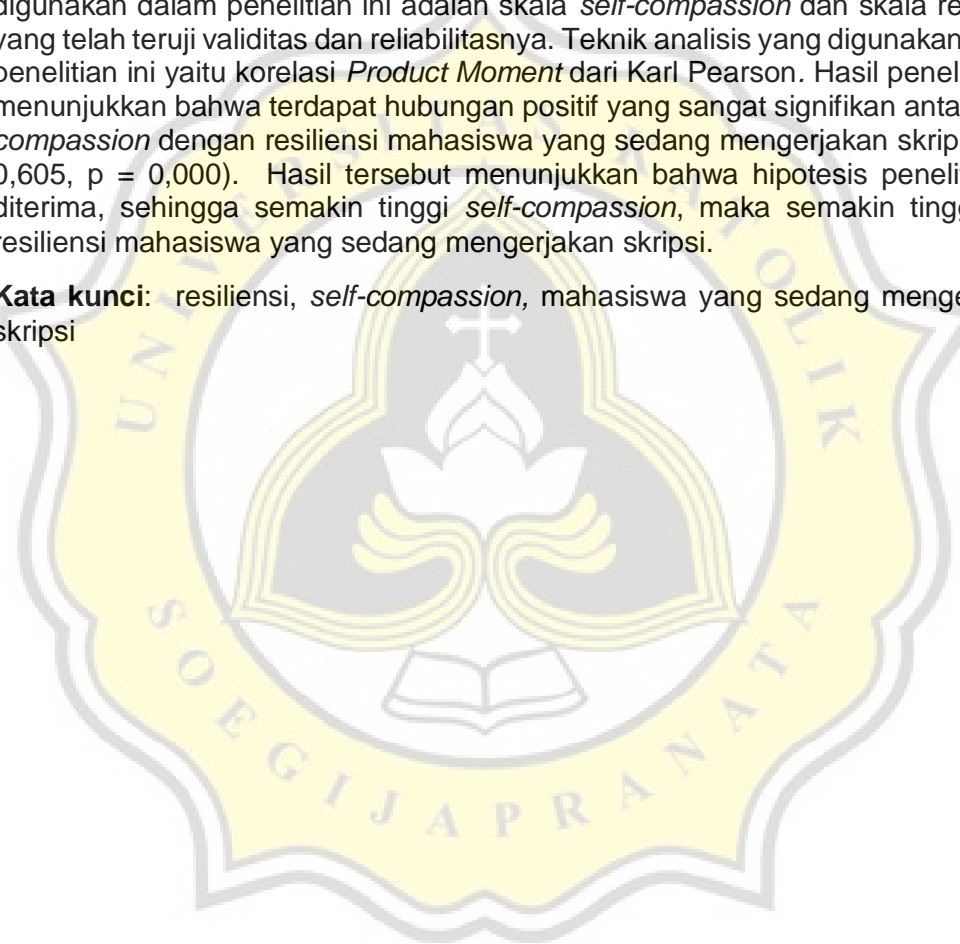
**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

**2023**

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hipotesis penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dengan resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Semakin tinggi tingkat *self-compassion* maka semakin tinggi pula resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, begitu juga sebaliknya. Subjek penelitian ini merupakan mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang sedang mengerjakan skripsi dengan total responden sebanyak 117 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *self-compassion* dan skala resiliensi yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *self-compassion* dengan resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ( $r_{xy} = 0,605$ ,  $p = 0,000$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima, sehingga semakin tinggi *self-compassion*, maka semakin tinggi pula resiliensi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

**Kata kunci:** resiliensi, *self-compassion*, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi



## ABSTRACT

This research aims to examine the relationship between self-compassion and resilience among students working on their thesis. The hypothesis of this study is that there is a positive relationship between self-compassion and resilience among students working on their thesis. The higher the level of self-compassion, the higher the level of resilience among students working on their thesis, and vice versa. The subjects of this study are students from Soegijapranata Catholic University in Semarang who are working on their thesis, with a total of 117 respondents. The measurement tools used in this study are the self-compassion scale and resilience scale, which have been tested for validity and reliability. The analytical technique used in this study is the Product Moment correlation from Karl Pearson. The result of this study shows that there is a significant positive relationship between self-compassion and resilience among students working on their thesis ( $r_{xy} = 0,605$ ,  $p = 0,000$ ). These results indicate that the research hypothesis is accepted, meaning that the higher the self-compassion, the higher the resilience among students working on their thesis, and vice versa.

**Keywords** : resilience, self-compassion, students working on their thesis

