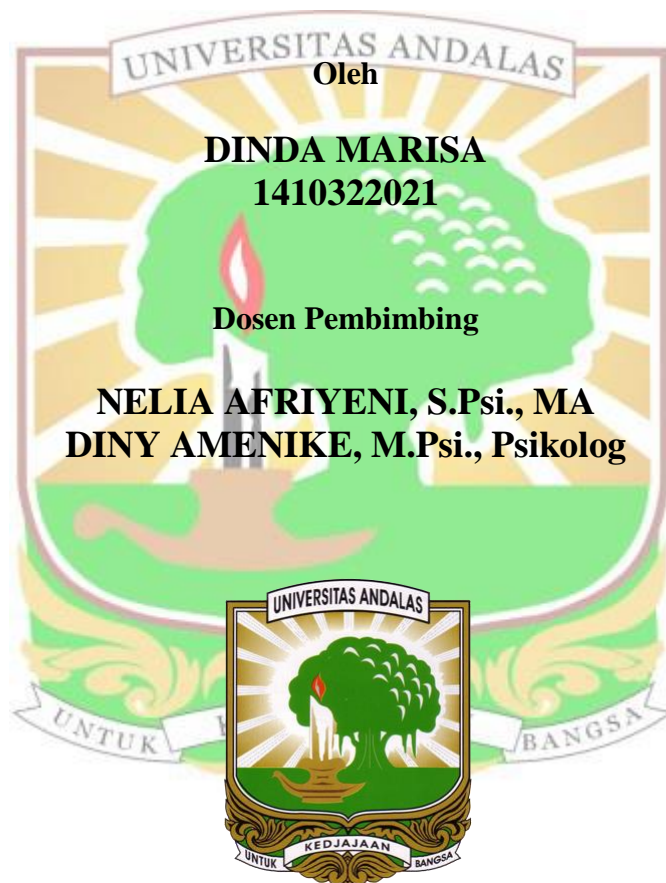


**HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN
KESEPIAN PADA MAHASISWA PERANTAU UNIVERSITAS
ANDALAS**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2018**

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN KESEPIAN PADA MAHASISWA PERANTAU UNIVERSITAS ANDALAS

Dinda Marisa, Nelia Afriyeni, Diny Amenike
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

ABSTRAK

Mahasiswa perantau rentan mengalami beberapa permasalahan. Salah satu permasalahan tersebut adalah merasakan kesepian (*loneliness*). Kesepian merupakan perasaan subjektif yang tidak menyenangkan dan merasa sendiri, yang disebabkan oleh tidak tercapainya hubungan sosial yang diinginkan, sehingga tidak merasakan kepuasan dari hubungan sosial yang sedang dijalani. Untuk meminimalisir perasaan kesepian pada mahasiswa perantau, dapat dilakukan salah satu usaha yang disebut dengan *self compassion*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan kesepian pada mahasiswa perantau Universitas Andalas. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Alat ukur yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale (Version 3)* (Russell, 1996) dan *Neff Self-Compassion Scale* (Neff, 2003b). Masing-masing skala memiliki reliabilitas sebesar 0,91 dan 0,92. Subjek penelitian berjumlah 100 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*. Pengolahan data dilakukan menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment*.

Hasil analisis korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,538 dan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self compassion* dengan kesepian pada mahasiswa perantau Universitas Andalas dan hubungan tersebut berada pada kategori sedang. Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa kesepian yang dirasakan dan *self compassion* yang dimiliki oleh mahasiswa perantau Universitas Andalas berada pada kategori sedang. Hasil lain yang ditemukan dalam penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan kesepian yang dirasakan oleh mahasiswa perantau universitas Andalas yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.

Kata Kunci: Mahasiswa Perantau, Kesepian, *Self Compassion*

CORRELATION BETWEEN SELF COMPASSION WITH LONELINESS IN OVERSEAS STUDENTS OF ANDALAS UNIVERSITY

Dinda Marisa, Nelia Afriyeni, Diny Amenike
Psychology Departement, Medical Faculty, Andalas University

ABSTRACT

Overseas students are vulnerable to several problems. One of the problems is feeling lonely (loneliness). Loneliness is a subjective feeling that is unpleasant and feels alone, which is caused by not achieving the desired social relationship, that can unsatisfied someone from his/her social relations. To minimize the loneliness on overseas students, one of the efforts can be done, it called self compassion.

This research aimed to see the correlation between self compassion with loneliness in overseas students of Andalas University. The research method used in this study was quantitative method. The measuring instrument used were UCLA Loneliness Scale (Version 3) (Russell, 1996) and Neff Self-Compassion Scale (Neff, 2003b). Each scale has a reliability of 0,91 and 0,92. The subjects in this research amounted to 100 people. The sampling technique used was accidental sampling. The data was analyzed using Pearson Product Moment correlation analysis.

The result of the correlation analysis showed the value of correlation coefficient (r) of -0,538 and the significance value (p) of 0,000. This showed that there was a significant negative relationship between self compassion and loneliness in overseas students of Andalas University and the relationship was in the moderate category. Moreover, this research found that perceived loneliness and self-compassion possessed by the overseas students of Andalas University were in the moderate category. The other result found in this research was that there was no difference in loneliness felt by male and female overseas students of Andalas University.

Keywords: *Overseas Students, Loneliness, Self Compassion*