

ABSTRAK

Stella Cindy Vania Ndruru (01121180015)

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DAN GRIT PADA MAHASISWA YANG SEDANG SKRIPSI

(xiii + 85 halaman: 6 tabel, 11 lampiran)

Skripsi adalah karya ilmiah yang menjadi persyaratan kelulusan bagi mahasiswa, namun juga ditemukan adanya konflik bagi mahasiswa sehingga menimbulkan pengalaman yang negatif. Keluhan dirasakan oleh mahasiswa seperti merasa tertekan, gelisah, cemas, dan kewalahan ketika mengerjakan skripsi, oleh karena itu penting bagi mahasiswa memiliki *self-compassion* sebagai sikap welas diri yang mampu membantu mahasiswa melewati kesulitan atau kegagalan, berserta grit juga membantu untuk konsisten dan bertekun dalam mengerjakan skripsi. Tujuan peneliti mengangkat topik penelitian ini adalah pertama terdapat fenomena mahasiswa yang melakukan putus kuliah disebabkan karena memiliki sudut pandang menganggap suatu tantangan dan kegagalan merupakan hambatan bagi mereka dalam mengerjakan skripsi, dan kedua belum ada ditemukan penelitian yang membahas secara khusus tentang hubungan *self-compassion* dan grit pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif yang menguji hubungan *self-compassion* dan grit, selanjutnya peneliti melakukan pengambilan data lapangan dan memperoleh 103 mahasiswa. Selain itu, peneliti menggunakan alat ukur Skala Welas diri untuk mengukur *self-compassion* dan *Grit Scale* untuk mengukur Grit. Demikian hasil penelitian memperoleh skor ($r=.505p=.001$) yaitu adanya hubungan *self-compassion* dan grit pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, maka implikasi adalah mahasiswa dengan *self-compassion* yang tinggi dapat mengasihi diri, tidak mudah rentan dan menerima diri dalam melewati kegagalan, berhubungan dengan adanya *grit* tinggi akan membantu mahasiswa memiliki ketekunan dan konsisten dalam mengerjakan skripsi. Dengan ini kesimpulan *self-compassion* dan grit saling membantu untuk memiliki motivasi, sudut pandang, mampu mengembangkan diri dan bertekun ataupun mempunyai komitmen saat melewati berbagai tantangan berserta kesulitan pada waktu jangka yang lama dalam menyelesaikan suatu skripsi.

Kata Kunci : *self-compassion*, *grit*, dan mahasiswa sedang mengerjakan skripsi

Referensi : 35(2007-2022)

ABSTRACT

Stella Cindy Vania Ndruru (01121180015)

THE RELATIONSHIP OF SELF-COMPASSION AND GRIT IN STUDENT WORKING ON THEIR THESIS.

(xiii + 85 pages:6 tables, 11 appendices)

Thesis is a scientific work which is a graduation requirement for students, but it is also found that there are conflicts for students, causing negative experiences. Complaints felt by students such as feeling pressured, anxious, and burdened when working on their thesis, therefore it is important for students to have self-compassion as a self-compassion attitude that is able to help students get through difficulties or failures, besides that grit also helps to be consistent and diligent in working on their thesis. The purpose of the researchers to raise the topic of this research is firstly that there is a phenomenon of students dropping out of college because they have a view that considers challenges and failures as obstacles for them in working on their thesis, and secondly no research has been found that specifically discusses the relationship between self-compassion and grit for students who currently working on a script.

The research method used is quantitative research that examines the relationship between self-compassion and grit, then researchers collect field data and obtain 103 students. In addition, researchers used the Self-Compassion Scale to measure self-compassion and the Grit Scale to measure Grit. Thus the results of the study obtained a score ($r=.505p=.001$), namely the relationship between self-compassion and grit in students who are working on their thesis, the implication is that students with high self-compassion can love themselves, are not easily fragile and accept themselves in overcoming failure, related to the presence of high Grit will help students have persistence and consistency in working on their thesis. So with this conclusion self-confidence and grit help each other to have motivation, point of view, be able to develop themselves and be diligent or have a commitment when going through various challenges and difficulties in the long term in completing the thesis.

Keywords : Self-compassion, grit and students working on their thesis

Reference : 35 (2007-2022)

