

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 29 September 2021 hingga 14 November 2021 yaitu dengan cara menyebarkan dua skala penelitian yaitu skala *self-compassion* dan *perceived social support*. Selanjutnya skala diberikan kepada sampel penelitian melalui *online WhatsApp* secara personal dengan bantuan *google form* dengan link sebagai berikut: <https://forms.gle/QUrti6J2sZerbQjw5>. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau angkatan tahun 2015 hingga angkatan 2017 yang sedang dalam proses pengerjaan skripsi sebanyak 175 orang. Skala *self-compassion* dan *perceived social support* yang telah dikumpulkan dihitung sesuai dengan aturan skoring dari masing-masing skala. Lalu setelah mendapatkan data yang diskoring dalam bentuk angka dan di *coding*. Selanjutnya peneliti melakukan analisis data dengan menggunakan *Statistical Product And Service Solution (SPSS) 25.00 For Windows* sesuai dengan kebutuhan penelitian.

B. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa program studi psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dari angkatan 2015 hingga angkatan 2017 yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan data yang diperoleh dari 175 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan data penelitian

yang telah dikumpulkan, berikut merupakan rincian karakteristik subjek penelitian dari sudut pandang sosio-demografis:

a. Gambaran diri subjek berdasarkan jenis kelamin

Tabel 4.1
Karakteristik Subjek berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (Orang)	Persentase
Laki-Laki	37	21%
Perempuan	138	79%
Total	175	100%

Berdasarkan Tabel 4.1 dapat dijelaskan bahwa data demografi yang memiliki jumlah paling banyak yaitu jenis kelamin perempuan yaitu 138 orang (79%).

b. Gambaran diri subjek berdasarkan Usia

Tabel 4.2
Karakteristik Subjek berdasarkan Usia

Usia (Tahun)	Frekuensi (Orang)	Persentase
20	2	1%
21	11	6%
22	68	39%
23	64	37%
24	24	14%
25	6	3%
Total	175	100%

Berdasarkan Tabel 4.2 menjelaskan bahwa subjek dalam penelitian ini paling banyak diperoleh usia 22 tahun sebanyak 68 mahasiswa dengan persentase sebesar 39%. Selanjutnya berturut-turut, subjek dengan usia 23 tahun sebanyak 64 mahasiswa (37%), subjek berusia 24 tahun sebanyak 24 mahasiswa (14%), subjek yang berusia 21 tahun sebanyak 11 mahasiswa (6%), subjek yang berusia 25 tahun sebanyak 6 mahasiswa (3%) dan juga subjek berusia 20 tahun sebanyak 2 mahasiswa (1%).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. Gambaran diri subjek berdasarkan pengerjaan skripsi per bab

Tabel 4.3
Karakteristik Subjek berdasarkan Pengerjaan Skripsi per Bab

BAB	Frekuensi (Orang)	Persentase
BAB 1	14	8%
BAB 2	10	6%
BAB 3	55	31%
BAB 4	58	33%
BAB 5	38	22%
Total	175	100%

Berdasarkan Tabel 4.3 menjelaskan bahwa subjek dalam penelitian ini kebanyakan sedang mengerjakan BAB 4 sebanyak 58 mahasiswa dengan persentase sebesar (33%). Selanjutnya berturut-turut, sebanyak 55 mahasiswa dengan persentase (31%) sedang mengerjakan BAB 3, sebanyak 38 mahasiswa dengan persentase sebesar (22%) sedang mengerjakan BAB 5, sebanyak 14 mahasiswa dengan persentase (8%) sedang mengerjakan BAB 1, dan sebanyak 10 mahasiswa dengan persentase (6%) sedang mengerjakan BAB 2.

d. Gambaran diri subjek berdasarkan angkatan

Tabel 4.4
Karakteristik Subjek berdasarkan Angkatan

Angkatan	Frekuensi (Orang)	Persentase
2015	36	21%
2016	55	31%
2017	84	48%
Total	175	100%

Berdasarkan Tabel 4.4 menjelaskan bahwa subjek dalam penelitian ini kebanyakan berasal dari angkatan 2017 sebanyak 84 mahasiswa dengan persentase sebesar (48%). Selanjutnya berturut-turut, sebanyak 55 mahasiswa dengan persentase (31%) berasal dari angkatan 2016, sebanyak



36 mahasiswa dengan persentase sebesar (21%) berasal dari angkatan 2015.

2. Kategorisasi Data Penelitian

Kategorisasi data penelitian penting dilakukan untuk pemberian gambaran umum mengenai penyebaran data penelitian. Skor yang dihasilkan dalam suatu penelitian dapat memberikan gambaran jelas mengenai data yang diteliti. Kategorisasi memiliki tujuan untuk menempatkan individu kedalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kontinum jenjang ini contohnya adalah dari rendah ke tinggi (Azwar, 2010).

Kategorisasi dalam penggunaannya memiliki norma, adapun dalam penelitian ini norma yang digunakan dapat dilihat pada tabel 4.5 dibawah ini:

Tabel 4.5
Norma Kategorisasi

Kategori	Norma
Sangat Rendah	$X \leq (\mu - 1,5 \text{ SD})$
Rendah	$X \leq (\mu - 1,5 \text{ SD}) < X \leq (\mu - 0,5 \text{ SD})$
Sedang	$(\mu - 0,5 \text{ SD}) < X \leq (\mu + 0,5 \text{ SD})$
Tinggi	$(\mu + 0,5 \text{ SD}) < X \leq (\mu + 1,5 \text{ SD})$
Sangat Tinggi	$(\mu + 1,5 \text{ SD}) > X$

Keterangan : μ = Mean , SD = Standar Deviasi

a. Kategorisasi Variabel *Perceived Social Support*

Penelitian ini menggunakan ketentuan pembuatan kategorisasi menurut Azwar (2010) dimana perhitungan dilakukan secara manual oleh peneliti berdasarkan skor terkecil dan terbesar pada variabel *perceived social support* skor terdiri dari 1 sampai 7 dengan jumlah aitem sebanyak 12 butir. Maka dari itu nilai terendah yang kemungkinan diperoleh oleh subjek adalah $1 \times 12 = 12$, nilai tertinggi yang kemungkinan diperoleh

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

oleh subjek adalah $7 \times 12 = 84$, *range* adalah $84 - 12 = 72$, *mean* adalah $(84 + 12) \div 2 = 48$, standar deviasi (SD) $72 \div 6 = 12$. Adapun gambaran hipotetik dan empirik penelitian dari variabel *perceived social support* adalah sebagai berikut :

Tabel 4.6
Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel *Perceived Social Support*

<i>Perceived social support</i>	Aitem	Nilai Min	Nilai Max	Range	Mean	SD
Gambaran Hipotetik	12	12	84	72	48	12
Gambaran Empirik	12	29	84	55	62.59	12,289

Berdasarkan hasil tabel 4.6 kategorisasi subjek pada variabel *perceived social support* dapat dilihat pada tabel 4.7 berikut:

Tabel 4.7
Kategorisasi Variabel *Perceived Social Support*

Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	$X \leq 30$	1	6%
Rendah	$X \leq 30 < X \leq 42$	8	4,6%
Sedang	$42 < X \leq 54$	38	21,7%
Tinggi	$54 < X \leq 66$	52	29,7%
Sangat Tinggi	$66 > X$	76	43,4%
Jumlah		175	100%

Berdasarkan kategorisasi yang ada pada tabel 4.7 dapat disimpulkan bahwa kategorisasi pada variabel *perceived social support* diperoleh dari total subjek 175 orang, pada umumnya subjek berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 76 (43,4%) dan 52 orang (29,7%) berada pada kategori tinggi. Menurut kategorisasi menjelaskan bahwa rata-rata subjek memiliki *perceived social support* yang sangat tinggi. Artinya mahasiswa sudah dapat mempersepsikan dukungan secara positif dari keluarga,

teman maupun *significant other* dalam membantu serta mendukung mahasiswa tersebut dalam penyelesaian skripsi.

b. Kategorisasi Variabel *Self-Compassion*

Penelitian ini menggunakan ketentuan pembuatan kategorisasi menurut Azwar (2010) dimana perhitungan dilakukan secara manual oleh peneliti berdasarkan skor terkecil dan terbesar pada variabel *self-compassion* skor terdiri dari 1 sampai 5 dengan jumlah aitem sebanyak 25 butir. Maka dari itu nilai terendah yang kemungkinan diperoleh oleh subjek adalah $1 \times 25 = 25$, nilai tertinggi yang kemungkinan diperoleh oleh subjek adalah $5 \times 25 = 125$, *range* adalah $125 - 25 = 100$, *mean* adalah $(125 + 25) \div 2 = 75$, standar deviasi (SD) $100 \div 6 = 16,67$. Adapun gambaran hipotetik dan empirik penelitian dari variabel *self-compassion* adalah sebagai berikut :

Tabel 4.8
Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel *Self-Compassion*

<i>Self-Compassion</i>	Aitem	Nilai Min	Nilai Max	Range	Mean	SD
Gambaran Hipotetik	25	25	125	100	75	16,67
Gambaran Empirik	25	36	113	77	84,42	12,970

Berdasarkan hasil tabel 4.8 kategorisasi subjek pada variabel *self-compassion* dapat dilihat pada tabel 4.9 berikut

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Tabel 4.9
Kategorisasi Variabel *Self-Compassion*

Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	$X \leq 25$	2	1,1%
Rendah	$X \leq 58,34 < X \leq 66,67$	9	5,1%
Sedang	$66,67 < X \leq 83,33$	73	41,7%
Tinggi	$83,33 < X \leq 99,99$	69	39,4%
Sangat Tinggi	$99,99 > X$	22	12,6%
Jumlah		175	100%

Berdasarkan kategorisasi yang ada pada tabel 4.9, dapat disimpulkan bahwa kategorisasi pada variabel *self-compassion* diperoleh dari total subjek 175 orang, pada umumnya subjek berada pada kategori sedang sebanyak 73 (41,7%) dan 69 orang (39,4%) berada pada kategori tinggi. Menurut kategorisasi menjelaskan bahwa rata-rata subjek memiliki *self-compassion* yang berada pada interval sedang. Artinya mahasiswa memiliki kemampuan yang cukup baik untuk mengasihi diri, mengkritik dan peduli terhadap diri sendiri saat dihadapkan pada permasalahan terutama dalam pengerjaan skripsi di masa pandemi COVID-19.

3. Uji Asumsi

Peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi dimana hal tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh serta dianalisis memenuhi syarat untuk diuji dengan analisis regresi sederhana. Dalam hal ini uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Berikut akan disajikan hasil uji asumsi data yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan program *IBM SPSS Statistic 24 for Windows*.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh terdistribusi normal atau tidak. Menurut Sunyoto (2012) uji normalitas adalah uji statistik yang digunakan untuk mengetahui data tersebut telah terdistribusi normal atau berdistribusi tidak normal. Uji normalitas dapat kita lakukan dengan berbagai cara, salah satu caranya adalah dengan melihat rasio antara kemiringan kurva *skewness* dan keruncingan kurva *kurtosis*, data berdistribusi normal ketika berada atau mendekati -2 sampai +2 (Sunyoto, 2012). Berdasarkan hasil uji normalitas melalui SPSS versi 25.0 *for windows* diperoleh rasio *skewness* dan rasio *kurtosis* sebagai berikut:

Tabel 4.10
Hasil Uji Normalitas

Variabel	<i>Skewness</i>	Rasio	<i>Kurtosis</i>	Rasio	Ket
	<i>Std. Error</i>		<i>Std. error</i>		
<i>Perceived Social Support</i>	-0,314	-1,70	-0,335	0,91	Normal
	0,184		0,365		
<i>Self-Compassion</i>	-0,310	-1,68	0,567	1,55	Normal
	0,184		0,365		

Berdasarkan Tabel 4.10 uji normalitas dengan menggunakan *skewness* dan *kurtosis*, variabel *perceived social support* menunjukkan hasil normal karena berada pada rentang -2 sampai dengan +2, hasil analisis menunjukkan bahwa rasio *skewness* yaitu -1,70 dan rasio *kurtosis* yaitu 0,91. Variabel *self compassion* menunjukkan hasil yang normal juga dengan rasio *skewness* yaitu -1,68 dan rasio *kurtosis* 1,55.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Dengan demikian dapat disimpulkan sebaran data bahwa kedua variabel berdistribusi secara normal.

b. Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan untuk melihat apakah data yang diperoleh memiliki hubungan yang linear atau tidak (Priyatno, 2018). Uji linearitas dilakukan dengan menggunakan *Test for Linearity*. Kaidah dalam uji linearitas yaitu nilai signifikansi harus kurang dari 0,05 ($p \leq 0,05$) maka kedua variabel tersebut dapat dikatakan linear. Berdasarkan hasil uji linearitas melalui SPSS versi 25.0 *for windows*. Berikut rincian hasil uji linieritas pada tabel 4.11.

Tabel 4.11
Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	P	Keterangan
<i>Perceived social support</i> dan <i>self compassion</i>	66,111	0,000	Linier

Berdasarkan tabel 4.11 uji linearitas antara variabel *perceived social support* dan *self-compassion* melalui SPSS versi 25.0 menghasilkan nilai *linearity* sebesar nilai $F = 66,111$ dan $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$) yang artinya antar variabel memiliki hubungan yang linear. Maka dapat disimpulkan bahwa *perceived social support* dan *self-compassion* memiliki hubungan yang linear.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk melihat apakah hipotesis yang diajukan dalam penelitian diterima atau ditolak. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi pearson ini dianalisa melalui SPSS versi 25.0.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pengujian hipotesis untuk melihat signifikansi hubungan *perceived social support* dan *self-compassion*. Menurut Sugiyono (2013) kaidah hipotesis diterima atau ditolak apabila signifikansi dibawah atau sama dengan 0,05 ($p \leq 0,05$) maka hipotesis diterima. Menurut Pallant (2010) untuk menentukan kekuatan koefisien korelasi dapat melihat pada tabel interpretasi koefisien korelasi berikut:

Tabel 4.12
Interpretasi Koefisien Korelasi

Nilai Koefisien Korelasi	Kekuatan Korelasi
0,10-0,29	Korelasi Lemah
0,30-0,49	Korelasi Sedang
0,50-1,00	Korelasi Kuat

Berikut hasil uji hipotesis yang diperoleh melalui SPSS versi 25.0 dapat dilihat pada tabel 4.13:

Tabel 4.13
Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis	Pearson Corellation	Sig
Terdapat hubungan positif antara <i>perceived social support</i> dan <i>self compassion</i>	0,462	0,000

Berdasarkan uji korelasi hasil koefisien kolerasi (r) antara *perceived social support* dan *self-compassion* sebesar 0,462 ($p = 0,000$). Penelitian ini memiliki nilai probabilitas (p) yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 \leq 0,05$) maka dari itu hipotesis diterima. Dengan demikian terdapat hubungan yang positif antara *perceived social support* dan *self-compassion* pada mahasiswa, hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi *perceived social support* yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi juga tingkat *self-compassion* yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut. Dan begitu juga sebaliknya semakin rendah *perceived social support*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah juga *self-compassion* yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut. Artinya saat mahasiswa mempersepsikan dukungan sosial yang baik maka ia akan semakin mencintai dirinya, peduli dan menerima setiap kondisi yang dialami terutama saat mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19.

C. Analisis Tambahan

1. Sumbangan Efektif Per-Aspek *Perceived Social Support* dan *Self-Compassion*

Berdasarkan analisis sumbangan efektif per-aspek *perceived social support* terhadap *self-compassion* melalui program *Statistical Product And Service Solution (SPSS) 25.00 For Windows* dengan rumus hitung sumbangan efektif tiap aspek terhadap variable dan diperoleh nilai sumbangan efektif *perceived social support* terhadap *self-compassion* pada Tabel 4.14 berikut:

Tabel 4.14
Sumbangan Efektif Per-Aspek *Perceived Social Support* pada *Self-Compassion*

Aspek	Bb	Cross Product	Regression	Sumbangan Efektif Total
Keluarga	0,721	4841,720		
Teman	0,548	3997,846	6585,468	21,3%
Significant Other	0,228	3962,880		

$$SE_{xi} = \frac{b_{xi} \times \text{cross product} \times R^2}{\text{regression}}$$

Keterangan :

- b_{xi}** : Koefisien b komponen x
Cross Product (CP) : Koefisien Korelasi x
Regression : Nilai Regression
 R^2 (R Square) : Sumbangan Efektif Total



Sumbangan efektif aspek aspek variabel *perceived social support* pada variabel *self-compassion* adalah sebagai berikut :

$$SE_{aspek1} = \frac{0,721 \times 4841.720 \times 21,3}{6585.468} \times 100\% = \mathbf{11,29\%}$$

$$SE_{aspek2} = \frac{0,548 \times 3997.846 \times 21,3}{6585.468} \times 100\% = \mathbf{7,085\%}$$

$$SE_{aspek3} = \frac{0,228 \times 3962.880 \times 21,3}{6585,468} \times 100\% = \mathbf{2,92\%}$$

Tabel 4.15
Sumbangan Efektif Per-Aspek *Perceived Social Support* pada *Self-Compassion*

No	Aspek-aspek <i>Perceived Social Support</i>	Sumbangan Efektif
1.	Keluarga	11,29 %
2.	Teman	7,085 %
3.	<i>Significant Other</i>	2,92 %
Total		21,295 %

Berdasarkan tabel 4.15 dapat diketahui bahwa aspek *perceived social support* yang memberikan sumbangsih efektif paling besar terhadap variabel *self-compassion* adalah aspek keluarga dengan persentase sebesar 11,29%. Artinya mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih mempersepsikan dukungan sosial yang diterima berasal dari keluarga, yaitu mendapatkan dukungan dan bantuan emosional yang dibutuhkan dari keluarga dalam proses pengerjaan skripsi di masa pandemi COVID-19. Bentuk dukungan sosial yang diterima salah satunya dukungan emosional berdasarkan hasil analisis skala *perceived social support*.

Sedangkan dukungan yang berasal dari *significant other* memberikan sumbangsih efektif paling kecil terhadap variabel *self-compassion* dengan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

persentase 2,92%. Artinya mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19 sedikit menerima dukungan serta kenyamanan dari *significant other*. *Significant other* yang terlihat dalam penelitian yang dilakukan adalah pacar/orang terdekat mahasiswa di luar keluarga dan teman, dan dosen pembimbing yang juga dipersepsikan mahasiswa memberikan dukungan sosial dalam membantu menyelesaikan skripsi.

2. Analisis Perbedaan *Perceived social support* dan *self-compassion* ditinjau berdasarkan jenis kelamin

Untuk melihat perbedaan *Perceived social support* dan *self-compassion* berdasarkan jenis kelamin peneliti menggunakan analisis uji *Independent Sample T test* dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS 25 for windows*, maka diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4.16
Hasil Analisis *Perceived social support* dan *self-compassion* ditinjau berdasarkan jenis kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Perbedaan Rata-rata	Nilai t	Sig	Keterangan
<i>Perceived social support</i>	Laki-laki	66,65	2,291	0,282	Tidak Ada Perbedaan yang signifikan
	Perempuan	61,50	2,456		
<i>Self-Compassion</i>	Laki-laki	89,49	2,723	0,960	Tidak Ada Perbedaan yang signifikan
	Perempuan	83,07	2,764		

Hasil analisis dari tabel menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan berdasarkan dari jenis kelamin dengan kedua variabel dalam penelitian ini. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 yang artinya *Self-compassion* dan *perceived social support* mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin tidak terdapat perbedaan yang signifikan.



D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *perceived social support* dan *self-compassion* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19. Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan nilai signifikan berada pada ($p = 0,000 < 0,05$), hal ini menunjukkan terdapat hubungan antara *perceived social support* dan *self-compassion* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19. Persepsi mahasiswa akan dukungan sosial yang diterimanya akan membantu dalam proses pembentukan *self-compassion*, penerimaan terhadap diri yang positif akan membuat mahasiswa tidak tertekan dalam menyelesaikan skripsi karena ia akan melihat bahwa hal ini merupakan bagian dari perjalanan hidup yang memang dilewati semua orang. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Dinantari (2019) bahwa ada hubungan antara *perceived social support* dan *self-compassion* pada orang tua anak berkebutuhan khusus. Sejalan dengan penelitian Gillath, Shaver & Mikalincer (2005 dalam Allen, dkk, 2010) menjelaskan bahwa *self-compassion* dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial dari orang lain, sehingga membuat seseorang memiliki rasa aman yang tinggi.

Hubungan antara *perceived social support* dan *self-compassion* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada masa pandemi COVID-19 memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,462 sehingga kekuatan korelasi antara variabel tersebut termasuk ke dalam kategori sedang dan juga menunjukkan hubungan yang searah yang artinya semakin tinggi *perceived social support* yang diterima oleh mahasiswa dalam



pengerjaan skripsi maka semakin tinggi *self-compassion* yang dirasakan mahasiswa. Artinya saat mahasiswa mempersepsikan dukungan social secara positif maka ia akan semakin mencintai dirinya, peduli dan menerima setiap kondisi yang dialami terutama saat mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19. Bentuk dukungan sosial sebagaimana hasil analisis skala yakni berupa mahasiswa mempersepsikan menerima dukungan dari orang tua dan teman yang memberikan perasaan nyaman, perasaan dicintai dalam bentuk semangat, dan empati. Di rumah, keluarga menghadirkan suasana nyaman bagi mahasiswa untuk fokus dalam mengerjakan skripsi, dan juga di pergaulan, teman-teman mahasiswa memberikan semangat dengan hadir membantu kesulitan mahasiswa sebagai tempat bertanya apabila ada hal terkait skripsi yang tidak dimengerti oleh mahasiswa.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lalu ia menerapkan *self-compassion* dalam kehidupan sehari-hari akan dapat mampu memahami serta menyayangi dirinya pada saat mengalami kesulitan terkait skripsi serta sabar dan merasa bahwa proses pembuatan skripsi bukan merupakan bencana. Berdasarkan hasil kategorisasi yang dilakukan, ditemukan tingkat *self-compassion* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada masa pandemi COVID-19 berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 41,7% atau sebanyak 73 mahasiswa. Sehingga dengan adanya *self-compassion* tersebut mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19 memiliki kemampuan cukup baik untuk menyayangi, peduli, berbuat kebaikan kepada diri sendiri dan tidak menghakimi diri serta memahami bahwa kesulitan dalam pembuatan skripsi tersebut dialami oleh semua orang. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Prastya, Arifin dan Trisnawati (2020) tentang tingkat *self-compassion* mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi di masa *social distancing* pandemi COVID-19 memiliki *self-compassion* yang sedang. Artinya mahasiswa yang memiliki *self-compassion* sudah mampu berbuat baik terhadap diri sendiri dan cukup baik serta mampu menghadapi pengalaman negatif.

Selanjutnya hasil kategorisasi ditemukan tingkat *perceived social support* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada masa pandemi COVID-19 berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 43,4% atau sebanyak 76 mahasiswa. Artinya mahasiswa di masa pandemi COVID-19 mempersepsikan mendapat dukungan sosial yang tinggi yang bersumber dari keluarga, teman dan orang spesial saat mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19 serta keluarga juga bersedia meluangkan waktu untuk berdiskusi membantu mahasiswa membuat keputusan dalam pengerjaan skripsi. Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Erri Suhartono Putri (2020) dengan judul hubungan antara *Perceived Social Support* dan *Self-Compassion* pada mahasiswa Program Studi Psikologi yang sedang mengerjakan skripsi pada Universitas di Surabaya, yang menunjukkan bahwa *perceived social support* berada pada rentang kategori sangat tinggi.

Kategorisasi pada variabel *perceived social support* diperoleh dari total subjek 175 orang, pada umumnya subjek berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 76 (43,4%). Sedangkan Kategorisasi pada variabel *self-compassion* diperoleh dari total subjek 175 orang, pada umumnya subjek berada pada kategori sedang sebanyak 73 (41,7%). Hal ini terjadi karena faktor yang berpengaruh



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap *self-compassion* bukan hanya dari *perceived social support* namun juga terdapat faktor lainnya yang tidak diteliti. *Self-compassion* yang meliputi rasa sayang terhadap diri sendiri dan menerima semua permasalahan yang datang dengan lebih positif akan muncul dari seorang mahasiswa jika ia merasa puas dan bahagia dengan pencapaian yang telah ia raih selama ini. Kepuasan tersebut akan mengantarkan pribadinya untuk lebih bersyukur dan menyayangi dirinya sendiri. Ini dapat diartikan bahwa walaupun dukungan dari orang tua dan teman-teman didapatkan seorang mahasiswa, namun pada sisi lain mereka tidak puas dan bahagia dengan apa yang telah diperoleh, maka kecintaan terhadap diri sendiri tidak akan muncul.

Inilah yang menjadi alasan hasil penelitian pada kategorisasi variabel *perceived social support* berada pada kategori sangat tinggi, sementara kategorisasi pada variabel *self-compassion* berada pada kategori sedang. Hal ini juga sejalan dengan hasil koefisien korelasi sebesar 0,462 yang menunjukkan kekuatan korelasi antara variabel tersebut termasuk ke dalam kategori sedang. Artinya adalah hasil kekuatan korelasi yang berada pada kategori sedang membuat hubungan antara *perceived social support* dan *self-compassion* tidak begitu kuat, hal ini yang mempengaruhi hasil *perceived social support* berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan *self-compassion* berada pada kategori sedang.

Hasil sumbangsih variabel *perceived social support* dengan *self-compassion* yaitu sebesar 21,3%. Hal tersebut menggambarkan bahwa *perceived social support* memberi pengaruh sebesar 21,3% terhadap *self-compassion* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada masa pandemi COVID-19 sementara



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

78,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diukur dalam penelitian ini seperti resiliensi, kebersyukuran, dan *psychological well being*.

Selanjutnya berdasarkan analisis data yang telah dilakukan oleh peneliti, menunjukkan bahwa dari ketiga aspek *perceived social support*, aspek dukungan keluarga dengan sumbagan efektif paling besar yaitu sebesar 11,29%. Dukungan keluarga ini berbentuk dukungan serta bantuan emosional yang dibutuhkan mahasiswa dalam proses mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19, dukungan lainnya yang diberikan oleh keluarga yaitu keluarga juga senantiasa bersedia meluangkan waktu untuk berdiskusi membantu mahasiswa dalam membuat keputusan, serta keluarga juga terbuka saat mahasiswa membicarakan masalah kepada keluarganya. Untuk mewujudkan hal tersebut, anggota keluarga dapat berperilaku sopan, penuh kasih sayang dan penuh perhatian terhadap mahasiswa, dengan itulah mahasiswa dapat memahami dan menerima rasa sakit mereka tanpa menghakimi dirinya sendiri. Hal ini juga tidak dapat dipungkiri bahwa keluarga merupakan orang terdekat ketika mahasiswa mengerjakan skripsi di rumah dan keluarga merupakan orang pertama yang dicari ketika mahasiswa berada dalam kesulitan dalam pengerjaan skripsi. Dengan adanya pandemi Covid-19 mahasiswa dipaksa untuk tinggal di rumah selama beberapa bulan, sehingga lebih sering menghabiskan banyak waktu dengan anggota keluarga. Gilbert & Procter (2006) yang menunjukkan bahwa dukungan dari keluarga berhubungan signifikan dengan belas kasih diri sendiri, dan juga mahasiswa yang memperoleh *perceived social support* yang berasal dari keluarga akan memiliki rasa *self-compassion* yang lebih besar dibandingkan dengan individu yang tidak mendapatkan rasa aman dan kepedulian dari keluarga (Neff & McGehee, 2010).



Sedangkan untuk *perceived social support* yang berasal dari teman dengan sumbangan efektif yaitu sebesar 7,085%. Sesuai dengan penjelasan pada penelitian Bayar & Tuzgol (2018) yang menunjukkan bahwa *perceived social support* yang berasal dari teman berhubungan dengan *self-compassion*. Hal ini dapat dijelaskan yaitu ketika mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di masa pandemi COVID-19 dan ia jauh dari keluarga dan rumah, teman merupakan orang terdekatnya, dimana teman dapat menjadi individu yang paling berperan penting dalam mahasiswa. Neff (2003) menekankan bahwa ketika hal-hal negatif terjadi dalam kehidupan, orang-orang penting di lingkungan dapat memainkan peran efektif dalam mengatasi hal tersebut.

Selanjutnya *perceived social support* yang berasal dari *significant other* dengan sumbangan efektif paling kecil yaitu sebesar 2,92%. Faktanya, dalam penelitian ini, sebagian besar responden menyatakan bahwa mereka tidak memiliki hubungan romantis. Dengan demikian kurangnya prediktif yang signifikan dari persepsi dukungan orang khusus pada belas kasih diri mungkin telah dipengaruhi oleh fakta bahwa sebagian responden tidak memiliki hubungan dengan orang spesial dalam hidup mereka. *significant other* dianggap memiliki kapasitas yang lebih rendah untuk memvalidasi pengalaman emosional individu selama pandemi karena mereka kemungkinan mengalami permasalahan emosional yang serupa (Aliyah & Kusdiyati, 2021).

Peneliti juga melakukan uji perbedaan antara variabel *self-compassion* dan *perceived social support*. Hasil menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua variabel dalam penelitian ini berdasarkan jenis kelamin. Namun dalam penelitian ini pada subjek laki-laki maupun perempuan



cenderung hanya menunjukkan sedikit perbedaan tingkat kedua variabel yang dimiliki. Sesuai dengan penelitian Lintang (2018) dimana ditemukan derajat *self-compassion* pada laki-laki dan perempuan cenderung tidak menunjukkan perbedaan yang menonjol. Artinya keberagaman respon terhadap kejadian-kejadian negatif saat mengerjakan skripsi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan cenderung tidak menampilkan perbedaan yang kontras.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti dalam proses penelitian ini, terdapat beberapa keterbatasan yang dialami. Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam proses pengambilan data yang dilakukan secara online dikarenakan pandemi COVID-19 yang dinilai kurang efektif. Analisis faktor demografis belum secara menyeluruh dianalisis oleh peneliti sehingga peneliti kurang bisa memberikan pembahasan yang beragam. Selanjutnya pengambilan sampel hanya terbatas kepada mahasiswa psikologi, tentunya akan lebih baik jika meneliti selain dari fakultas psikologi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.