GAMBARAN *SELF-COMPASSION* PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS AISYIYAH BANDUNG

SKRIPSI

Oleh :
NURUL AINI FAJRIATI
NIM : 302020132

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG

2024

GAMBARAN *SELF-COMPASSION* PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG

SKRIPSI

Diajukan untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Bandung

Oleh :
NURUL AINI FAJRIATI
NIM : 302020132

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG
2024

LEMBAR PERSETUJUAN

NURUL AINI FAJRIATI

NIM. 302020132

GAMBARAN *SELF-COMPASSION* PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG

Skripsi ini telah Disetujui untuk Dipertahankan

Pada Ujian Sidang Skripsi

Tanggal 24 Juli 2024

Oleh:

Pembimbing Utama

Popy Siti Aisyah, S.Kep.,Ners.,M.Kep

NPP. 2009250984029

Pembimbing Pendamping

Nur Rohmah, A.M.K.,S.Pd., M.HSc

NPP. 2010100975038

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi
yang berjudul:

GAMBARAN *SELF-COMPASSION* PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG

Disusun Oleh :

NURUL AINI FAJRIATI

NIM. 302020132

Telah Disetujui Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi
Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Bandung dan
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima
Bandung, 24 Juli 2024

Penguji I	**Penguji II**
Nina Gartika, S.Kep, M.Kep	Eli Lusiani, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NPP. 2014290478050	**NPP. 2017160289063**
Pembimbing Utama	**Pembimbing Pendamping**
Popy Siti Aisyah, S.Kep.,Ners.,M.Kep	Nur Rohmah, A.M.K., S.Pd., M.HSc
NPP. 2009190780029	**NPP. 2010100975038**

PERNYATAAN ORIGINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama mahasiswa : Nurul Aini Fajriati

NIM : 302020132

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau peniplakan/pengambilan karangan. Pendapat atau karya orang lain dalam penulisan skripsi yang berjudul :

"GAMBARAN *SELF-COMPASSION* PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG"

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima saksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, Juli 2024

Yang membuat pernyataan

Nurul Aini Fajriati

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama mahasiswa : Nurul Aini Fajriati

NIM : 302020132

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Nonekslusif (*Non-ecxlusive Royalty F*ree) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

"GAMBARAN *SELF-COMPASSION* PADA MAHASISWA SARJANA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG"

Hak bebas Royalti Nonekslusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencamtumkan nama saya sebagai penulis/pencipta. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, Juli 2024

Yang menyatakan,

Nurul Aini Fajriati

Mengetahui,

Tim Pembimbing

Nama

1. Popy Siti Aisyah S.Kep.,Ners.,M.Kep (.....)
2. Nur Rohmah, A.M.K., S.Pd., M.HSc (.....)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

"Apapun yang menjadi takdirmu, akan mencari jalannya menemukanmu"

(Ali bin Abi Thalib)

"Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya"

(Al-Baqarah :286)

Persembahan

Bismillahirrahmanirrahim...

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kerendahan hati dan kesabaran yang luar biasa. Keberhasilan dalam penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai bantuan pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Teristimewa kedua orang tua saya Bapak Asep Suherman, S.Pd dan Ibu Cucu Widiawati dan gelar sarjana saya ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya tercinta yang selalu memberikan dukungan penulis berupa moril maupun materil yang tak terhingga serta doa yang tidak ada putusnya yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sarjana hingga selesai, semoga rahmat Allah SWT selalu mengiringi kehidupanmu yang barokah, senantiasa diberikan kesehatan dan panjang umur.

2. Kakak perempuan saya Dwi Nengsih Suherman dan adik laki-laki Rival Abdussalam yang telah memberikan dukungan kepada penulis dan menjadi pengingat agar penulis menyelesaikan studi tepat waktu.
3. Teman-teman sabotase regency yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
4. Teman seperjuangan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terimakasih sudah menjadi teman yang baik yang selalu memberikan motivasi dan semangat disaat penulis tidak percaya akan diri sendiri sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini secara tepat waktu supaya dapat wisuda bersama-sama. Terimakasih atas kebaikan kalian semoga Allah SWT selalu mempermudah langkah perjuangan kalian.
5. Teman sepembimbingan, tanpa kalian penulis tidak bisa menyelesaikan skripsi ini dengan cepat, terimakasih atas motivasi dan dukungannya.
6. Teman – teman Angkatan 2020 Program Studi Sarjana Keperawatan khususnya kelas B, yang telah memberikan kesan dan pengalaman kepada penulis.
7. Semua pihak yang tidak tercantum namanya yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, saya ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas penyelesaian skripsi ini.
8. Jodoh penulis kelak kamu adalah salah satu alasan penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, meskipun saat ini penulis belum mengetahui keberadaanmu. Karena penulis yakin bahwa sesuatu yang ditakdirkan menjadi milik kita akan menuju pada kita bagaimanapun caranya.

9. Kepada diri saya sendiri, yang telah bertahan hingga saat ini disaat penulis tidak percaya pada diri sendiri. Namun penulis tetap mengingat bahwa setiap langkah kecil yang telah diambil adalah bagian dari perjalanan meskipun terasa sulit atau lambat. Terimakasih sudah mampu bertahan dan mampu menyelesaikan studi ini dengan tepat waktu, semoga untuk langkah selanjutnya bisa menyelesaikan dan mampu bertahan sampai dititik yang di nantikan. Apapun pilihan yang telah dipegang sekarang terimakasih sudah berjuang sejauh ini. Terimakasih tetap memilih berusaha berusaha sampai titik ini tetap menajdi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba, titik ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu apapun kekurangan dan kelebihanmu mari tetap berjuang untuk kedepan.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Assalamualaikum wr.wb

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Hanya Engkaulah yang kami sembah dan hanya kepada Engkaulah kami meminta pertolongan. Tunjukkanlah kami jalan yang lurus yakni jalan orang-orang yang telah Engkau beri nikmat, bukan jalan mereka yang dimurkai dan bukan pula jalan mereka yang sesat.

Alhamdulillah atas ridho Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Gambaran *Self-Compassion* Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Tingkat Akhir Universitas 'Aisyiyah Bandung" dengan usaha yang maksimal. Skripsi ini disusun untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada pihak-pihak berikut yang telah membantu dan memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

1. Tia Setiawati., S.Kep, Sp.Kep.An selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Bandung.
2. Popy Siti Aisyah, S.Kep, Ners., M. Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Bandung dan selaku dosen pembimbing I

yang telah memberikan waktu, bimbingan, arahan serta motivasi dengan penuh kesabran dan keikhlasan dalam penyusunan proposal ini.

3. Nina Gartika, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
4. Nur Rohmah, A.M.K., S.Pd., M. HSc, selaku pembimbing II yang senantiasa memberikan waktu, motivasi, arahan dan bimbingan dengan penuh kesabaran serta keikhlasan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Salami, S.Kp., M.Kep selaku pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan.
6. Ketua LPPM Universitas ‘Aisyiyah Bandung yang telah memberikan izin penelitian dalam membantu penulisan penelitian ini.
7. Seluruh Dosen dan Tenaga Kependidikan Universitas ‘Aisyiyah Bandung yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran dari berbagai pihak sangat penulis harapkan. Semoga proposal penelitian ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan baik bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umunya. Aamiin Ya Robbal Alamin.

Bandung, Maret 2024

Nurul Aini Fajri

ABSTRAK

Mahasiswa keperawatan tingkat akhir sering mengalami berbagai tekanan dan stress dalam proses pengerjaan skripsi. *Self-compassion* dapat mengurangi stress yang dialami mahasiswa tingkat akhir yang sedang menysusun skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran tingkat *self-compassion* mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Sampel pada penelitian ini terdiri dari 95 mahasiswa sarjana keperawatan fakultas ilmu kesehatan tingkat akhir. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner skala welas diri (SWD) yang merupakan adaptasi dari *self-compassion scale* (SCS). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah univariat. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa sarjana keperawatan fakultas ilmu kesehatan tingkat akhir menunjukan hampir seluruhnya memiliki s*elf-compassion* tinggi (84.2%). Sebagian besar berjenis kelamin perempuan (85.3%) dengan usia rata-rata 20-22 tahun (85.3%) serta memiliki pola komunikasi cukup dengan orangtua (51.6%). Berdasarkan hasil tersebut disimpulkan bahwa mahasiswa tingkat akhir menunjukan s*elf-compassion* yang tinggi. Penelitian menyarankan untuk diadakannya workshop dan pelatihan secara berkala untuk memperdalam pemahaman *self-compassion* dan menerapkannya dalam berbagai situasi.

Kata kunci: Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir, *Self-compassion*, Skripsi, Stress

ABSTRACT

Final year nursing students often experience various pressures and stress in the thesis process. Self-compassion can reduce the stress experienced by final year students who are preparing a thesis. This study aims to provide an overview of the level of self-compassion of final year nursing undergraduate students. This research method uses descriptive quantitative method. The sample in this study consisted of 95 final year undergraduate nursing students of the Faculty of Health Sciences. The research instrument used a self-compassion scale (SWD) questionnaire which is an adaptation of the self-compassion scale (SCS). Data analysis used in this study was univariate. The results showed that the final year undergraduate nursing students of the Faculty of Health Sciences showed that almost all of them had high self-compassion (84.2%). Most are female (85.3%) with an average age of 20-22 years (85.3%) and have sufficient communication patterns with parents (51.6%). Based on these results, it is concluded that final year students show high self-compassion. The study suggests holding workshops and training periodically to deepen the understanding of self-compassion and apply it in various situations.

Keywords: Final Year Nursing Students, Self-compassion, Thesis, Stress

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ..... **i**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **ii**
PERNYATAAN ORIGINALITAS ..... **iii**
KESEDIAAN PUBLIKASI ILMIAH ..... **iv**
MOTTO DAN PERSEMBAHAN ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
ABSTRAK ..... **x**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR BAGAN ..... **xv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Perumusan Maisailaih 7
C. Tujuan Penelitian 7
D. Mainfaiait Penelitian 7
E. Sistematika penulisan 9
BAB II TINJAUAN PUSTAIKAI **11**
A. Laindaisain Teori 11
1. *Self Compassion* 11
a. Definisi *Self Compassion* 11
c. Ciri – Ciri Individu yang memiliki *self – compassion* 14
d. Factor – factor yang mempengaruhi *Self Compassion* 15
f. Daimpaik *Self Compassion* 17
g. Mainfaiait *Self Compassion* 19
2. Maihaisiswai 21
a. Definisi Maihaisiswai 21
B. Hasil penelitian yang relevan 25
C. Kerangka Pemikiran 29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN **31**
A. Metode penelitian 31
B. Variabel penelitian 31
C. Definisi konseptual 31

D. Definisi Oprasional 32
E. Populasi dain sampel 33
F. Instrumen penelitian 33
G. Prosedur Penelitian 35
H. Uji Validitas dan Reabilitas 36
I. Teknik Analisis Data 37
J. Pengumpulan Data 38
K. Tempat Penelitian dan Waktu Penelitian 39
L. Etika Penelitian 39
MANUSCRIPT 41
DAFTAR PUSTAKA 54
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Hasil penelitian relevan 25

Tabel 3.1 Definisi Operasional 32

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Skala Welas
Diri……
…….33

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Pemikiran.....30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 2 Lembar Informasi Penelitian

Lampiran 3 Kuesioner *Self-Compassion*

Lampiran 4 Lembar Izin Studi Pendahuluan

Lampiran 5 Surat Pemberian Izin Studi Pendahuluan

Lampiran 6 Lembar Kegiatan Bimbingan

Lampiran 8 Formulir Bebas Administrasi

Lampiran 9 Persetujuan Seminar Proposal

Lampiran 10 Persetujuan Menggunakan Kuesioner

Lampiran 11 Lembar Pemberian Izin Penelitian

Lampiran 12 Surat Persetujuan Etik

Lampiran 13 Surat Permohonan Persetujuan Etik

Lampiran 14 Lembar Persetujuan Sidang Akhir

Lampiran 15 Hasil Uji Statistik

Lampiran 16 Hasil Turnitin

Lampiran 17 Lembar Persetujuan Pengumpulan Skripsi

Lampiran 18 Curriculum Vitae

DAFTAR PUSTAKA

Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, *3*(01), 31–39. https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955

Adinda, P. T., Aryanto, C. B., & Tunjungsari, L. H. (2020). Gambaran self-compassion perawat instalasi gawat darurat di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, *7*(1), 38–56. https://doi.org/10.24854/jpu99

Aditya, R., Sahidin, L., & Marhan, C. (2022). Self-Compassion dan Psychological Well-Being Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Sublimapsi*, *3*(1), 1–11.

Almisari, Ikhwanisifa, K. (2023). *adalah puncak dari kesejahteraan sehingga sempurnanya kesehatan mental dan dapat berfungsi secara positif. Aspek*. *2*(3).

Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Jurnal Pilar*, *14*(1), 15–31.

Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (2019). Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *7*(2), 127. https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134

Dewi, N. U., Danyalin, A. M., Wahyu, A. M., & Chusniyah, T. (2021). Self compassion sebagai prediktor optimisme pada mahasiswa Universitas Negeri Malang yang orang tuanya bercerai. *Prosiding Seminar Nasional "Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental Dalam Penyelesaian Pandemi Covid 19: Tinjauan Multidisipliner," April*, 14–25.

Dwi Andiany, H., & Yunika Khairun, D. (2024). Self Compassion Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Fkip Untirta. *Jurnal Fokus Konseling*,

10(1), 7–16. http://ejournal.umpri.ac.id/index.php/fokus

Elfaza, D. F., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Self-Compassion Dengan Kesepian Pada Remaja Di Boarding School. *Attadib: Journal of Elementary Education*, *4*(2), 88. https://doi.org/10.32507/attadib.v4i2.829

Faridah, I., Afiyanti, Y., Fatonah, S., & Tangerang, S. Y. (2022). PENGARUH APPLICATION MOBILE MINDFULNESS (MM) TERHADAP TINGKAT STRESS PADA MAHASISWA DI TANGERANG RAYA The Effect of Application Mobile Mindfulness (MM) on Stress Level on Students in Tangerang Raya. *Nusantara Hasana Journal*, *1*(8), Page.

Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, *1*(2), 85–114. https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937

G. Adelia, B. Azhar, E. Malfasari, M.Z. Irfan, C. Saputra, R. F. (2023). Stres Mahasiswa Keperawatan Tingkat 2 dalam Menghadapi Objective Structured Clinical Examination (OSCE). *S. Ramlah*, *13*(1), 261–266.

Hardiyan, R., Sukmono, Y., & Tambunan, W. (2021). Hubungan Pengetahuan, Pelatihan, Penggunaan APD dan Fasilitas Kesehatan dan Keselamatan Kerja Terhadap Kecelakaan Kerja pada Proses Pengelasan di PT. Barokah Galangan Perkasa. *Journal of Industrial and Manufacture Engineering*, *5*(1), 55–64. https://doi.org/10.31289/jime.v5i1.4304

Hartono, M. M., Aritonang, M. K., Ariska, M., Paula, V., & Barus, N. S. (2021). Gambaran Self-Compassion Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Satu [Description of Self-Compassion in First Year Nursing Students]. *Nursing Current Jurnal Keperawatan*, *8*(2), 217. https://doi.org/10.19166/nc.v8i2.3106

Haryani, W., & Setiyobroto, I. S. I. (2022). Modul Etika Penelitian. In *Modul Etika*

Penelitian,Jakarta selatan.

Huriyah, F. S., Prathama, A. G., & Wardhani, N. (2022). Self-Compassion dan Stres pada Mahasiswa Magister Psikologi Profesi Klinis. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, *14*(1), 29–41. https://doi.org/10.15294/intuisi.v14i1.39501

Istighfari, N. U., Fitriyana, N., & Santoso, S. (2023). Dinamika Self-Compassion Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Aktivis Organisasi Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah Universitas Muhammadiyah Riau. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, *3*(1s), 280–291. https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12369

Karinda, F. B. (2020). Belas kasih diri (self compassion) pada mahasiswa. *Cognicia*, *8*(2), 234–252. https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i2.11288

Kawitri, A. Z., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2020). Peran Self-Compassion terhadap Dimensi-dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan. *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, *7*(1), 01–18. https://doi.org/10.15575/psy.v7i1.4406

Kesumaputri, A., Hamidah, H., & Shalehuddin, M. (2021). Peran Self-Compassion terhadap Kualitas Hidup Profesional: Studi pada Perawat Jiwa. *Jurnal Psikologi*, *17*(2), 169. https://doi.org/10.24014/jp.v17i2.13625

Kotera, Y., Green, P., & Sheffield, D. (2022). Positive Psychology for Mental Wellbeing of UK Therapeutic Students: Relationships with Engagement, Motivation, Resilience and Self-Compassion. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *20*(3), 1611–1626. https://doi.org/10.1007/s11469-020-00466-y

Lutfianawati, D. (2024). *Flourishing Mahasiswa Ditinjau dari Self Compassion*. *6*, 166–177.

Nayoan, V. L., David, L. E. V., & Sinolungan, J. S. V. (2023). Gambaran Self

Compassion pada Mahasiswa Semester 7 Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sam Ratulangi. *Medical Scope Journal*, *5*(1), 99–104. https://doi.org/10.35790/msj.v5i1.45281

Nurhazlina Mohd. Ariffin, M. J. S. R. K. (2021). Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai. *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak*, *7*(2), 114. https://doi.org/10.22373/bunayya.v7i2.10430

Nurjanah. (2021). Analisis Kepuasan Konsumen dalam Meningkatkan Pelayanan Pada Usaha Laundry Bunda Nurjanah. *Jurnal Mahasiswa*, *1*, 117–128.

Payumi, & Imanuddin, B. (2021). Hubungan Penerapan Sistem Informasi Terhadap Keberhasilan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Wilayah Kerja Puskesmas Sepatan Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, *2*(1), 102–111. https://doi.org/10.46799/jhs.v2i1.79

Prastya, D. A. P., Arifin, M., & Trisnawati, K. A. (2020). Tingkat Self Compassion Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi Pada Masa Social Distancing Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, *9*(1), 90–103.

Pratama, D. R. P., & Laksmiwati, H. (2022). Perbedaan Self-Compassion Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *9*(7), 73–83.

Sahir Syafrida. (2022). *Buku ini di tulis oleh Dosen Universitas Medan Area Hak Cipta di Lindungi oleh Undang-Undang Telah di Deposit ke Repository UMA pada tanggal 27 Januari 2022*.

Sari, I. T. P., & Sylvia, E. (2020). Analisis Karakteristik Mahasiswa dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Entrepreneur Kabupaten Garut. *Business Innovation and Entrepreneurship Journal*, *2*(1), 28–40. https://doi.org/10.35899/biej.v2i1.60

Satwika, P. A., Setyowati, R., & Anggawati, F. (2021). Dukungan Emosional Keluarga dan Teman Sebaya terhadap Self-Compassion pada Mahasiswa saat Pandemi COVID-19 The Role of Family and Peer Emotional Support on Self-Compassion among Students during the COVID-19 Pandemic. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, *11*(3), 304–314.

Setiani, I. B. (2021). Self-Compassion Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Bimbingan dan Konseling pada Masa Pandemi Covid-19. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, *4*(1), 1. https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8751

Siyamti, D. (2023). Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat Persepsi Stres Mahasiswa DIII Keperawatan Menghadapi Praktik Klinik Kegawatdaruratan. *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, *1*(2), 73–77.

Soemadi, R. A. (2023). Pengaruh Pemasaran Digital dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Fried Chicken Home Delivery. *Jurnal Ekonomi Dan Manajemen*, *20*(2), 189–197.

Sosiady, M., & Ermansyah, E. (2020). Analisis Dampak Stres Akademik Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir (Skripsi) (Studi Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Uin Sultan Syarif Kasim Riau Dan Univeristas Internasional Batam Kepulauan Riau). *Jurnal EL-RIYASAH*, *11*(1), 14. https://doi.org/10.24014/jel.v11i1.8961

Sugianto, D., Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Reliabilitas dan validitas Self-Compassion Scale versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, *7*(2), 177–191. https://doi.org/10.24854/jpu107

Sugiyono. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.

Sulhanuddin, Arjanggi, R., & Syafitri, D. U. (2020). Hubungan antara self compassion dengan penyesuaian diri pada anak binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak

Kutoarjo Dan Yogyakarta. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, *15*(2), 182–191.

Wahyuni, E., & Arsita, T. (2019). Gambaran self-compassion siswa di SMA negeri se-jakarta pusat. *Insight: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *8*(2), 125–135. http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/insight/article/view/12370

Waruwu, M. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method). *Jurnal Pendidikan Tambusai* , *7*(1), 2896–2910.

Wiffida, D., Made, I., Dwijayanto, R., Ketut, I., & Priastana, A. (2022). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Self-Compassion: Studi Literatur. *Indonesian Journal of Health Research*, *5*(1), 19–23.

Yuda, M. P., Mawarti, I., & Mutmainnah, M. (2023). Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Pinang Masak Nursing Journal*, *2*(1), 38–42.