

**HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DAN EFIKASI DIRI PADA
MAHASISWA YANG MENGALAMI KETERLAMBATAN DALAM
MENYELESAIKAN MASA STUDINYA**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Titis Alkorni

18090000099

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2022**

**HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DAN EFIKASI DIRI PADA
MAHASISWA YANG MENGALAMI KETERLAMBATAN DALAM
MENYELESAIKAN MASA STUDINYA**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Titis Alkorni

18090000099

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2022**

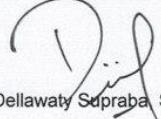
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Titis Alkorni
NIM : 18090000099
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan *Self Compassion* dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengalami Keterlambatan Dalam Menyelesaikan Studinya

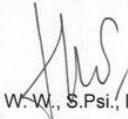
Malang, 24 Agustus 2022

DISETUJUI DAN DITERIMA:

Ketua Program Studi Psikologi


Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing


Dr. Nawang W. W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang


Dr. Nawang Warsi Yulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DAN EFIKASI DIRI PADA MAHASISWA
YANG MENGALAMI KETERLAMBATAN DALAM MENYELESAIKAN
STUDINYA**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Titis Alkorni
18090000099

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 24 Agustus 2022

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji

Dr. Nawang W. W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekretaris Penguji

Aryudho Widyatno., S.Psi., M.A

Anggota Penguji

Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi

Malang, 24 Agustus 2022
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Titis Alkorni
Nomor Pokok : 18090000099
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Pendidikan
Judul Skripsi : Hubungan *Self Compassion* dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengalami Keterlambatan Dalam Menyelesaikan Masa Studinya
Lokasi Tempat Penelitian : Malang, Jawa Timur
Alamat Rumah Asal : Tanjung Pasir, No. 13 Tarakan, Kalimantan Utara
No. Telp/Email : 082337428188/titisalkorni1512@gmail.com

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh ataupun bagian-bagiannya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 25 Agustus 2022



Titis Alkorni
18090000099

MOTTO

"Barang siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan
mudahkan baginya jalan menuju surga"

- HR.Muslim

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan Skripsi ini untuk:

“Kedua Orang tua, keluarga, dan rekan-rekan yang saya sayangi”

Semoga bermanfaat

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan YME, karena dengan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul “*Hubungan Self Compassion dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengalami Keterlambatan Dalam Menyelesaikan Masa Studinya*” ini dengan baik. Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Mata Kuliah Skripsi dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Akhir Program Studi Jurusan S1 Psikologi di Universitas Merdeka Malang.

Penulis mengucapkan terimakasih atas terselesainya skripsi ini kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, SE., M.Si selaku Rektor Universitas Merdeka Malang.
2. Ibu Dr. Nawang W.W., S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., Msi selaku Ketua Program Studi Psikologi.
4. Ibu Dr. Nawang W.W., S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Utama. Terima kasih banyak atas bimbingan yang diberikan selama ini, motivasi, dorongan, semangat, kemudahan jalan yang akhirnya membuat penulis terus semangat walaupun berbagai rintangan kondisi di lapangan tetapi karena Ibu membuat penulis berpikir optimis untuk terus maju. Terima kasih atas bantuan ibu dan kesabaran yang telah diberikan kepada penulis selama proses bimbingan skripsi ini.
5. Bapak Aryudho Widyatno S. Psi., M. Si, selaku dosen pembimbing kedua. Terima kasih bapak telah memberikan petunjuk dan arahan saat penulis bimbingan di setiap minggu maupun di hari libur. Terima kasih atas kemudahan jalan yang bapak berikan dengan menjelaskan secara *detail*

kekurangan penulis dan yang telah sabar, serta tidak sekalipun untuk mempersulit mahasiswa. Terima kasih atas ilmu yang bapak berikan kepada penulis.

6. Bapak Taufiqurrahman, S. Psi., MA selaku dosen wali. Terima kasih bapak telah memberikan penulis pengalaman baru yang sangat berharga, memberikan ilmu, mengajar dengan penuh kesabaran, memberikan arahan mengenai masa depan, konsultasi, bimbingan selama penulis menjadi anak didik bapak di fakultas.
7. Ibu Agustin Rahmawati, S.Psi, M.si, Psikolog, selaku pengajar. Terima kasih karena ibu telah memberikan pengetahuan dan saran mengenai mata kuliah metodologi penelitian dasar di semester 5.
8. Bapak dan ibu dosen yang telah memberikan ilmu pengetahuan di Unmer Malang. Terima kasih untuk Ibu Ritna, Ibu Deasy, Ibu Dela, Ibu Al Thuba, Ibu Khotim, Pak Wahyu, Ibu Estalitha, Pak Yoga, Pak Taufiq, Ibu Nawang, Ibu Azizah, dan bapak/ibu dosen yang belum penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih atas ilmu yang telah diberikan kepada penulis selama menduduki bangku perkuliahan. Semoga ilmu yang diberikan dapat terus bermanfaat bagi orang-orang disekitar, semoga Allah membalas kebaikan bapak/ibu atas apa yang diberikan selama ini mengenai ilmu yang amanah.
9. Seluruh keluarga penulis yang sabar dalam mendidik. Terima kasih atas kasih sayang yang tak terhingga, ketulusan hati yang diberikan, tidak pernah lelah membiayai anaknya, segala apapun yang dilakukan yang terbaik untuk anaknya. Terima kasih karena kalian yang terus kerja keras untuk anak-anaknya banting tulang serta bertaruh nyawa. Semoga penulis

bisa meneruskan perjuangan mama papa. Terima kasih atas didikan yang diberikan selama ini walaupun bukan dengan kelembutan tetapi kemandirian yang menghantarkan penulis terus maju apapun kondisi di lapangan dalam mengerjakan skripsi, dan apapun itu.

10. Teman-teman kelas seperjuangan skripsi Selvi, Jihan, Millisani, Fira, Nanda, Devi, Fenty, Rere dan teman-teman yang sekiranya belum penulis sebutkan. Terima kasih telah menjadikan semangat maupun motivasi bagi penulis untuk terus maju dalam pengerjaan skripsi. Apalagi Selvi, Jihan, Milli selaku sahabat penulis yang terkena imbasnya kalau lagi panik tetapi terus memberikan dorongan agar tidak mudah menyerah.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pihak yang membutuhkannya suatu saat nanti.

Malang, 12 Agustus 2022



Titis Alkorni

18090000099

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul *“Hubungan Self Compassion Dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengalami Keterlambatan Dalam Menyelesaikan Studinya”* dengan baik.

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui Hubungan *Self Compassion* Dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengalami Keterlambatan Dalam Menyelesaikan Studinya guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 Program Studi Psikologi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih ada kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasanya. Oleh karena itu, penulis menerima saran dan kritik dari pembaca agar dapat memperbaiki skripsi ini. Akhir kata, penulis berdoa agar Tuhan Yang Maha Esa membalas kebaikan seluruh pihak yang memberikan doa, semangat, dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Apabila masih banyak kesalahan dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan maaf yang sebesar-besarnya.

Malang, 12 Agustus 2022



Titis Alkorni

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
INTISARI	xvii
ABSTRACT	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	6
D. Manfaat	6
E. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Efikasi Diri	9
1. Pengertian Efikasi Diri	9
2. Faktor-Faktor Efikasi Diri	10
3. Aspek-Aspek Efikasi Diri	11
4. Sumber Efikasi Diri	13
5. Proses Pembentukan Efikasi Diri	16
B. <i>Self Compassion</i>	19
1. Definisi <i>Self Compassion</i>	19
2. Aspek-Aspek <i>Self Compassion</i>	19
3. Faktor-Faktor <i>Self Compassion</i>	21
C. Korelasi Efikasi Diri dan <i>Self Compassion</i>	24
D. Kerangka Pemikiran Penelitian	26

E. Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Identifikasi dan Operasional Variabel	27
B. Subjek Penelitian	27
C. Cara Pengumpulan Data	30
D. Desain Penelitian	34
E. Cara Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
A. Deskripsi Subjek	37
B. Deskripsi Validitas dan Reliabilitas Data	37
C. Hasil	48
D. Pembahasan	50
BAB V PENUTUP	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran	54

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Alternatif Jawaban	31
Tabel 2. Blueprint Skala Efikasi Diri	31
Tabel 3. Blueprint Skala Self Compassion	32
Tabel 4. Interpretasi Korelasi Rank Spearman	36
Tabel 5. Data Sebaran Responden Berdasarkan Semester	37
Tabel 6. Deskripsi Data Subjek	38
Tabel 7. Rumus Skor Standar	38
Tabel 8. Kategorisasi Data Efikasi Diri	39
Tabel 9. Kategorisasi Data Self Compassion	39
Tabel 10. Hasil Uji Aiken V Pada Skala Efikasi Diri	40
Tabel 11. Hasil Uji Aiken V Pada Skala Self Compassion	41
Tabel 12. Hasil Daya Diskriminasi Item Skala Efikasi Diri Sebelum Uji Coba	43
Tabel 13. Hasil Daya Diskriminasi Item Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba	43
Tabel 14. Hasil Daya Diskriminasi Item Skala Self Compaassion Sebelum Uji Coba	43
Tabel 15. Hasil Daya Diskriminasi Item Skala Self Compassion Setelah Uji Coba	45
Tabel 16. Blueprint Skala Efikasi Diri Setelah Uji Coba	46
Tabel 17. Blueprint Skala Self Compassion Setelah Uji Coba	47
Tabel 18. Hasil Uji Reliabilitas	48
Tabel 19. Hasil Uji Normalitas	49
Tabel 20. Hasil Uji Linearitas	49
Tabel 21. Hasil Uji Korelasi	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran Penelitian	26
Gambar 2. Desain Penelitian	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Try Out & Penelitian Variabel X dan Y	59
Lampiran 2 Validitas Skala <i>Self Compassion</i> dan Efikasi Diri	72
Lampiran 3 Reliabilitas Skala <i>Self Compassion</i> dan Efikasi Diri	76
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas, Uji Linearitas, dan Uji Hipotesis	83
Lampiran 5 Tabulasi Variabel <i>Self Compassion</i> dan Efikasi Diri	86
Lampiran 6 Kartu Keikutsertaan Seminar Proposal Skripsi	91
Lampiran 7 Surat Permohonan Proposal Skripsi	95
Lampiran 8 Surat Permohonan Ujian Komprehensif	97
Lampiran 9 Surat Permohonan Sidang Skripsi	99
Lampiran 10 Kartu Kendali Bimbingan Naskah Publikasi	101
Lampiran 11 Surat Pernyataan Penilai Ahli dan Keterangan Validasi Instrumen Penelitian	107
LAMPIRAN HASIL CEK PLAGIASI	114

HUBUNGAN *SELF COMPASSION* DAN EFIKASI DIRI PADA MAHASISWA YANG MENGALAMI KETERLAMBATAN DALAM MENYELESAIKAN MASA STUDINYA

Titis Alkorni

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

titisalkorni1512@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self compassion* dan efikasi diri pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan korelasional. Alat ukur yang digunakan adalah skala *Self Compassion* yang berjumlah 29 item sedangkan, skala efikasi diri yang berjumlah 35 item. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa yang berada di minimal semester 11 di Kota Malang yang berjumlah 104 orang mahasiswa. Hasil uji ini menggunakan uji statistika korelasi *rank spearman*, dengan nilai korelasi 0,004 dan nilai signifikan 0,378 yang artinya terdapat hubungan yang rendah antara *self compassion*, dan efikasi diri, karena nilai signifikansi lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$. Simpulan dari penelitian ini adalah Hubungan *self compassion* dengan efikasi diri bersifat positif, yang berarti kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang searah. Semakin tinggi tingkat *self compassion*, maka semakin tinggi pula tingkat efikasi diri pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya dan begitupun sebaliknya.

Kata Kunci : *Self Compassion*, Efikasi Diri, Mahasiswa Yang Terlambat Dalam Menyelesaikan Masa Studinya

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-COMPASSION AND SELF-EFFICIENCY IN STUDENTS WHO HAVE DELAYED IN COMPLETING THEIR STUDIES

Titis Alkorni

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

titisalkorni1512@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-compassion and self-efficacy in students who experience delays in completing their studies. This study uses a quantitative method with a correlational design. The measuring instrument used is the Self Compassion scale, which consists of 29 items, while the self-efficacy scale consists of 35 items. The subjects of this study were students who were in at least semester 11 in Malang City, totaling 104 students. The results of this test use the Spearman rank correlation statistical test, with a correlation value of 0.004 and a significant value of 0.378, which means that there is a low relationship between self-compassion and self-efficacy because the significance value is smaller than the value of $\alpha = 0.05$. This study concludes that the relationship between self-compassion and self-efficacy is positive, which means that the two variables have a harmonious relationship. The higher the level of self-compassion, the higher the level of self-efficacy for students who experience delays in completing their studies and vice versa.

Keyword : Self Compassion, Self Efficacy, Students Who Are Late In Completing Their Study Period