

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-COMPASSION* DENGAN KESEPIAN PADA
MAHASISWA TAHUN PERTAMA YANG MENJALANI PEMBELAJARAN DARING
DI MASA PANDEMI COVID-19**

Salsabila Runi Putri

15000118120024

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

salsabilaruniputri@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *self-compassion* dengan kesepian. Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa tahun pertama yang sedang menjalani pembelajaran daring berjumlah 165 subjek. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah *Self-compassion Scale* (SCS) dan *University California of Los Angeles* (UCLA) *Loneliness scale version 3*. Analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana menggunakan JASP untuk menguji hubungan *self-compassion* terhadap kesepian. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan negatif antara *self-compassion* terhadap kesepian ($r_{xy} = - 0,522$, $p < ,001$). *Self-compassion* pada mahasiswa selama pembelajaran daring dapat menurunkan kesepian sebesar 31,3%. Dianalisis juga berdasarkan jenis kelamin yang menyatakan bahwa keduanya tidak mempengaruhi tingkatan *self-compassion* dan kesepian.

Kata kunci : *self-compassion*, kesepian, pembelajaran daring, mahasiswa tahun pertama