

Hubungan Self-Compassion dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama selama Perkuliahan secara Daring di Masa Pandemi. = The Relationship between Self-Compassion and College Adjustment of First-Year College Students During Distance Learning in the Midst of Pandemic.

Yudhistira Ghifari Adlani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20526997&lokasi=lokal>

Abstrak

Pandemi COVID-19 berdampak secara internal dan eksternal terhadap bagaimana mahasiswa menjalankan perkuliahan di perguruan tinggi. Hal ini membuat tuntutan yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama menjadi bertambah. Self-compassion sebagai strategi koping yang sehat dapat membantu mahasiswa tahun pertama dalam mengatasi tuntutan selama perkuliahan secara daring. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara self-compassion dengan penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama selama perkuliahan secara daring di masa pandemi dan juga melihat perbandingan variabel self-compassion dan penyesuaian diri mahasiswa pada data demografis. Partisipan penelitian adalah mahasiswa angkatan 2021 program sarjana yang berkuliah secara daring (N = 351). Metode penelitian menggunakan desain non-eksperimental dan data diolah dengan analisis korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) self-compassion berkorelasi secara positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa, 2) setiap komponen self-compassion berkorelasi secara positif dan signifikan terhadap penyesuaian diri mahasiswa dan 3) self-compassion menunjukkan perbedaan yang signifikan pada variabel demografis (umur dan jenis universitas). Implikasi dari penelitian ini adalah self-compassion dapat digunakan sebagai strategi koping dalam mengatasi tuntutan transisi mahasiswa tahun pertama pada masa perkuliahan secara daring di masa pandemi, dan perguruan tinggi perlu membekali mahasiswanya dengan strategi tersebut.

.....

The COVID-19 pandemic has had an impact both internally and externally on how students carry out lectures at universities. This makes the things experienced by first-year college students increase. Self-compassion as a healthy coping strategy can help first-year college students in overcoming problems during lectures. This study aims to see the relationship between self-compassion and adjustment of first-year college students during lectures during the pandemic and also to compare the variables of self-compassion and college student adjustment to demographic data. Research participants are college students of the 2021 undergraduate program who study online (N = 351). The research method uses a non-experimental design and the data is processed by correlational analysis. The results showed that: 1) self-compassion was positively and significantly correlated with college student adjustment, 2) each component of self-compassion was positively and significantly correlated with college student adjustment and 3) self-compassion showed significant differences in demographic variables (age and type of university). The implication of this research is that self-compassion can be used as a coping strategy in dealing with the transition of first-year college students during online lectures during a pandemic, and universities need to equip their students with this strategy.