

ABSTRAK

Aktualisasi diri terjadi sepanjang hidup seseorang, tak terkecuali mahasiswa. Selama berstatus sebagai pelajar maka mahasiswa tetap berada dalam proses aktualisasi diri. Dalam pencapaian aktualisasi diri yang tinggi bukanlah hal yang mudah bagi mahasiswa sehingga diperlukannya sebuah penerimaan diri positif yang dapat mempengaruhi aktualisasi diri. Bentuk dari penerimaan diri positif adalah berbelas kasih kepada disendiri atau disebut *self-compassion*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan aktualisasi diri pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif *self-compassion* dengan aktualisasi diri pada mahasiswa. Jumlah subjek penelitian ini sebanyak 275 mahasiswa, yang terdiri dari 101 laki-laki (37%) dan 174 perempuan (63%). Pengambilan data penelitian ini menggunakan skala *self-compassion* dan skala aktualisasi diri. Teknik analisa data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,442 dengan taraf signifikan $p < 0.01$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-compassion* dengan aktualisasi diri. Dari hasil perhitungan nilai determinasi (R^2) diketahui kontribusi *self-compassion* terhadap aktualisasi diri yakni sebesar 19.5%. Sedangkan 80.5% yang mempengaruhi aktualisasi diri pada mahasiswa dipengaruhi oleh faktor lainnya. Dalam analisis tambahan diperoleh aspek *common humanity* yang memiliki kontribusi paling besar terhadap aktualisasi diri

Kata kunci: *self-compassion*, aktualisasi diri, dan mahasiswa

ABSTRACT

Self-actualization occurs throughout a person's life, including students. As long as they are students, they are still in the process of self-actualization. In achieving high self-actualization is not an easy thing for students so that a positive self-acceptance is needed that can affect self-actualization. The form of positive self-acceptance is self-compassion or self-compassion. This study aims to determine the relationship between self-compassion with self-actualization in the Collage Student. The hypothesis proposed is that there is a positive relationship between self-compassion and self-actualization in the Collage Student. The number of subjects in this study were 275 Collage Student, consisting of 101 men (37%) and 174 women (63%). The data collection in this study used a self-compassion scale and a self-actualization scale. The data analysis technique used is product moment correlation. Based on the results of data analysis obtained correlation coefficient (r_{xy}) = 0,442 with significance level $p < 0,01$. The results showed that there was a positive relationship between self-compassion and self-actualization. From the calculation of the value of determination, it is known that the contribution of self-compassion to self-actualization is 19.5%. Meanwhile, 80.5% affecting self-actualization in the Collage Student is influenced by other factors. In additional analysis, the common humanity aspect that has the greatest contribution to self-actualization is obtained

Keywords: *self-compassion, self-actualization, and student collage*

