

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self compassion* dengan optimisme pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *self compassion* dengan optimisme pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Yogyakarta. Subjek penelitian adalah 117 mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Yogyakarta. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala optimisme dan skala *self compassion*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0.762 ( $p \leq 0,05$ ), sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. *Self compassion* berkontribusi sebesar 58.1% terhadap optimisme pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Yogyakarta dan sisanya 41.9% di pengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata kunci :** *Self Compassion*, Optimisme, Mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi

## **Abstract**

*This study aims to determine the relationship between self compassion and optimism in student who are completing their thesis in Yogyakarta. The hypothesis proposed in this study is there is a positive relationship between self compassion and optimism of students who are completing their thesis in Yogyakarta. The subjects of the study were 117 students who were completing their thesis in Yogyakarta. The data collection in this study used an optimism scale and self compassion scale. The data analysis technique used product moment correlation from Karl Pearson. Based on the results of data analysis, a correlation coefficient ( $r_{xy}$ ) of 0,762 ( $p \leq 0,05$ ), so the hypothesis in this study can be accepted. Self compassion contributed 58,1% to the optimism among stients who were completing their thesis in Yogyakarta and the remaining 41.9% was influenced by other factors not examined in this study.*

*Keywords : Self Compassion, Optimism, Student who are completing their thesis*