

ABSTRAK

Memasuki perguruan tinggi merupakan masa transisi dari masa pendidikan sekolah menengah ke pendidikan tinggi dimana mahasiswa tahun pertama dihadapkan pada berbagai situasi dan tuntutan baru yang dapat menyebabkan kemunculan beragam masalah yang dialami. Masalah-masalah yang muncul tersebut dapat menimbulkan perasaan negatif yang dapat menyebabkan individu merasa tidak puas dan tidak bahagia di dalam kehidupannya sehingga berpengaruh pada *subjective well-being* mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *self compassion* dan efikasi diri akademik dengan *subjective well being* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada peran positif *self compassion* dan efikasi diri akademik dengan *subjective well being* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek penelitian ini berjumlah 72 mahasiswa tahun pertama Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang berusia 18 hingga 21 tahun. Pengumpulan data menggunakan tiga skala, yaitu skala *subjective well being* mengacu pada teori Diener, skala *self compassion* dimodifikasi dari Halim (2015) yang mengadaptasi skala dari Neff, dan skala efikasi diri akademik mengacu pada teori Bandura. Analisis data menggunakan analisis regresi berganda. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan $R = 0,612$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada peran positif *self compassion* dan efikasi diri akademik dengan *subjective well being*. Sumbangan efektif kedua variabel bebas terhadap variabel terikat dapat dilihat dari nilai koefisien determinasi yang memperoleh nilai 0,375 yang berarti kedua variabel bebas berkontribusi sebesar 37,5% terhadap *subjective well being*.

Kata kunci: *Subjective Well Being, Self Compassion, Efikasi Diri Akademik.*

ABSTRACT

Entering college is a period of transition from high school to higher education which the first year students are faced with new situations and demands that cause the emergence of various problems experienced by students. That problems can cause negative feelings which can make the individual concerned to feel dissatisfied and unhappy in their lives that affect their subjective well being. This study aimed to determine the role of self compassion and academic self efficacy with subjective well being on the first year students of Mercu Buana University Yogyakarta. The hypothesis proposed in this study is there is a positive role of self compassion and academic self efficacy with subjective well being on the first year students of Mercu Buana University Yogyakarta. This study used 72 students with the characteristics were the first year students of Mercu Buana University Yogyakarta with an ages range between 18 to 21 years. The measuring instrument used in this study is the scale of subjective well being and academic self efficacy scale compiled by researchers based on each aspect. Self compassion scale modified from Halim (2015) which adapted from Neff's scale. Data analysis used in this study is multiple regression analysis. The result showed there is a positive role of self compassion and academic self efficacy with subjective well being on the first year students of Mercu Buana University Yogyakarta with significance value 0,000 ($p < 0,05$) and R value 0,612. The effective contribution of the two independent variables to the dependent variable can be seen from the coefficient of determination which gets a value of 0,375 which means that the two independent variables contribute 37,5% to subjective well being.

Keywords: *Subjective Well Being, Self Compassion, Academic Self Efficacy.*