

## ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan kesepian pada mahasiswa perantau di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara *self-compassion* dengan kesepian pada mahasiswa perantau, semakin tinggi *self-compassion* maka semakin rendah kesepian, sebaliknya semakin rendah *self-compassion* maka semakin tinggi kesepian. Subjek penelitian ini berjumlah 60 subjek yang memiliki usia 18-24 tahun dan merupakan mahasiswa perantau di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala dari *Likert*. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi *product moment*. Hasil analisis *product moment* menunjukkan koefisien korelasi  $r = -0,432$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-compassion* maka semakin rendah kesepian, dan sebaliknya semakin rendah *self-compassion* maka semakin tinggi kesepian. Nilai koefisien determinasi (*R squared*) sebesar 0,187 yang berarti bahwa *self-compassion* memberikan sumbangan efektif sebesar 18,7% terhadap kesepian pada mahasiswa perantau di Universitas Mercu Buana Yogyakarta, dan sisanya 81,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata kunci: mahasiswa perantau, kesepian, *self-compassion*

## **ABSTRACT**

This research aimed to determine the relationship between self-compassion and loneliness in migraine students at Mercu Buana University Yogyakarta. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between self-compassion and loneliness in migraine students, the higher the self-compassion, the lower the loneliness. Conversely the lower the self-compassion, the higher the loneliness. The subjects of this study were 60 subjects who were aged 18-24 years and were migraine students at Mercu Buana University Yogyakarta. The data collection method in this study used the Likert scale method. While the data analysis technique used the product-moment correlation analysis technique. The results of the product-moment analysis showed the correlation coefficient  $r = - 0.432$  with  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). The higher the self-compassion, the lower the loneliness. Conversely the lower the self-compassion, the higher the loneliness. The coefficient of determination (R squared) of 0.187 which means that self-compassion contributes an effective contribution of 18.7% to the loneliness of migraine students at Mercu Buana University in Yogyakarta, and the remaining 81.3% is influenced by other factors not examined in this study.

**Keywords:** loneliness, migraine students, self-compassion