

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 219 mahasiswa tingkat akhir yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Academic Anxiety Scale* (AAS) dan *Self-Compassion Scale* (SCS). Analisis data menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS versi 30. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-compassion* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa tingkat akhir ($r = -0,350$; $p < 0,001$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecemasan akademik yang dialami, begitu pula sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,122 menunjukkan bahwa *self-compassion* memberikan kontribusi sebesar 12,2% terhadap adanya kecemasan akademik, sedangkan 87,8% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Kata kunci: kecemasan akademik, mahasiswa tingkat akhir, *self-compassion*

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between self-compassion and academic anxiety among final-year university students. This study employed a quantitative correlational research design. The participants consisted of 219 final-year students selected using a purposive sampling technique. The research instruments were the Academic Anxiety Scale (AAS) and the Self-Compassion Scale (SCS). Data were analyzed using the Pearson Product-Moment correlation with the assistance of SPSS version 30. The results showed a significant negative relationship between self-compassion and academic anxiety among final-year students ($r = -0.350$; $p < 0.001$). These findings indicate that the higher the level of self-compassion, the lower the level of academic anxiety experienced by the students, and vice versa. Thus, the research hypothesis was supported. The coefficient of determination (R^2) of 0.122 indicates that self-compassion contributes 12,2% to academic anxiety, while the remaining 87,8% is influenced by other factors not examined in this study.

Keywords: academic anxiety, final-year university students, self-compassion