

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA INDONESIA
TAHUN PERTAMA KULIAH DI LUAR NEGERI**



oleh:

WULAN RAHMALIA PERMATASARI

1802824003

PSIKOLOGI

TESIS

PROGRAM STUDI MAGISTER SAINS PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2026

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA INDONESIA
TAHUN PERTAMA KULIAH DI LUAR NEGERI**



Intelligentia - Dignitas

oleh:

WULAN RAHMALIA PERMATASARI

1802824003

PSIKOLOGI

TESIS

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Magister Psikologi**

PROGRAM STUDI MAGISTER SAINS PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2026

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG TESIS**

"Pengaruh *Self-Compassion* dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri"

Nama Mahasiswa : Wulan Rahmalia Permatasari
 Nomor Registrasi : 1802824003
 Jurusan/Program Studi : Magister Sains Psikologi
 Tanggal Ujian : 15 Juli 2026

Pembimbing I



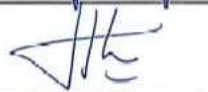
Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D.
 NIP. 197512162006042001

Pembimbing II



Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd.
 NIP.197909252002122001

Panitia Ujian Sidang Tesis

NAMA	TANDA TANGAN	TANGGAL
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Penanggungjawab)*		05-08-2026
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Penanggungjawab)**		05-08-2026
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Ketua Penguji)***		05-08-2026
Herdiana Maulana, Ph.D. (Anggota)****		05-08-2026
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi, Psikolog. (Anggota)****		05-08-2026

Catatan:

*Dekan FPSI

** Wakil Dekan I

*** Ketua Penguji

****Dosen Penguji Selain Pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Mahasiswa Program Studi Magister Sains Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Nama : Wulan Rahmalia Permatasari

NIM : 1802824003

Program Studi : Magister Sains Psikologi

Menyatakan bahwa tesis yang dibuat dengan judul “Pengaruh *Self-Compassion* dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian sejak bulan April sampai dengan bulan Juni 2026.
2. Bukan merupakan duplikasi tesis yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 10 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



(Wulan Rahmalia Permatasari)

MOTTO & PERSEMBAHAN

MOTTO

The Good Life is One inspired by Love and Guide by Knowledge

Bertrand Russel



PERSEMBAHAN

Tesis ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri karena sudah berjuang berusaha semaksimal mungkin untuk dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik dan tepat waktu, tentunya saya juga persembahkan untuk kedua orang tua yang saya sayangi dan kakak saya tersayang yang tidak pernah henti selalu memberikan dukungan penuh dan doa.

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Program Studi Magister Sains Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Wulan Rahmalia Permatasari
NIM : 1802824003
Program Studi : Magister Sains Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Magister Sains Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta, **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Pengaruh *Self-Compassion* dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Program Studi Magister Sains Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 10 Juli 2026

MATERAI & TTD


(Wulan Rahmalia Permatasari)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Wulan Rahmalia PermataSari
NIM : 1802824003
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi/Magister Sains Psikologi
Alamat email : wulanrahmaliapermataSari@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☐ Skripsi ☒ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (... ..)

yang berjudul :

"Pengaruh Self-Compassion dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik
pada Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Agustus 2026

Penulis

(Wulan Rahmalia PermataSari)

WULAN RAHMALIA PERMATASARI

**PENGARUH *SELF-COMPASSION* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA INDONESIA
TAHUN PERTAMA KULIAH DI LUAR NEGERI**

Tesis

Jakarta: Program Studi Magister Sains Psikologi, Fakultas Psikologi,
Universitas Negeri Jakarta, 2026.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-compassion* dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa Indonesia tahun pertama kuliah di luar negeri. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda sebagai teknik analisis data. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Responden penelitian ini adalah mahasiswa (S1) tahun pertama asal Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri dengan rentang usia 18-25 tahun. Sampel penelitian yang didapatkan berjumlah 200 mahasiswa. Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel dan tiga instrumen yang berbeda, yaitu *Self-Compassion Scale* (SCS), *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), dan *Perceptions of Academic Stress Scale* (PASS). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara simultan maupun secara parsial *self-compassion* dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap stres akademik. Nilai *R-Square* yang diperoleh sebesar 0,052 yang menunjukkan bahwa *self-compassion* dan dukungan sosial berkontribusi 5,2% untuk mereduksi stres akademik pada mahasiswa Indonesia tahun pertama kuliah di luar negeri dan sisanya 94,8% merupakan faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti stres akulturatif, resiliensi, strategi koping, regulasi emosi, penyesuaian akademik, adaptasi budaya, kesepian.

Kata Kunci: *Self-Compassion*, Dukungan Sosial, Stres Akademik, Mahasiswa Indonesia, Tahun Pertama, Kuliah di Luar Negeri

WULAN RAHMALIA PERMATASARI

**THE EFFECT OF SELF-COMPASSION AND SOCIAL SUPPORT ON
ACADEMIC STRESS AMONG FIRST-YEAR INDONESIAN UNIVERSITY
STUDENTS STUDYING ABROAD**

Thesis

*Jakarta: Master of Science Psychology, Faculty of Psychology,
State University of Jakarta, 2026.*

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of self-compassion and social support on academic stress among first-year Indonesian university students studying abroad. This study is quantitative research with multiple linear regression as a data analysis technique. The sampling technique used was purposive sampling. Respondents of this study are first-year Indonesian undergraduate students studying abroad aged 18-25 years. The study sample consisted of 200 students. This study involves three variables and utilized three different instruments there are Self-Compassion Scale (SCS), the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), and the Perceptions of Academic Stress Scale (PASS). The results of this study indicate that there is a significant effect of self-compassion and social support on academic stress among first-year Indonesian university students studying abroad. The R-Squared value obtained is 0,052 which indicates that self-compassion and social support contribute 5,2% to reducing academic stress among first-year Indonesian university students studying abroad and the remaining 94,8% is influenced by other factors not examined in this study, such as acculturative stress, resilience, coping strategy, emotional regulation, academic adjustment, cultural adaptation, and loneliness.

Keywords: Self-Compassion, Social Support, Academic Stress, Indonesian Student, First-year, Studying Abroad

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke atas rahmat dan karunia yang diberikan oleh Tuhan Yang Maha Esa, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik. Tesis yang berjudul **“Pengaruh *Self-Compassion* dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri”**. Tesis ini ditulis sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Sains Psikologi, Program Studi Magister Sains Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa pengerjaan tesis ini masih jauh dari kata sempurna dan tidak mungkin selesai tanpa adanya bantuan, bimbingan, dukungan, dorongan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan rasa berterima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D. selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D. selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti, S.Psi., M.Si. selaku Koordinator Program Studi Magister Sains Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D. selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing penulis, memberikan ilmu, serta masukan dalam menyelesaikan tesis ini.
7. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II dan Dosen Penasehat Akademik yang telah membimbing penulis, memberikan ilmu, serta masukan dalam menyelesaikan tesis ini.
8. Seluruh staf dan karyawan Fakultas Psikologi telah banyak membantu penulis selama perkuliahan.

9. Orang tua penulis tidak berhenti selalu memberikan doa selama proses penyusunan tesis ini.
10. Rika Imelda Regita dan Muhammad Faiq Pradilla, kakak penulis yang selalu memberikan semangat kepada penulis.
11. Shazia Zaara Aaruna, keponakan tersayang penulis yang selalu menghibur penulis.
12. Risna Rahmawati dan Arifatul Husna, teman seperjuangan penulis selama penulis menyelesaikan studi S2 di Universitas Negeri Jakarta, saling memberikan semangat dalam menyelesaikan tesis ini.
13. Yusuf Reza Nandihanta, yang selalu memberikan semangat, perhatian, cinta dan kasih sayang yang tulus kepada penulis. Terima kasih sudah hadir.
14. Teman-teman Magister Sains Psikologi Angkatan 2024 yang saling memberikan motivasi untuk dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.
15. *Fore coffee*, tempat penulis mencari inspirasi untuk dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.

Akhir kata, penulis berharap semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca. Maka dari itu penulis menerima saran, masukan, kritikan yang membangun agar dapat menyempurnakan tesis ini.

Bekasi, 10 Juli 2026

Penulis,



Wulan Rahmalia Permatasari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG TESIS	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TESIS.....	iv
MOTTO & PERSEMBAHAN.....	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK.....	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Pembatasan Masalah.....	10
1.4 Rumusan Masalah.....	10
1.5 Tujuan Penelitian	10
1.6 Manfaat Penelitian	11

1.6.1	Manfaat Teoretis.....	11
1.6.2	Manfaat Praktis	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....		13
2.1	Stres Akademik.....	13
2.1.1	Pengertian Stres Akademik	13
2.1.2	Aspek-aspek stres akademik	14
2.1.3	Faktor-faktor yang Memengaruhi Stres Akademik.....	15
2.2	Self-Compassion.....	17
2.2.1	Pengertian <i>Self-Compassion</i>	17
2.2.2	Aspek-aspek Self-Compassion.....	17
2.3	Dukungan Sosial.....	19
2.3.1	Pengertian Dukungan Sosial	19
2.3.2	Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	20
2.4	Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri	20
2.5	Dinamika Hubungan <i>Self-Compassion</i> dan Stres Akademik pada Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri	21
2.6	Dinamika Hubungan Dukungan Sosial dan Stres Akademik pada Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri	22
2.7	Dinamika Hubungan Dukungan Sosial dan <i>Self-Compassion</i> terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Indonesia Tahun Pertama Kuliah di Luar Negeri	23
2.8	Kerangka Konseptual.....	24
2.9	Hipotesis Penelitian	26
2.10	Hasil Penelitian yang Relevan.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....		30
3.1	Tipe Penelitian	30
3.2	Desain Penelitian	30

3.3	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	30
3.3.1	Definisi Konseptual.....	31
3.3.2	Definisi Operasional	31
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian.....	32
3.4.1	Populasi Penelitian.....	32
3.4.2	Sampel Penelitian.....	33
3.4.3	Teknik Sampling	34
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	34
3.5.1	Instrumen Penelitian	34
3.6	Uji Coba Instrumen.....	44
3.6.1	Hasil Uji Coba Instrumen Stres Akademik.....	45
3.6.2	Hasil Uji Coba Instrumen <i>Self-Compassion</i>	47
3.6.3	Hasil Uji Coba Instrumen Dukungan Sosial.....	49
3.7	Analisis Data.....	51
3.7.1	Analisis Deskriptif.....	51
3.8	Uji Asumsi	51
3.8.1	Uji Normalitas.....	51
3.8.2	Uji Linearitas.....	52
3.8.3	Uji Multikolinearitas	52
3.8.4	Uji Heteroskedastisitas.....	52
3.8.5	Uji Korelasi	52
3.9	Uji Hipotesis	52
3.9.1	Uji Analisis Regresi Linier Berganda (<i>Multiple Linear Regression</i>)	52
3.10	Hipotesis Statistika	53
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55

4.1	Gambaran Partisipan Penelitian.....	55
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	55
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	56
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Semester yang sedang Dijalani.....	56
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Persebaran Negara Selama Menempuh Studi di Luar Negeri	57
4.2	Prosedur Penelitian	57
4.2.1	Persiapan Penelitian	57
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	58
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian.....	59
4.3.1	Data Deskriptif Variabel.....	59
4.4	Kategorisasi Skor.....	60
4.4.1	Kategorisasi Skor <i>Self-Compassion</i>	60
4.4.2	Kategorisasi Skor Dukungan Sosial.....	61
4.4.3	Kategorisasi Skor Stres Akademik.....	62
4.5	Hasil Uji Asumsi.....	63
4.5.1	Uji Normalitas.....	63
4.5.2	Uji Linearitas.....	65
4.5.3	Uji Multikolinearitas	66
4.5.4	Uji Heteroskedastisitas.....	66
4.5.5	Uji Korelasi	67
4.6	Uji Hipotesis	68
4.6.1	Uji Regresi Linier Berganda	68
4.6.2	Tabulasi Silang	71
4.7	Pembahasan	73

4.8 Keterbatasan Penelitian.....	81
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	82
5.1 Kesimpulan	82
5.2 Implikasi	83
5.3 Saran dan Rekomendasi.....	84
5.3.1 Bagi Mahasiswa Indonesia Tahun pertama Kuliah di Luar Negeri	84
5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya	84
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN	102



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Hasil Penelitian yang Relevan	27
Tabel 3. 1. Kisi-kisi Dimensi/Aspek Instrumen <i>Perceptions of Academic Stress Scale (PASS)</i>	36
Tabel 3. 2. Penilaian Skala <i>Perceptions of Academic Stress Scale (PASS)</i>	36
Tabel 3. 3. Kisi-kisi Dimensi/Aspek Instrumen <i>Self-Compassion Scale (SCS)</i>	37
Tabel 3. 4. Penilaian Skala <i>Self-Compassion Scale (SCS)</i>	38
Tabel 3. 5. Kisi-kisi Aspek Instrumen <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i>	39
Tabel 3. 6. Penilaian Skala <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i>	39
Tabel 3. 7. Item Final Instrumen Stres Akademik	40
Tabel 3. 8. Item <i>Final</i> Instrumen <i>Self-Compassion</i>	42
Tabel 3. 9. Item <i>Final</i> Instrumen Dukungan Sosial	43
Tabel 3. 10. Hasil Uji Coba Validitas Isi Instrumen Stres Akademik dengan Aiken's V ..	46
Tabel 3. 11. Hasil Uji Daya Beda <i>Item-Rest Correlation</i> Instrumen Stres Akademik	46
Tabel 3. 12. Hasil Uji Coba Reliabilitas Instrumen Stres Akademik	47
Tabel 3. 13. Hasil Uji Coba Validitas Isi Instrumen <i>Self-Compassion</i> dengan Aiken's V ..	47
Tabel 3. 14. Hasil Uji Daya Beda <i>Item-Rest Correlation</i> Instrumen <i>Self-Compassion</i>	48
Tabel 3. 15. Hasil Uji Coba Reliabilitas Instrumen <i>self-compassion</i>	49
Tabel 3. 16. Hasil Uji Coba Validitas Isi Instrumen Dukungan Sosial dengan Aiken's V ..	50
Tabel 3. 17. Hasil Uji Daya Beda <i>Item-Rest Correlation</i> Instrumen Dukungan Sosial	50
Tabel 3. 18. Hasil Uji Coba Reliabilitas Instrumen Dukungan Sosial	51
Tabel 4. 1. Responden Berdasarkan Usia	55
Tabel 4. 2. Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	56
Tabel 4. 3. Responden Berdasarkan Semester yang sedang Dijalani	56
Tabel 4. 4. Hasil Analisis Deskriptif Variabel	59
Tabel 4. 5. Hasil Analisis Deskriptif Dimensi Dukungan Sosial	60
Tabel 4. 6. Kategorisasi Skor <i>Self-Compassion</i>	61
Tabel 4. 7. Kategorisasi Skor Dukungan Sosial	61
Tabel 4. 8. Kategorisasi Skor Stres Akademik	62

Tabel 4. 9. Hasil Uji Normalitas	63
Tabel 4. 10. Hasil Uji Linearitas	65
Tabel 4. 11. Hasil Uji Multikolinearitas.....	66
Tabel 4. 12. Hasil Uji Korelasi	67
Tabel 4. 13. Hasil Uji Regresi Linier Berganda.....	68
Tabel 4. 14. Koefisien Regresi.....	69
Tabel 4. 15. Rangkuman Hasil Analisis Regresi Linier Berganda.....	69
Tabel 4. 16. Hasil Tabulasi Silang Jenis Kelamin.....	71
Tabel 4. 17. Hasil Tabulasi Silang Semester yang sedang Dijalani	72
Tabel 4. 18. Hasil Tabulasi Silang Persebaran Negara Studi.....	72



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka Konseptual.....	26
Gambar 4. 1. Responden Berdasarkan Persebaran Negara.....	57
Gambar 4. 2. Q-Q <i>plots</i> Variabel <i>Self-Compassion</i>	64
Gambar 4. 2. 1. Q-Q <i>plots</i> Variabel Dukungan Sosial.....	64
Gambar 4. 2. 2. Q-Q <i>plots</i> Variabel Stres Akademik.....	65
Gambar 4. 3. Uji Heteroskedastisitas	67



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Coba Instrumen.....	102
Lampiran 2. Hasil Analisis Data Penelitian.....	104
Lampiran 3. Item Instrumen Penelitian	110
Lampiran 4. Lembar Kuesioner Penelitian	113
Lampiran 5. Surat Pernyataan Validasi Instrumen.....	120
Lampiran 6. Permintaan Izin Penggunaan Instrumen Alat Ukur.....	122
Lampiran 7. Informed Consent.....	123
Lampiran 8. Surat Persetujuan Penelitian (Kode Etik Penelitian).....	125
Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Penyebaran Kuesioner Penelitian.....	126
Lampiran 10. Bukti Penyebaran Kuesioner Penelitian ke PPI (Perhimpunan Pelajar Indonesia)	128
Lampiran 11. Daftar Riwayat Hidup Penulis.....	130

