



UNIVERSITAS  
GADJAH MADA

**Peran Self-Compassion terhadap Motivasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir**  
Immanuel Bagas Raja Siregar, Aisha Sekar Lazuardini Rachmanie, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
Universitas Gadjah Mada, 2025 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

## **Peran *Self-Compassion* Terhadap Motivasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir**

**Immanuel Bagas Raja Siregar<sup>1</sup>, Aisha Sekar Lazuardini Rachmanie<sup>1</sup>**

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Indonesia

e-mail: <sup>1</sup>[immanuel.bagas.raja.siregar@mail.ugm.ac.id](mailto:immanuel.bagas.raja.siregar@mail.ugm.ac.id)

**Abstract.** *During the process of writing a final thesis, senior students often experience high academic pressure, which can lead to stress, loss of motivation, and emotional exhaustion. This study aims to examine the role of self-compassion in academic motivation among senior students. Self-compassion refers to being kind to oneself, recognizing common human experiences, and maintaining emotional balance in challenging situations. Academic motivation, based on the Self-Determination Theory, includes intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation. This study involved 100 senior students aged 21–22 years, using the adapted Academic Motivation Scale (AMS-SI) and the Self-Compassion Scale (SCS) as research instruments. The results of a simple linear regression analysis indicate that self-compassion significantly predicts academic motivation ( $p < 0.001$ ) with an  $R^2$  value of 0.96, meaning that self-compassion accounts for 96% of the variability in academic motivation. Furthermore, no significant differences in self-compassion and academic motivation levels were found based on gender. These findings suggest that fostering self-compassion can be a valuable approach to enhancing academic motivation and resilience among senior students.*

**Keywords :** *Academic Motivation, Self-compassion, final-year undergraduate student.*

**Abstrak.** Pada proses penulisan tugas akhir, mahasiswa tingkat akhir merasakan tekanan akademik yang tinggi dapat menyebabkan stres, kehilangan motivasi, dan kelemahan emosional. Penelitian ini mencoba untuk mengkaji peran self-compassion terhadap motivasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. *Self-compassion* merujuk pada sikap baik terhadap diri sendiri, kesadaran akan pengalaman manusia yang umum, dan kemampuan menjaga keseimbangan emosi dalam situasi sulit. Motivasi akademik, berdasarkan teori *Self-Determination*, mencakup motivasi intrinsik, ekstrinsik, dan amotivasi. Penelitian ini melibatkan 100 mahasiswa tingkat akhir berusia 21–22 tahun, dengan menggunakan Skala adaptasi motivasi akademik (AMS-SI) dan Skala Welas Diri (SWD) sebagai instrumen. Hasil dari analisis regresi linier sederhana mengindikasikan bahwa *self-compassion* memprediksi motivasi akademik secara signifikan ( $p < 0,001$ ) dengan nilai  $R^2$  sebesar 0,96, yang berarti *self-compassion* berkontribusi sebesar 96% terhadap variabilitas motivasi akademik. Selain itu, tidak ditemukan perbedaan signifikan tingkat *self-compassion* dan motivasi akademik berdasarkan jenis kelamin. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan sikap *self-compassion* dapat menjadi pendekatan yang bermanfaat untuk meningkatkan motivasi akademik dan resiliensi mahasiswa tingkat akhir.

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