

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



**Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana**

Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung
☎ 022 7830 760, 022 7830 768
🌐 bku.ac.id 📧 contact@bku.ac.id

Nomor : 305/03.S1-KEP/UBK/V/2025
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Izin Penelitian/ Survei/ Wawancara/ Pengambilan Data

Kepada
Yang Terhormat

Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam sejahtera semoga Bapak/Ibu senantiasa dalam lindungan Allah SWT. Berkenaan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami memohon izin untuk melaksanakan penelitian, survei, wawancara dan pengambilan sampel data atas nama:

Nama : **Friska Salsa Dilla**
NIM : 211FK03025
Semester : VIII
Judul Penelitian : Hubungan Self-Compassion Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Tingkat IV Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandung, 9 Mei 2025

Hormat Kami

Fakultas Keperawatan

Dekan,


Vina Vitniawati, S.Kep., Ners., M.Kep
NIK. 02004020117



Lampiran 2. Surat Keterangan Layak Etik



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA

Jl. Soekarno - Hatta 754, Bandung
Telp : 022-7830 760 / 022-7830-768
Email : komisi.etik@bku.ac.id



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA
BHAKTI KENCANA UNIVERSITY

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"
127/09.KEPK/UBK/VI/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by :

Peneliti Utama : Friska Salsa Dilla
Principal in investigator

Nama institusi : Universitas Bhakti Kencana
Name of institution

Dengan judul :
Title

**Hubungan Self-Compassion Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Tingkat IV
Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana**

*Relationship of Self-Compassion with Academic Stress Levels in 4th Grade of Undergraduate Nursing Program,
Bhakti Kencana University*

Dinyatakan layak etik sesuai (tujuh) standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, dan 4) Risiko, 5) Bujukan atau eksploitasi, 6) Kerahasiaan atau Privacy, 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 standards, 1) Social Value, 2) Scientific Value, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standards.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu 04 Juni 2025 sampai dengan tanggal 04 Juni 2026.

This declaration of ethics applies during the period 4 th June 2025 until 4 th June 2026.

04 Juni 2025
Professor and Chairperson

R. Nety Rustikayanti, S.Kp., M.Kep
NIK. 02019010336

Lampiran 3. Lembar Permohonan Responden**LEMBAR INFORM CONSENT**

Kepada Yth. Bandung, Juni 2025

Calon Responden

Penelitian Di Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Friska Salsa Dilla

NIM : 211FK03025

Fakultas : Keperawatan

Institusi : Universitas Bhakti Kencana

Saat ini saya sedang melakukan penelitian yang berjudul **“Hubungan *Self-Compassion* Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Tingkat IV Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana”**. Penelitian ini tidak menimbulkan akibat yang merugikan bagi saudara/I yang menjadi responden. Baik nama atau data diri responden akan menjamin kerahasiaanya dan sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Untuk itu saya mohon kesediaan saudara/I untuk menjadi responden pada penelitian ini tanpa adanya paksaan dari pihak lain.

Hormat saya,

Friska Salsa Dilla
NIM.211FK03025

Lampiran 4. Lembar Persetujuan Responden

LEMBAR PERSETUJUAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Bandung, Juni 2025

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Sudah mendapatkan penjelasan dari peneliti mengenai penelitian yang akan dilakukan dengan judul “**Hubungan *Self-Compassion* Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Tingkat IV Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana**” dan menyatakan bersedia menjadi responden / partisipan penelitian ini.

Demikian surat pernyataan persetujuan ini saya buat dengan sukarela dan tanpa adanya pasaan dari penelitian.

Bandung, Juni 2025

()

Lampiran 5. Lembar Kuesioner

KUESIONER PENELITIAN

Instrumen *Self-Compassion* Versi Bahasa Indonesia: *Self-Compassion Scale* (SCS)

Beberapa pernyataan berikut yang berkaitan dengan kondisi yang anda alami saat ini silahkan jawab menggunakan skala penilaian berikut:

Keterangan Skor:

1 = Hampir Tidak Pernah

2 = Jarang

3 = Kadang-kadang

4 = Sering

5 = Hampir Selalu

No	Pernyataan	Skor				
		1	2	3	4	5
1	Saya tidak menerima dan menghakimi kelemahan dan kekurangan saya					
2	Ketika saya sedang terpuruk, saya cenderung terobsesi dan terus terpaku pada segala hal yang salah					
3	Ketika hal-hal buruk terjadi pada saya, saya melihat kesulitan hidup sebagian hidup yang dilewati semua orang					
4	Ketika saya memikirkan kekurangan saya, hal tersebut akan membuat diri saya terkucil dari seisi dunia					

5	Saya mencoba untuk mencintai diri saya ketika saya merasakan sakit secara emosional					
6	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya larut dalam perasaan tidak mampu					
7	Ketika saya merasa sedih, saya mengingatkan diri saya bahwa ada banyak orang di dunia ini yang mengalami hal yang sama dengan saya					
8	Di waktu-waktu yang sangat sulit, saya cenderung bersikap keras pada diri saya					
9	Ketika sesuatu membuat saya kesal, saya berusaha menjaga emosi saya tetap stabil					
10	Ketika saya merasa merasa tidak mampu pada beberapa hal, saya mengingatkan diri saya bahwa perasaan tidak mampu juga dirasakan oleh sebagian besar orang					
11	Saya tidak toleran dan tidak sabar terhadap beberapa aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					
12	Ketika saya mengalami waktu sulit, saya akan memberikan kepedulian dan kelembutan yang saya butuhkan					
13	Ketika saya merasa sedih, saya cenderung merasa orang lain mungkin lebih bahagia dibandingkan saya					
14	Ketika suatu hal menyakitkan terjadi, saya mencoba untuk melihat situasi secara berimbang					

15	Saya mencoba untuk melihat kegagalan saya sebagai bagian dari kondisi yang dialami manusia pada umumnya					
16	Ketika saya melihat aspek-aspek diri saya yang tidak saya sukai, saya merasa sedih pada diri saya					
17	Ketika saya gagal pada suatu hal yang penting bagi saya, saya berusaha untuk melihatnya sebagai sesuatu yang wajar					
18	Ketika saya sungguh menderita, saya cenderung merasa bahwa orang lain lebih mudah dalam menjalani hidup					
19	Saya baik terhadap diri saya saat mengalami penderitaan					
20	Ketika suatu hal menjengkelkan terjadi, saya terbawa perasaan					
21	Saya bisa bersikap tidak berperasaan pada diri saya saat mengalami penderitaan					
22	Ketika saya sedang terpuruk, saya mencoba menanggapi perasaan saya dengan rasa ingin tahu dan keterbukaan					
23	Saya bersikap toleran terhadap kelemahan dan kekurangan saya					
24	Ketika sesuatu yang menyakitkan terjadi, saya cenderung membesarkan hal tersebut					
25	Ketika saya gagal pada hal yang penting bagi saya, saya cenderung merasa sendiri di tengah-tengah kegagalan tersebut					

26	Saya mencoba untuk memahami dan bersabar pada aspek-aspek kepribadian saya yang tidak saya sukai					
----	--	--	--	--	--	--

Kisi-kisi Instrumen *Self-Compassion*

Self-Compassion Scale (SCS)

No	Komponen	Nomor Soal		Jumlah Soal
		<i>Favorabel (Positif)</i>	<i>Unfavorabel (Negatif)</i>	
1	Mengasihi diri (<i>Self-kindness</i>)	5, 12, 19, 23, 26		5
2	Menghakimi diri (<i>Self-judgement</i>)		1, 8, 11, 16, 21	5
3	<i>Common Humanity</i>	3, 7, 10, 15		4
4	<i>Isolation</i>		4, 13, 18, 25	4
5	<i>Mindfulness</i>	9, 14, 17, 22		4
6	<i>Over-identification</i>		2, 6, 20, 24	4
	Total			26

Instrumen Tingkat Stress Akademik: *Student-Life Stress Inventory (SSI)*

Pertanyaan-pertanyaan berikut untuk mengukur tingkat stress yang anda alami sebagai mahasiswa. Pilihlah jawaban sesuai yang anda rasakan saat ini dengan kategori skor sebagai berikut:

Keterangan Skor:

1 = Tidak pernah

2 = Jarang

3 = Kadang-kadang

4 = Cukup sering

5 = Amat Sering

No	Pernyataan	Skor				
	Dibawah ini merupakan hal yang membuat saya stress dan frustasi sebagai mahasiswa	1	2	3	4	5
1	Saya pernah mengalami frustasi saat tujuan yang ingin dicapai tertunda					
2	Saya pernah mengalami masalah sehari-hari yang mempengaruhi saya dalam mencapai tujuan					
3	Saya pernah mengalami kekurangan sumber (misal: buku teks, literature, jurnal, dll)					
4	Saya pernah mengalami kegagalan dalam memenuhi tujuan yang telah saya rencanakan					
5	Saya pernah tidak diterima secara sosial (disisihkan)					
6	Saya pernah mengalami frustasi					

7	Saya merasa saya menyalakan kesempatan karena kualifikasi saya					
Dibawah ini merupakan hal-hal yang terkait dengan konflik yang saya alami:						
8	Konflik yang dihasilkan oleh dua alternatif yang diinginkan					
9	Konflik yang dihasilkan oleh dua alternatif yang tidak diinginkan					
10	Konflik yang dihasilkan ketika sebuah tujuan mempunyai alternatif yang positif maupun negatif					
Dibawah ini merupakan hal-hal yang terkait tekanan yang saya alami:						
11	Tekanan yang berasal dari kompetensi dikelas					
12	Sehubungan dengan batas akhir tugas yang harus dikerjakan					
13	Sehubungan dengan beban yang terlalu berat karena mengerjakan terlalu banyak PR dalam waktu yang sama					
14	Sehubungan dengan hubungan teman					
Dibawah ini merupakan hal-hal yang terkait dengan perubahan yang saya alami:						
15	Perubahan yang tidak menyenangkan					
16	Terlalu banyak perubahan yang terjadi dalam waktu yang sama					
17	Perubahan yang mengganggu tujuan hidup saya					
Dibawah ini merupakan hal-hal yang terkait dengan diri saya pribadi:						
18	Saya suka berkompetensi					
19	Saya suka diperhatikan dan dicintai semua orang					

20	Saya sangat khawatir tentang segala sesuatu					
21	Saya mempunyai kecenderungan menanggung-nangguhkan pekerjaan					
22	Saya merasa saya harus menemukan solusi yang sempurna untuk masalah yang saya kerjakan					
23	Saya khawatir akan ujian saya					
Dibawah ini merupakan hal-hal yang saya alami secara fisik dalam situasi yang penuh tekanan:						
24	Berkeringat (misal: telapak tangan yang berkeringat)					
25	Berbicara gagap (tidak bisa berbicara dengan gagap)					
26	Gemeteran					
27	Bergerak cepat dari satu tempat ke tempat yang lain					
28	Kelelahan					
29	Sakit perut					
30	Asma					
31	Sakit punggung					
32	Gatal-gatal kulit, alergi					
33	Sakit kepala, migraine					
34	Arthritis pegal					
35	Flu, batuk					
36	Penurunan berat badan tidak nafsu makan					
37	Berat badan bertambah karena banyak makan					
Dibawah ini merupakan hal-hal yang saya alami secara emosi dan situasi yang penuh tekanan:						
38	Takut, cemas, khawatir					
39	Marah					

40	Merasa bersalah					
41	Sedih, depresi					
Dibawah ini merupakan hal-hal yang saya lakukan dalam situasi yang penuh tekanan:						
42	Menangis					
43	Menyakiti orang lain secara lisan atau fisik					
44	Menyakiti diri sendiri dengan obat-obatan yang tidak sewajarnya					
45	Merokok berlebihan					
46	Sensitif kepada orang lain					
47	Mencoba bunuh diri					
48	Mencoba berfikir positif					
49	Memisahkan diri dari orang lain					
Dibawah ini merupakan penilaian kognitif dalam situasi yang penuh tekanan:						
50	Berfikir dan menganalisis bagaimana situasi stress yang penuh tekanan					
51	Berfikir dan menganalisis apakah strategi sudah efektif					

Kisi-kisi Instrumen Tingkat Stress

Student-Life Stress Inventory (SSI)

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Jumlah Soal	Nomor Soal	
				<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
		Frustasi	7	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	
		Konflik	3	8, 9, 10	

Tingkat Stress	Stressor	Tekanan	4	11, 12, 13, 14	
		Perubahan	3	15, 16, 17	
		<i>Self imposed</i>	6	18, 19, 20, 21, 22, 23	
		Fisiologis	14	24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37	
	Reaksi terhadap stressor	Psikologis	4	38, 39, 40, 41	
		Perilaku	8	42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49	
		Kognitif	2		50, 51

Lampiran 6. Tabulasi Data

1. Tabulasi Data *Self-Compassion*

Responden	Jenis Kelamin	Usia	<i>Self-Kindness</i>	<i>Self-Judgement</i>	<i>Common Humanity</i>	<i>Isolation</i>	<i>Mindfulness</i>	<i>Over-identification</i>	Total	Kategori
1	2	3	1,4	2,6	1,25	1,75	1	2,25	1,708333333	1
2	2	2	1,8	3,4	1,25	3,25	1,75	3,5	2,491666667	1
3	2	3	2,2	2,2	4,5	2	4,25	2	2,858333333	2
4	1	2	1,4	2	1,25	4,25	1	4,75	2,441666667	1
5	2	2	3,6	3,6	4,25	2,75	2	3,25	3,241666667	2
6	2	3	3,4	2,8	3,5	2,5	4,25	3,5	3,325	2
7	2	3	4,2	3,4	4,25	3,25	4,25	3,5	3,808333333	3
8	2	3	2,4	3	2	3	1	2,75	2,358333333	1
9	2	3	3,8	3,4	3,75	4,25	2,75	4,75	3,783333333	3
10	2	3	3,6	2,6	2,75	1,5	2,75	2,25	2,575	2
11	1	3	2,2	3,2	1,25	2,75	1,75	3,25	2,4	1
12	2	3	2,4	3,4	3,5	2,75	3,75	3,75	3,258333333	2
13	2	3	3	3,4	3,5	3,25	4,25	3	3,4	2
14	2	1	4,2	2,4	3,75	2,25	4,25	4,75	3,6	3
15	2	3	1,4	2,8	2	2,75	2	3,5	2,408333333	1
16	2	2	2,4	3,8	2,75	4,25	3,5	3,75	3,408333333	2
17	2	3	1,4	2,8	1,25	2,25	1	2,75	1,908333333	1
18	2	3	3,2	3,6	3	2,75	3	3,25	3,133333333	2
19	2	2	4	3,8	4,25	3,75	4,25	2	3,675	3
20	2	2	3,6	3,6	3,25	3,5	2,75	3	3,283333333	2
21	2	3	1,4	3,6	1,25	3	1,75	3,75	2,458333333	1

22	2	4	3,4	3	3,25	3,75	3	2,75	3,19166667	2
23	2	2	1,6	3,6	1	3,75	1	3,5	2,40833333	1
24	2	3	1,4	3,6	1	3,25	1	3,75	2,33333333	1
25	2	3	1,4	1,6	1,25	1	1	1,25	1,25	1
26	2	3	3	3,2	3	2,75	3	3	2,99166667	2
27	2	3	1,4	3,4	1	3,5	1	4,5	2,46666667	1
28	2	2	3,2	3,4	3	3,25	3	2,25	3,01666667	2
29	2	3	1,4	2	1,25	2,25	1	2,5	1,73333333	1
30	2	2	4	1,8	4,25	3,25	4,25	4,5	3,675	3
31	2	3	3	3,4	3	3,5	3,25	3	3,19166667	2
32	2	3	1,4	2	1	4,25	1	3,5	2,19166667	1
33	2	3	2,8	2,6	3,5	3	3,75	4,25	3,31666667	2
34	2	2	3,4	3	3,5	3	3,5	3	3,23333333	2
35	2	4	1,6	3,6	1,25	2	1,75	4	2,36666667	1
36	2	2	3,2	3,8	3,5	3,5	1,75	3,5	3,20833333	2
37	2	2	1,4	2,6	1,25	2,25	1	3,25	1,95833333	1
38	2	4	1,4	2	1,25	5	1	2,25	2,15	1
39	1	4	1,4	2	1,25	2,75	1	2,25	1,775	1
40	2	3	1,6	2	2,5	3,5	2,5	1,25	2,225	1
41	2	3	1,8	1,6	1,25	1	1	1,75	1,4	1
42	2	3	1,6	3,4	1,25	3,75	1	3	2,33333333	1
43	2	2	2,6	2,8	1,25	3	1	2,75	2,23333333	1
44	2	2	3,6	2,6	3,5	2,75	3	3,5	3,15833333	2
45	2	3	1,4	2	1	4,5	1	4,25	2,35833333	1
46	2	3	2,8	3,2	3,25	2,5	3	3,25	3	2
47	2	3	2,8	2,4	2,75	2,5	2,75	2,25	2,575	2

48	1	3	1,8	3	1,25	3	2,75	3	2,46666667	1
49	2	3	3,2	3,4	3,25	2,25	3,25	2,75	3,01666667	2
50	2	3	1,8	3,2	2,75	3,25	4,25	3,25	3,08333333	2
51	2	3	1,6	2,6	2,5	2,75	1	3	2,24166667	1
52	2	4	3	2,8	3,25	2,75	3,5	3	3,05	2
53	2	3	3,2	2,2	3,25	2	3	1,75	2,56666667	2
54	2	3	1,8	3,4	1,25	2,25	1	3,25	2,15833333	1
55	2	3	3,2	2,4	3,75	2,75	3,25	3,25	3,1	2
56	1	3	1,8	3,6	1	2	1	4	2,23333333	1
57	2	3	1,6	4	1,25	4,25	1	1,75	2,30833333	1
58	2	3	1,6	3,4	1,25	4	1,75	4	2,66666667	2
59	2	1	1,8	3,8	1,25	4	1	3	2,475	1
60	2	3	3	3,4	3	3,75	3,5	3	3,275	2
61	2	3	1,8	3	2,5	3	1	3	2,38333333	1
62	2	3	1,6	3	1,25	3,75	1	4	2,43333333	1
63	2	3	1,8	3	3	2,5	3	3,25	2,75833333	2
64	2	3	1,6	3	2,5	3	1	1,75	2,14166667	1
65	2	3	4,2	3	4	3	4,25	4	3,74166667	3
66	2	4	1,8	2,6	1,75	1,75	2,5	1,5	1,98333333	1
67	2	3	2,8	3	3	3	3	3	2,96666667	2
68	2	2	1,6	3	1,75	3	1,75	3	2,35	1
69	2	2	1,8	4,6	1,25	4,5	3,25	4	3,23333333	2
70	2	3	3,6	2,4	2,75	4,5	3,75	3,75	3,45833333	2
71	2	3	1,6	3,2	2,5	3,25	1	3	2,425	1
72	1	3	1,6	3,6	1,75	3	1	4	2,49166667	1
73	1	3	3,4	2,6	3,5	2,5	3	2,5	2,91666667	2

74	2	3	1,6	2,6	2,5	4,75	1,75	1,5	2,45	1
75	2	2	2,4	3	1,75	3	1,75	3	2,48333333	1
76	1	4	2,8	3,8	3	3,25	2,75	3,25	3,14166667	2
77	2	3	1,8	3	2	3,75	1	3	2,425	1
78	2	4	1,6	4	1,75	1,25	1,75	3	2,225	1
79	1	2	3	2,8	2,75	3,5	2,75	3,75	3,09166667	2
80	1	3	1,6	3,2	1,75	2,75	2,5	3	2,46666667	1
81	2	2	3,4	2,6	3,5	2,5	3,5	2,25	2,95833333	2
82	2	3	1,6	2,4	1,75	1,25	1	2	1,66666667	1
83	2	1	2,4	3,8	2	4	1,75	1	2,49166667	1
84	2	3	2,4	2,8	2	3	2,75	2,75	2,61666667	2
85	1	3	2,6	2,4	3,25	3	3,25	2,5	2,83333333	2
86	2	5	1,6	3	2	2,75	1	2,5	2,14166667	1
87	1	3	2,2	2,8	3,5	2,75	2,5	2,25	2,66666667	2
88	1	5	1,6	2,8	2	2,75	1	3	2,19166667	1

2. Tabulasi Data Tingkat Stress Akademik

Responden	Jenis Kelamin	Usia	P1							P2			P3				P4			P5						
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	
1	2	3	4	5	4	4	3	4	5	5	4	3	5	4	5	3	4	3	4	2	4	5	4	4	5	
2	2	2	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	5	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	5	4	
3	2	3	4	5	4	4	3	3	4	4	3	4	2	4	5	5	4	4	5	3	4	5	4	4	5	
4	1	2	5	4	4	5	3	3	3	4	4	3	4	3	5	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	

5	2	2	4	3	4	3	1	3	3	3	3	3	2	4	5	1	2	3	2	4	5	4	4	5	3
6	2	3	4	4	3	4	1	3	3	2	3	3	3	3	3	1	1	2	3	5	4	5	3	5	3
7	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
9	2	3	5	4	5	4	3	4	5	3	3	4	5	5	4	3	4	4	4	3	3	5	5	5	5
10	2	3	4	5	5	5	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	5	4	4	5	4	3	3	5
11	1	3	4	5	4	3	4	4	3	4	3	3	5	3	3	4	3	4	3	3	3	5	3	5	3
12	2	3	3	3	4	3	2	2	4	2	2	2	3	3	3	1	2	2	1	3	2	4	4	4	4
13	2	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	4
14	2	1	5	5	3	5	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	5	4	4	5	4
15	2	3	4	1	2	2	1	3	4	2	3	3	1	4	1	1	3	3	4	1	5	4	3	4	4
16	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3
17	2	3	5	3	4	3	1	5	2	3	4	1	3	4	4	3	4	3	2	3	2	4	1	3	3
18	2	3	4	3	5	4	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	5	3	4	3
19	2	2	4	4	3	4	1	4	3	3	3	4	1	4	4	1	2	2	2	3	5	4	3	4	4
20	2	2	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4
21	2	3	1	2	2	3	1	1	3	3	3	3	1	3	3	1	3	2	2	1	5	3	1	3	3
22	2	4	5	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	5	4	3	4	3	5	4	4
23	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
24	2	3	1	1	1	3	3	1	2	1	1	1	1	3	2	1	2	1	1	3	4	3	2	4	4
25	2	3	5	5	3	5	3	5	5	3	5	3	5	5	5	4	5	5	5	4	3	3	5	3	5
26	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	2	5	5
27	2	3	4	4	4	4	2	3	2	2	2	2	1	4	3	2	3	3	3	2	3	4	2	4	4
28	2	2	4	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4
29	2	3	5	4	3	3	4	3	4	3	2	4	5	4	4	3	4	4	3	3	4	4	5	5	4
30	2	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	5	4	4	3	3	3	3	4	5	4	3

31	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
32	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	3	3	3	2	1	2
33	2	3	4	4	3	5	5	4	4	3	4	4	4	4	5	3	3	4	4	3	4	4	4	4	5
34	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
35	2	4	4	4	4	4	1	4	3	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	5	4	3	4	5
36	2	2	4	3	1	3	2	2	3	1	1	1	1	3	3	1	2	2	2	3	5	3	4	4	4
37	2	2	4	4	4	4	2	4	4	2	2	2	1	3	2	2	4	4	4	3	4	5	3	4	5
38	2	4	1	2	3	3	2	1	4	1	1	1	1	4	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4
39	1	4	3	3	4	3	1	3	4	1	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	5	3	4	4
40	2	3	3	3	3	3	4	3	1	1	1	1	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4
41	2	3	5	5	3	4	4	5	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	5	5	4	3
42	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
43	2	2	2	3	4	4	3	2	2	2	2	3	2	4	5	3	3	3	2	2	3	5	4	4	4
44	2	2	3	4	3	4	3	4	3	1	3	3	3	3	5	2	4	3	3	3	3	4	3	4	5
45	2	3	3	4	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	1	3	3	1	4	2	2	3	5	1
46	2	3	3	3	4	3	2	3	2	1	1	1	2	4	4	2	4	2	3	2	2	4	2	3	3
47	2	3	4	4	5	4	3	5	4	3	3	3	3	4	5	3	4	3	3	3	4	5	3	4	4
48	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
49	2	3	3	4	5	4	3	4	5	2	2	3	3	4	5	5	5	5	4	2	3	4	3	3	4
50	2	3	5	5	4	5	4	4	3	3	2	3	3	5	4	4	4	4	4	3	2	5	5	4	5
51	2	3	4	5	5	4	3	2	4	2	2	3	4	4	5	4	3	4	4	3	4	5	3	3	4
52	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	1	3	2	3	4
53	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	5	5	5	4	5
54	2	3	2	3	4	4	1	2	3	2	2	2	2	4	3	1	3	3	3	4	4	4	3	4	4
55	2	3	3	3	4	3	3	3	5	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	5	3	4	3	4
56	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	3	2	3	3	2

57	2	3	3	2	3	2	1	4	2	4	4	4	1	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	4	2	
58	2	3	3	3	4	2	3	2	4	3	3	3	2	4	4	2	2	2	2	4	4	2	4	4	3	
59	2	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	
60	2	3	4	3	5	3	1	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	5	3	5	1	4	5	
61	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
62	2	3	1	2	3	3	1	1	4	2	2	3	2	3	4	1	3	3	2	4	4	1	4	5	2	
63	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	3	3	3	1	5	5	5	3	5
64	2	3	5	5	5	5	3	5	5	3	3	3	3	5	5	3	3	5	5	3	3	5	5	5	5	
65	2	3	4	4	4	5	5	5	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	
66	2	4	4	4	3	3	1	5	5	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	
67	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	
68	2	2	1	3	5	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
69	2	2	3	3	4	2	1	2	3	1	3	2	1	4	3	2	2	2	1	3	4	2	3	2	2	
70	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	
71	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	
72	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
73	1	3	4	3	3	4	5	4	4	1	1	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	
74	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	4	3	1	2	2	2	3	5	3	1	4	4	
75	2	2	1	2	3	3	1	1	2	2	2	2	1	4	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	
76	1	4	3	3	2	3	3	5	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	
77	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	5	4	5	5	1	3	5	4	4	5	
78	2	4	3	4	2	2	1	4	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	4	3	
79	1	2	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	2	
80	1	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	2	2	4	2	3	4	3	2	4	3	3	2	4	
81	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
82	2	3	5	4	4	5	2	5	4	4	4	3	3	5	5	2	5	5	5	3	4	4	5	5	5	

83	2	1	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	4	3	3	4	3
84	2	3	5	4	4	3	4	5	4	3	4	3	4	5	4	3	5	3	4	4	3	4	4	4	4
85	1	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
86	2	5	3	3	4	4	3	2	4	3	4	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4
87	1	3	4	3	5	4	2	1	3	3	3	3	1	5	5	3	3	3	3	1	3	4	5	3	3
88	1	5	1	3	3	2	1	1	3	3	3	3	4	4	4	2	2	1	1	3	4	4	3	3	4

Lanjutan Dari Tabel Tingkat Stress Akademik

P6													P7					P8								P9		TOTAL	KATEGORI
24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51		
4	3	4	4	5	4	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	5	3	5	3	4	3	4	1	4	5	1	1	190	3
5	5	2	4	3	4	4	3	4	5	4	3	5	3	4	3	4	4	5	2	3	4	4	1	5	4	3	3	188	3
2	1	4	3	4	3	1	2	1	4	3	4	2	4	5	3	4	3	4	3	1	1	2	1	4	4	2	2	169	2
4	4	4	3	5	4	1	2	1	1	1	3	1	1	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	5	3	3	3	149	2
1	2	2	2	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	4	2	1	1	4	3	5	1	2	1	154	2
1	1	1	4	3	5	1	3	1	3	2	2	1	3	3	2	3	3	4	1	1	1	2	1	4	1	4	3	135	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	2	196	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	1	1	1	3	4	1	5	5	188	3
5	2	3	5	3	1	1	4	5	5	3	1	1	5	5	5	5	5	5	3	1	1	5	1	3	5	3	3	189	3
1	2	2	2	3	2	1	3	2	4	1	3	3	1	2	3	3	4	5	1	1	1	3	1	4	3	3	2	154	2
4	3	4	3	3	4	3	5	5	5	3	4	4	4	5	3	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	3	3	188	3
4	4	4	3	4	4	1	4	1	3	3	2	4	2	4	2	3	3	3	1	1	1	2	1	4	2	3	2	138	2
1	3	2	1	4	3	1	3	1	2	1	4	3	3	2	2	3	2	4	2	1	1	2	1	4	3	3	4	116	1
4	3	4	3	5	4	3	4	2	4	2	3	4	2	5	5	5	5	5	2	3	1	3	1	4	4	3	3	189	3
2	1	1	4	4	4	3	3	1	2	1	2	1	5	4	3	4	2	3	3	1	1	3	1	5	4	3	2	136	2

2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	4	1	1	1	2	3	5	2	2	2	109	1
1	1	2	5	3	3	1	3	2	2	1	2	2	2	5	4	5	5	5	2	3	1	3	1	4	2	3	2	145	2
1	4	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	3	3	3	3	153	2
3	4	5	4	5	5	1	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	3	5	4	3	1	5	5	3	3	189	3
1	1	3	3	4	4	2	4	3	5	4	2	3	2	5	3	3	3	3	3	3	2	3	1	4	3	3	4	152	2
3	3	4	2	5	4	1	5	3	3	5	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	1	2	1	4	2	4	4	132	2
3	3	5	3	4	3	3	4	5	5	5	4	4	5	3	3	5	3	5	3	1	4	4	1	3	4	3	3	188	3
4	3	3	3	3	3	1	3	2	3	1	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	2	1	3	130	2
5	1	3	4	3	3	1	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	1	1	1	1	1	3	3	3	3	116	1
5	1	5	2	5	5	3	5	2	5	4	2	5	2	5	5	2	5	5	5	1	1	5	1	3	2	1	3	194	3
5	3	5	4	4	5	3	4	5	4	5	3	5	5	4	4	4	4	4	5	2	3	4	1	4	5	3	3	188	3
2	3	3	4	4	2	1	1	1	2	2	2	2	2	4	3	4	3	4	1	1	1	3	1	5	3	2	3	136	2
2	3	2	3	4	2	1	1	3	4	2	3	1	4	3	3	4	3	3	1	1	1	4	1	4	2	3	2	141	2
3	3	4	3	4	5	3	4	3	5	3	3	3	5	4	4	4	4	5	3	5	5	4	1	3	4	3	3	190	3
3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	5	2	1	3	3	3	3	1	1	3	2	3	156	2
3	3	4	3	3	4	1	3	1	4	1	3	5	1	4	2	3	2	3	2	1	1	3	1	3	1	3	3	127	2
3	3	3	3	3	3	1	3	1	2	2	2	1	1	3	2	2	1	3	1	1	1	2	3	4	2	3	3	97	1
5	4	3	3	4	4	4	5	4	4	3	5	3	5	5	5	4	4	4	3	3	3	2	1	5	5	3	3	197	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	1	2	2	1	3	2	2	2	143	2
5	5	5	2	4	4	1	1	2	4	2	2	3	1	5	3	5	4	4	1	1	1	3	1	4	4	3	2	152	2
1	3	3	3	3	2	1	1	1	4	1	3	1	4	2	2	2	2	4	1	2	1	2	1	3	5	3	3	122	2
5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	3	4	5	5	4	5	5	2	1	4	5	1	5	4	3	3	190	3
4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	4	3	3	2	4	2	1	1	2	3	4	4	2	4	132	2
2	1	3	3	3	2	1	4	3	4	3	3	3	3	4	5	5	4	3	3	1	1	5	1	4	5	2	3	161	2
1	1	3	3	3	3	1	5	1	4	5	4	3	4	4	2	5	3	5	1	1	1	4	1	5	4	3	3	152	2
3	4	4	4	5	4	3	4	2	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	3	5	1	4	5	2	2	197	3

3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	1	2	3	2	3	4	2	3	4	3	3	1	2	3	3	3	150	2
3	3	4	4	4	3	1	3	1	4	2	2	5	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	2	4	3	3	148	2
5	4	3	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	3	4	4	3	1	3	4	3	3	189	3
1	5	4	1	3	1	1	4	1	4	3	4	5	1	3	2	1	2	2	1	1	1	1	1	5	2	4	4	120	2
4	3	4	1	4	4	1	4	2	4	2	2	4	2	2	3	2	3	4	2	1	1	2	1	3	2	3	3	133	2
3	4	5	3	5	4	3	5	4	5	4	5	5	1	5	3	5	5	5	2	4	4	2	1	2	4	4	4	192	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	151	2
3	4	3	3	5	4	1	5	2	3	2	3	2	4	5	4	5	4	5	2	1	1	4	3	3	3	3	3	175	2
4	4	2	2	3	3	1	1	3	3	1	4	1	5	4	4	4	4	4	1	1	1	3	1	3	3	3	3	166	2
3	5	4	4	5	5	3	3	5	5	3	4	4	4	4	4	5	4	4	3	2	2	3	1	5	5	3	3	189	3
2	3	3	3	4	3	1	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	5	1	1	1	3	1	2	4	3	3	148	2
2	4	2	3	4	4	1	3	2	4	3	3	3	4	4	4	5	4	5	3	1	1	5	1	3	2	3	3	173	2
4	4	3	2	4	1	1	3	1	3	2	1	1	3	4	3	3	3	3	1	1	1	2	1	4	1	3	2	132	2
4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	5	5	3	4	5	4	5	5	5	3	3	1	4	1	3	4	3	3	189	3
1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	2	1	3	2	3	2	89	1
3	4	2	4	4	3	1	1	1	4	1	3	5	3	3	2	2	4	3	1	1	1	3	1	5	4	1	1	132	2
5	3	3	4	3	2	1	2	1	5	4	2	1	3	3	4	2	2	3	2	1	1	1	1	4	1	3	3	139	2
3	3	3	2	3	1	1	3	1	3	1	1	3	1	2	3	3	2	3	1	1	1	3	1	4	3	3	3	110	1
5	3	4	3	4	4	1	4	3	4	1	2	3	2	3	2	3	2	4	1	1	1	2	1	3	1	3	3	149	2
3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	2	2	2	1	4	3	3	4	5	1	1	1	2	1	4	3	3	3	141	2
1	1	1	2	4	2	1	1	1	2	2	2	3	2	1	3	1	1	2	2	1	1	1	1	5	1	4	1	110	1
3	3	4	3	5	2	1	4	1	4	3	4	1	3	5	4	3	4	4	1	1	1	1	1	3	5	3	3	191	3
5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	1	1	1	3	3	3	5	3	3	189	3
4	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	1	4	3	4	3	4	5	4	1	1	4	3	2	5	2	2	164	2
4	5	5	3	5	3	1	5	3	5	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	3	3	5	3	4	4	3	3	188	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	4	4	139	2

3	3	3	4	4	2	1	4	4	3	4	2	1	4	3	4	3	2	2	1	1	1	3	1	4	1	5	5	143	2
1	3	3	2	3	1	1	4	3	2	2	3	2	2	4	2	1	2	4	1	1	1	1	1	3	1	3	3	115	1
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	3	2	2	150	2
1	2	2	3	4	3	1	4	1	3	3	2	2	3	4	3	3	4	5	1	1	1	4	1	4	3	2	2	141	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	151	2
4	4	4	4	5	4	1	5	2	4	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	1	1	192	3
1	3	1	1	3	2	1	2	1	3	3	2	4	3	4	4	3	3	3	1	1	1	2	1	4	1	3	2	118	1
4	2	2	1	3	2	1	3	1	3	1	3	3	2	3	2	3	2	4	1	1	1	3	1	4	2	3	3	117	1
3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	5	5	5	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	133	2
4	4	5	5	4	5	3	3	4	5	3	3	1	5	5	3	3	3	5	3	3	3	2	1	4	4	3	3	190	3
5	3	4	4	4	4	2	4	1	4	3	3	3	2	4	3	2	4	4	2	1	1	2	1	4	3	3	3	132	2
2	2	2	1	3	2	2	2	1	2	1	1	1	2	3	2	2	1	2	1	2	1	3	1	3	4	4	4	111	1
3	3	2	4	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	4	4	3	2	2	3	3	1	2	4	4	3	148	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	1	3	3	3	3	146	2
4	4	5	4	5	3	2	5	5	5	3	4	5	1	5	5	5	5	5	2	2	1	4	3	2	5	4	5	204	3
1	2	2	3	2	3	1	1	1	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	1	3	2	1	3	2	4	3	115	1
4	3	4	4	4	4	3	4	5	3	4	3	3	3	4	3	4	5	4	5	3	3	3	1	3	3	3	3	188	3
2	3	3	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	1	1	1	2	1	1	1	3	4	4	134	2
3	3	3	1	3	2	4	2	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	1	1	1	3	1	3	3	4	3	145	2
2	3	1	1	3	2	1	2	1	3	2	3	2	2	3	4	4	2	2	1	1	3	2	3	2	3	4	3	138	2
1	1	1	1	3	1	1	1	1	2	1	2	3	4	5	4	4	3	4	1	1	1	2	1	2	4	3	2	122	2

Lampiran 7. Hasil Pengolahan Data

1. Karakteristik Responden

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	13	14.8	14.8	14.8
	Perempuan	75	85.2	85.2	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20	3	3.4	3.4	3.4
	21	19	21.6	21.6	25.0
	22	57	64.8	64.8	89.8
	23	9	10.2	10.2	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

2. Analisis Univariat

Self-Compassion

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Low	45	51.1	51.1	51.1
	Moderate	37	42.0	42.0	93.2
	High	6	6.8	6.8	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

Tingkat Stress Akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	7	8.0	8.0	8.0
	Sedang	43	48.9	48.9	56.8
	Berat	38	43.2	43.2	100.0
	Total	88	100.0	100.0	

3. Tabulasi Silang

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Self_Compassion * Tingkat_Stress_Akade mik	88	100.0%	0	0.0%	88	100.0%

Self-Compassion * Tingkat Stress Akademik Crosstabulation

		Tingkat Stress Akademik			Total	
		Ringan	Sedang	Berat		
Self-Compassion	Low	Count	0	16	29	45
		% within Self-Compassion	0.0%	35.6%	64.4%	100.0%
		% within Tingkat Stress Akademik	0.0%	37.2%	76.3%	51.1%
		% of Total	0.0%	18.2%	33.0%	51.1%
	Moderate	Count	3	25	9	37
		% within Self-Compassion	8.1%	67.6%	24.3%	100.0%
		% within Tingkat Stress Akademik	42.9%	58.1%	23.7%	42.0%
		% of Total	3.4%	28.4%	10.2%	42.0%
	High	Count	4	2	0	6
		% within Self-Compassion	66.7%	33.3%	0.0%	100.0%
		% within Tingkat Stress Akademik	57.1%	4.7%	0.0%	6.8%
		% of Total	4.5%	2.3%	0.0%	6.8%
Total	Count	7	43	38	88	
	% within Self-Compassion	8.0%	48.9%	43.2%	100.0%	
	% within Tingkat Stress Akademik	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	8.0%	48.9%	43.2%	100.0%	

4. Analisis Bivariat (*Rank Spearman*)

Correlations

			<i>Self-Compassion</i>	Tingkat Stress Akademik
Spearman's rho	<i>Self-Compassion</i>	Correlation Coefficient	1.000	-.524**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	88	88
	Tingkat Stress Akademik	Correlation Coefficient	-.524**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	88	88

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian





Lampiran 9. Matriks Evaluasi

1. Matriks Evaluasi Penguji Utama



Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana

Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung
☎ 022 7830 760, 022 7830 768
✉ bku.ac.id contact@bku.ac.id

MATRIKS EVALUASI SIDANG UJIAN PROPOSAL / SKRIPSI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN TAHUN AKADEMIK 2024/2025

Nama Mahasiswa : FRUSKA SALSA DILLA
NIM : 2111EJK03025
Pembimbing : WINI RESNA / SANTI PUSPITASARI
Penguji : Lia Nurmanawati, S.Kep.Ners., M.Kep.

No	Perbaikan / Masukan (diisi pada saat ujian oleh Penguji)	Hasil Revisi (diisi oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan Penguji)
-	urgency dari penelitian ini.	halaman 3
	bagi mhsu TK 9?	
-	relevansi self compassion dlm	halaman 3
	mengurangi stress akademi.	
	akhir ?	
-	pembeda penelitian anda dgn	halaman 30
	penelitian org lain.	
-	faktor2 yg mempengaruhi	halaman 11
	stress akademi mhsu	
	selain self Compassion	
-	self compassion dlm penelitian	halaman 17
	ini ?	
-	dimensi yg akan diukur	halaman 29
	apa saja	
-	instrumen yg digunakan apakah	halaman 16
	sudah disesuaikan dengan	
	teori ?	

- subjek mhsu laki2 perempuan
Mengetahui, halaman 5

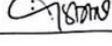
Sebelum Revisi	Setelah Revisi
1. Mahasiswa :	1. Mahasiswa :
2. Pembimbing :	2. Pembimbing :
3. Penguji :	3. Penguji :

MATRIKS EVALUASI SIDANG UJIAN PROPOSAL / SKRIPSI
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2024/2025

Nama Mahasiswa : Friska Salsi Dilla
NIM : 211820021
Pembimbing : Wini Renna, S.kg., Ners., M.kep / Santi Puspitasari, S.kg., Ners., M.kep
Penguji : Lia Nuriandawati, S.kg., Ners., M.kep

No	Perbaikan / Masukan (diisi pada saat ujian oleh Penguji)	Hasil Revisi (diisi oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan Penguji)
-	Disaran bagi mahasiswa tambahkan terkait dengan bagaimana mahasiswa bisa meningkatkan self-compassionnya	halaman 54
-	Disaran bagi universitas juga jangan tunggu mahasiswa stress tapi sarananya adalah bagaimana caranya meningkatkan self-compassion mahasiswa	halaman 54
-	Disaran untuk program studi bagaimana program studi supaya self-compassionnya mahasiswa tinggi supaya tidak terjadi stress akademik	halaman 55
S		

Mengetahui,

Sebelum Revisi	Setelah Revisi
1. Mahasiswa : 	1. Mahasiswa : 
2. Pembimbing :  	2. Pembimbing :  
3. Penguji : 	3. Penguji : 

2. Matriks Evaluasi Penguji Pendamping

 Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana

Jl. Soekarno Hatta No 75-4 Bandung
☎ 022 7830 760, 022 7830 768
✉ bku.ac.id contact@bku.ac.id

Matriks Evaluasi Sidang Ujian Proposal / Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Tahun Akademik 2024/2025

Nama Mahasiswa	: Farika Siba D.
NIM	: 211PK03025
Pembimbing	: Wati Pema, s.kg.Nos.Mkg / Siti Pujiastuti, s.kg.Nos.Mkg
Penguji	: Iman Ardin, s.kg.Nos.Mkg

No	Perbaikan / Masukan (diisi pada saat ujian oleh Penguji)	Hasil Revisi (diisi oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan Penguji)
	- perbaiki Apen, sumber ada yg masih kosong, penulisan dalam paragraf.	halaman #5
	- Bab 1 - 2. Instrumen jelaskan keefektifan & keabsahan.	halaman 30
S		

Mengetahui,

Sebelum Revisi		Setelah Revisi	
1. Mahasiswa	:	1. Mahasiswa	:
2. Pembimbing	:	2. Pembimbing	:
3. Penguji	:	3. Penguji	:



Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana

Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung
022 7830 760, 022 7830 768
bku.ac.id contact@bku.ac.id

**MATRIKS EVALUASI SIDANG UJIAN PROPOSAL / SKRIPSI
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
TAHUN AKADEMIK 2024/2025**

Nama Mahasiswa : Friska Saiga Dilla
 NIM : 210300005
 Pembimbing : Wini Resna, S.kp., Nerr., M.kp. / Santi Purijemari, S.kp., Nerr., M.kp.
 Penguji : Imam Alidin, S.kp., Nerr., M.kp.

No	Perbaikan / Masukan (diisi pada saat ujian oleh Penguji)	Hasil Revisi (diisi oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan Penguji)
-	data coding perbaikan	halaman 66
-	alasan TIKF IV belum jelas	halaman 3
-	persamaan lebih efektif lagi	halaman 43
-	Daftar II → pastikan sample	halaman 27
S		

Mengetahui,

Sebelum Revisi		Setelah Revisi	
1. Mahasiswa		1. Mahasiswa	
2. Pembimbing		2. Pembimbing	
3. Penguji		3. Penguji	

Lampiran 10. Hasil Turnitin

ORIGINALITY REPORT			
14%	13%	5%	7%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	Submitted to Universitas Putera Batam Student Paper	1	%
2	Submitted to Universitas Respati Indonesia Student Paper	1	%
3	jurnal.globalhealthsciencegroup.com Internet Source	1	%
4	pt.scribd.com Internet Source	1	%
5	Submitted to Universitas Jenderal Soedirman Student Paper	1	%
6	Submitted to Universitas Merdeka Malang Student Paper	1	%
7	repository.upstegal.ac.id Internet Source	1	%
8	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	1	%
9	docplayer.info Internet Source	1	%
10	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1	%
11	repository.iainponorogo.ac.id Internet Source	1	%

Lampiran 11. Lembar Bimbingan

1. Pembimbing Utama

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Friska Salsia Dilla
 NIM : 211FK03025
 Judul Skripsi : "Hubungan Self-compassion Dengan Tingkat Stress Akademik pada Mahasiswa Tingkat IV Program Studi Sajian Keperawatan Universitas Bhakti Kenana"
 Pembimbing Utama : Wini Resna, S.Kep.,Ners.,M.Kep
 Pembimbing Serta : Santi Puspitasari, S.Kep.,Ners.,M.Kep

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	09/November/2024	- Pengajuan judul - Diskusi mengenai kuesioner, tempat penelitian - Menyusun BAB I	
2.	11/November/2024	- Berdiskusi mengenai judul - Mencari faktor-faktor yang ada di	
3.	19/November/2024	- Memperbaiki BAB I - Menambahkan yang kurang dari BAB I	
4.	19/Januari/2025	- Parasi BAB I - Supren	
5.	29/Februari/2025	- Tambahkan di BAB I Faktor-faktor stress akademik selain self-compassion - BAB II tambahkan kategori stress akademik - Masukkan semua alat ukur selanjutnya yang dipakai	



Fakultas Keperawatan
Universitas
Bhakti Kencana

10.17.00/FRM-03/S1KEP-SPMI



LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Friska Salsa Dilla
NIM : 211403025
Judul Skripsi : "Hubungan Self-compassion Dengan Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Tingkat IV Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana"
Pembimbing Utama : Wini Resma, S.Kep, Ners, M.Kep
Pembimbing Pendamping : Santi Purpitasari, S.Kep, Ners, M.Kep

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
6.	25/Februari/2025	- Perbaiki Etik penelitian	
7.	27/Februari/2025	- Rapihin draf - Acc sidang up	
8.	21/Mei/2025	- Bimbingan Pasca up - Tambahkan Penjelasan Justifikasi terkait dampak stress akademik di Bab 1 - Perbaiki Definisi Operasional - Perbaikan kuesioner Self-Compassion	
9.	04/June/2025	- Perbaiki Keterangan Questionnaire. - Acc Penelitian	

29 J. Soeharto Halla No 754 Bandung

☎ 022 7830 760, 022 7830 766

🌐 bku.ac.id 📧 contact@bku.ac.id

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Friska Salca Dilla
 NIM : 2117K03025
 Judul Skripsi : "Hubungan Self-compassion Dengan tingkat Stress Akademik pada Mahasiswa tingkat IV Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana"
 Pembimbing Utama : Wini Resna, S.kep.,Ners.,M.kep
 Pembimbing Pendamping : Sanbi Puspitasari, S.kep.,Ners.,M.kep

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
10.	30/ Juni / 2025	Bimbingan mengenai Perhitungan kuesioner	
11.	10/ Juli / 2025	Bimbingan Hasil Penelitian dan pembahasan - Dalam pembahasan tambahkan bukti penelitian, Analisis pertanyaan, teori - Tambahkan Karakteristik usia - Di BAB III tambahkan kategori Interpretasi Distribusi frekuensi di univariat	
12.	15/ Juli / 2025	- Perbaiki pembahasan	
13.	16/ Juli / 2025	- Perbaiki Pembahasan hubungan self-compassion dengan tingkat Stress Akademik	

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Friska Salsal Dilla
 NIM : 210502025
 Judul Skripsi : "Hubungan Self-compassion Dengan Tingkat Stress Akademik pada Mahasiswa Tingkat IV program studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana"
 Pembimbing Utama : Wini Resna, S.Kep., Ners., M.Kep.
 Pembimbing Pendamping : Soneti Pusphasari, S.Kep., Ners., M.Kep.

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
11.	17 Juni 2025	• Lengkapi Draft - Lampiran • Acc Sidang Akhir	

Jl. Soekarno Hatta No 134 Bandung

☎ 022 7830 760, 022 7830 766

🌐 bku.ac.id 📧 contact@bku.ac.id

2. Pembimbing Pendamping

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Friska Salsal Dina
 NIM : 211403025
 Judul Skripsi : Hubungan self-compassion Dengan Tingkat Stress Akademik pada Mahasiswa Tingkat IV Program Studi Sasiha Keperawatan Universitas Bhakti Pancasila
 Pembimbing Utama : Wini Retna, S.kep., Ners., M.kep
 Pembimbing Serta : Santi Puspitasari, S.kep., Ners., M.kep

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	08 / November 2024	- Pengajuan Judul - Diskusi Judul - Komitmen Prossr Bimbingan	
2.	22 / November 2024	- Perbaiki Judul - Cari Fenomena - Perbaiki BAB I - Literatur yg mendukung 1. pola Asuh	
3.	24 Februari 2025	- Perbaiki justifikasi BAB I - Cari mengenai Grand teori dan Kuesioner pengukuran BAB II - Prossr penelitian + Etilk penelitian	
4.	27 Februari 2025	- BAB II Kuesioner - Alat ukur SCS + SCS-F - Lembar pengisian dref + Rapih...	

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Friska Salsa Dina
 NIM : 211603025
 Judul Skripsi : "Hubungan Self-Compassion Dengan tingkat stress Akademik Pada Mahasiswa Tingkat IV Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana"
 Pembimbing Utama : Wini Ruma, S.Kep., Ners., M.Kep.
 Pembimbing Pendamping : Sonni Puspitasari, S.Kep., Ners., M.Kep.

No.	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
5	25 Mei 2025	- Bimbingan Pasca up	
6	04 Juni 2025	- Perbaiki Kebersihan - Acc Penelitian	
7	15 Juli 2025	- Perbaiki Etik Penelitian - Perbaiki lokasi dan tempat penelitian - Perbaiki Prosedur kerja - Perbaiki tabel	
8	17 Juli 2025	Acc Daftar Sidang Akhir	

Jl. Soekarno Hatta No 154 Bandung

☎ 022 7630 760, 022 7630 766

✉ bku.ac.id contact@bku.ac.id

Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama Lengkap : Friska Salsa Dilla

NIM : 211FK03025

Tempat, Tanggal Lahir : Subang, 10 Oktober 2003

Alamat : Kp Babakan Bandung RT/RW 018/004 Desa Jati
Kec. Cipunagara Kab. Subang

E-mail : friskasalsadilla10@gmail.com

No. HP : 081220735665

Riwayat Pendidikan:

1. SDN Jati Baru II : Tahun 2009 – 2015
2. SMPN 2 Pagaden : Tahun 2015 – 2018
3. SMK Bhakti Kencana : Tahun 2018 – 2021
4. Universitas Bhakti Kencana
Program Sarjana Keperawatan : Tahun 2021 - sekarang