

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkonfirmasi pengaruh *self-compassion* terhadap *rumination* pada mahasiswa dalam menyusun tugas akhir serta apakah terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap sub tipe *reflection* dan sub tipe *brooding* pada mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir. Metodologi penelitian yang digunakan adalah kuantitatif kausalitas. Subjek penelitian ini adalah 132 mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2017 sampai 2019 yang sedang menyusun skripsi yang diperoleh melalui teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *Self-Compassion Scale* Neff, (2003b) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh (Sugianto dkk., 2020) dan *Ruminative Responses Scale* Nolen-Hoeksema 1991 versi pendek yang dikembangkan oleh (Treyner dkk., 2003). Teknik analisis data yang digunakan yaitu metode *Structural Equation Modelling Partial Least Square* (SEM-PLS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari *self-compassion* terhadap *rumination* sebesar 47,6%. Temuan ini juga menemukan bahwa mahasiswa lebih menggunakan gaya berpikir reflektif daripada gaya berpikir *brooding* saat menyusun tugas akhir.

**Kata Kunci :** *self-compassion, rumination, tugas akhir.*

## Abstrak

*This research aims to confirm the influence of self-compassion on rumination in students when preparing their final assignments and whether there is an influence of self-compassion on the reflection subtype and brooding subtype in students who are compiling their final assignments. The research methodology used is quantitative causality. The subjects of this research were 132 final year students of the Faculty of Psychology, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, class 2017 to 2019 who were writing a thesis obtained through an accidental sampling technique. The measuring instrument used is the Self-Compassion Scale Neff, (2003b) which has been adapted into Indonesian by (Sugianto et al., 2020) and the short version of the Nolen-Hoeksema 1991 Ruminative Responses Scale developed by (Treyner et al., 2003). The data analysis technique used is the Structural Equation Modeling Partial Least Square (SEM-PLS) method. The research results showed that there was a significant influence of self-compassion on rumination of 47,6%. These findings also found that students used a reflective thinking style rather than a brooding thinking style when preparing their final assignments.*

**Keywords :** *self-compassion, rumination, final assignment*