

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *SELF COMPASSION* DENGAN *BURNOUT* PADA SISWA SMA PGRI 2 PADANG

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self Compassion* dengan *Burnout* Akademik pada siswa SMA PGRI 2 Padang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Self Compassion* dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah *Burnout* Akademik. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Self Compassion* dengan *Burnout* Akademik. Teknik pengumpulan sampel dalam penelitian ini menggunakan *sampling jenuh*. Sample dalam penelitian ini yaitu sebanyak 97 siswa SMA PGRI 2 Padang. Hasil koefisien validitas pada skala *Self Compassion* dengan nilai *corrected item-total correlation* berkisar antara 0,373 sampai dengan 0,788 sedangkan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,926. Hasil koefisien validitas pada skala *Burnout* Akademik dengan nilai *corrected item-total correlation* berkisar antara 0,384 sampai dengan 0,794 sedangkan koefisien reliabilitasnya sebesar 0,933. Berdasarkan analisis data, nilai korelasi -0,516 dengan tingkat signifikansi 0,000 diperoleh, yang berarti hipotesis diterima. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Self Compassion* dan *Burnout* Akademik dengan arah negatif pada siswa SMA PGRI 2 Padang. Kontribusi efektif dari variabel *Self Compassion* terhadap *Burnout* Akademik adalah sebesar 26,6%.

Kata kunci: *self compassion, burnout akademik, siswa*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF COMPASSION AND BURNOUT IN STUDENTS OF SMA PGRI 2 PADANG

This study aims to determine the relationship between Self Compassion and Academic Burnout in students of SMA PGRI 2 Padang. The independent variable in this study is Self Compassion and the dependent variable in this study is Academic Burnout. The measuring instrument used in this study is the Self Compassion scale with Academic Burnout. The sample collection technique in this study used saturated sampling. The sample in this study was 97 students of SMA PGRI 2 Padang. The results of the validity coefficient on the Self Compassion scale with a corrected item-total correlation value ranged from 0.373 to 0.788 while the reliability coefficient was 0.926. The results of the validity coefficient on the Academic Burnout scale with a corrected item-total correlation value ranged from 0.384 to 0.794 while the reliability coefficient was 0.933. Based on data analysis, a correlation value of -0.516 with a significance level of 0.000 was obtained, which means the hypothesis is accepted. This shows that there is a significant relationship between Self Compassion and Academic Burnout with a negative direction in students of SMA PGRI 2 Padang. The effective contribution of the Self Compassion variable to Academic Burnout is 26.6%.

Keywords: self compassion, academic burnout, students