



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>



ARTIKEL PENELITIAN

## Hubungan *Self-Compassion* dengan *Professional Quality of Life* Pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter Hewan (PPDH)

INDAH WAHYU PUSPITA DEWI & AFIF KURNIAWAN M. Psi., Psikolog\*

Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan *self-compassion* dengan *professional quality of life* pada mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter Hewan (PPDH). Dengan aspek positif *professional quality of life* (*compassion satisfaction*) dan aspek negatif (*burnout* dan *secondary traumatic stress*). Metode penelitian yang digunakan merupakan metode penelitian kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan teknik *purposive sampling*. Kuesioner *Self-Compassion Scale* digunakan untuk mengukur tingkat *self-compassion*, sedangkan *professional quality of life* menggunakan *Professional Quality of Life* versi 5 (ProQOL 5). Sampel penelitian ini terdiri dari 32 mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter Hewan (PPDH). Analisis data menggunakan uji korelasi non-parametrik Spearman Rho dan *independent sample t-test* Mann-Whitney U. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan *compassion satisfaction* (*p-value* 0,718), *burnout* (*p-value* 0,161) dan *secondary traumatic stress* (*p-value* 0,477). Namun, ditemukan hubungan yang signifikan antara skor *burnout* dengan *self-compassion* (*p-value* 0,026), menunjukkan bahwa tingkat *self-compassion* berhubungan dengan tingkat *burnout* yang dialami oleh mahasiswa.

**Kata kunci:** *professional quality of life, self-compassion, mahasiswa, PPDH*

### ABSTRACT

*The aim of this research was to examine the relationship between self-compassion and professional quality of life among veterinary medical students. The study explored both the positive aspect of professional quality of life (compassion satisfaction) and the negative aspects (burnout and secondary traumatic stress). The research utilized a quantitative approach with data collected through purposive sampling. The Self-Compassion Scale questionnaire measured self-compassion levels, while the Professional Quality of Life version 5 (ProQOL 5) measured professional quality of life. The sample consisted of 32 veterinary medical students. Data analysis involved non-parametric correlation tests, Spearman Rho, and independent sample t-test, Mann-Whitney U. The results showed no significant relationship between self-compassion and compassion satisfaction (p-value 0.718), burnout (p-value 0.161), and secondary traumatic stress (p-value 0.477). However, a significant correlation was found between burnout scores and self-compassion (p-value 0.026), indicating a link between self-compassion levels and burnout experienced by the students.*

**Keywords:** *professional quality of life, self-compassion, veterinary medical student*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: [afif.kurniawan@psikologi.unair.ac.id](mailto:afif.kurniawan@psikologi.unair.ac.id)



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>),

sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

Penelitian yang dilakukan oleh Yang dkk. (2019) pada mahasiswa pendidikan pascasarjana dokter hewan melaporkan tingkat stres psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok lain seperti masyarakat umum Australia, mahasiswa kedokteran, dokter muda, dan dokter hewan praktek. Menurut penelitian yang dilakukan, mahasiswa pada tahun pertama dan kedua studi memiliki tingkat stres psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa pada tahun-tahun akhir studi mereka. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor seperti tuntutan akademik yang lebih tinggi pada tahun-tahun awal, transisi dari gelar sarjana ke gelar pascasarjana, dan faktor sosial dalam kelompok mahasiswa.

Pekerjaan yang berkaitan dengan merawat hewan yang menderita dan mengalami trauma membuat banyak profesional perawat hewan rentan terhadap stres kerja dan *compassion fatigue* (Rohlf, 2018). Mahasiswa PPDH maupun dokter hewan yang telah berpraktek, memiliki stresor yang kurang lebih sama. Beberapa diantaranya adalah tuntutan belajar, stres terkait pekerjaan, dan tantangan emosional. Mahasiswa PPDH harus menghadapi tekanan dari kurikulum yang ketat, dan dokter hewan yang telah berpraktek juga diharuskan untuk terus memperbarui pengetahuan mereka seiring dengan perkembangan bidang veteriner. Pada ranah pekerjaan, baik mahasiswa PPDH dan juga dokter hewan memiliki jam kerja serta beban kerja yang tinggi, ekspektasi dari klien, serta dilema terkait etika pilihan pengobatan. Tantangan emosional yang dihadapi juga sama, seperti eutanasia, dan kesulitan emosional yang dihadapi klien juga dapat menyebabkan beban emosional pada mahasiswa dan dokter hewan (Kogan dkk., 2005; Yang dkk., 2019).

Dalam bidang veteriner, mahasiswa PPDH tidak hanya berurusan dengan hewan, namun juga pemilik dari hewan yang mereka rawat. Penelitian sebelumnya menyimpulkan bahwa mahasiswa kedokteran hewan sangat menyadari hubungan yang kompleks dan seringkali paradoks yang mereka miliki dan akan mereka miliki dengan hewan (De Graaf, 2007). Hal ini karena dokter hewan juga mendapatkan tekanan dari relasinya dengan klien karena dokter hewan melayani dua tuan: pasien hewan dan klien manusia. Baik pasien hewan maupun klien manusia memiliki kepentingan yang sah, dan klaim moral yang bertentangan dapat muncul dari kepentingan ini. Penelitian yang dilakukan oleh Adams dkk. (2000, dalam Shaw & Lagoni, 2007) menunjukkan bahwa 70% klien terpengaruh secara emosional oleh kematian hewan peliharaan mereka dan sebanyak 30% klien mengalami kesedihan yang parah dalam mengantisipasi atau setelah kematian hewan peliharaan mereka. Selain itu, sekitar 50% klien yang diteliti melaporkan merasa bersalah tentang keputusan untuk melakukan eutanasia hewan peliharaan mereka. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kesedihan klien adalah persepsi tentang dukungan profesional yang diberikan oleh dokter hewan. Cara dokter hewan memberikan perawatan kepada klien yang hewan peliharaannya telah mati berpotensi mengurangi atau memperburuk kesedihan.

Bukti yang berkembang menunjukkan bahwa memberikan dukungan emosional kepada pemilik hewan peliharaan berkontribusi terhadap stres di antara anggota tim praktek dokter hewan (Williams & Mills, 2000 dalam Shaw & Lagoni, 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Spitznagel dkk., (2019) menunjukkan bahwa frekuensi perilaku dan interaksi klien yang membuat stres berkorelasi positif dengan tingkat stres dan *burnout* pada dokter hewan. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Rhodes dkk., (2022) dengan menggunakan 222 dokter hewan perempuan memperlihatkan hasil bahwa pengalaman negatif dengan klien menunjukkan arah tidak langsung kepada *burnout* yang lebih spesifik,

*burnout* karena klien dan pekerjaan. Sebaliknya, pengalaman positif dengan klien mengarah langsung pada tingkat depresi dan *burnout* yang rendah (Mannette, 2004 dalam Shaw & Lagoni, 2007).

Menurut Coetzee dan Klopper (2010), dalam ranah perawat manusia, perawat merasa memiliki tujuan dan makna dalam pekerjaan mereka ketika mereka melihat adanya perbaikan kondisi pasien. Mereka menyadari bahwa peran yang mereka ambil memiliki dampak positif pada masyarakat dan ini memberikan kepuasan dalam menjalankan tugas mereka dengan baik. Namun, lingkungan kerja yang penuh tekanan membuat perawat rentan mengalami kelelahan fisik dan psikologis, serta mengalami trauma yang khusus bagi mereka. Akibatnya, perawat dapat mengalami *compassion fatigue* yang menghambat kemampuan mereka dalam memberikan perawatan yang berkualitas. Belas kasih, kepedulian, atau *compassion* merupakan elemen dasar yang diperlukan oleh mereka yang berkecimpung dalam bidang veteriner. Tanpa adanya *compassion*, pekerja pada bidang ini tidak akan mungkin bisa memberikan pelayanan terbaik kepada para hewan serta klien yang membutuhkan. Para profesional pada bidang veteriner mungkin tidak menyadari jika mereka mengalami *compassion fatigue*, meski mereka tengah menderita karena efek yang ditimbulkan. Hal tersebut dapat menjadi masalah baik itu di rumah maupun di tempat kerja. *Compassion fatigue* dapat menyebabkan munculnya penyakit fisik yang menghalangi para pekerja dalam bidang veteriner ini untuk menjalankan pekerjaan mereka dengan baik (Dobbs, 2014).

Menunjukkan empati klinis, seiring waktu, dapat berkontribusi pada kelelahan belas kasihan (*compassion fatigue*) dan kelelahan emosional (Duarte dkk., 2016). Pada akhirnya, hal tersebut dapat mengurangi kualitas hidup profesional mahasiswa pendidikan profesi dokter hewan (PPDH). Kualitas hidup profesional dalam pekerjaan penolong seperti mahasiswa PPDH melibatkan kepuasan berempati dan kelelahan belas kasihan (*compassion fatigue*). Menurut Stamm (2010), kualitas hidup profesional mencakup kepuasan berempati (*compassion satisfaction*) dan kelelahan belas kasihan (*compassion fatigue*). Kepuasan berempati terjadi ketika mahasiswa PPDH merasa puas dan bahagia karena dapat membantu pasien dan klien serta melakukan tugas mereka dengan baik. Di sisi lain, kelelahan belas kasihan adalah kondisi di mana mahasiswa PPDH mengalami kelelahan emosional dan fisik, serta perasaan negatif yang timbul akibat rasa takut dan trauma yang terkait dengan pekerjaan mereka sebagai penolong. Menurut Stamm (2010) kelelahan belas kasihan dapat terbagi menjadi dua kategori, yaitu kelelahan kerja (*burnout*) dan stres trauma sekunder (*secondary traumatic stress/STS*). Kelelahan kerja adalah keadaan di mana terjadi penurunan bertahap dalam kesejahteraan fisik dan emosional, yang mengakibatkan kesulitan dalam menjalankan tugas secara efektif. STS adalah respons emosional yang muncul akibat membantu atau ingin membantu pasien dan klien yang secara langsung mengalami trauma atau penderitaan. Kualitas hidup profesional yang baik dicapai ketika kepuasan berempati tinggi dan kelelahan belas kasihan rendah (Beaumont dkk., 2016).

Pérez-García dkk., (2021) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa empati, resiliensi, dan *self-compassion* memberikan dampak pada *professional quality of life*. Empati dan *self-compassion* mempengaruhi tingkat kelelahan emosional (*compassion fatigue*), sedangkan resiliensi mempengaruhi tingkat kepuasan dan tingkat kelelahan kerja (*burnout*). Seperti yang tertulis pada penelitian sebelumnya, *self-compassion* dapat memengaruhi kualitas hidup profesional. *Self-compassion* adalah sikap yang terbuka terhadap penderitaan, kegagalan, atau kekurangan diri sendiri. Hal ini berarti melibatkan usaha untuk meredakan penderitaan yang dialami dengan sikap yang baik, memberikan pemahaman tanpa menghakimi, dan melihat pengalaman tersebut sebagai bagian dari pengalaman umum manusia (Neff, 2003). *Self-compassion* memiliki tiga aspek, *self-kindness vs self-judgement*, *common humanity vs isolation*, dan *mindfulness vs over-identification*. *Self-kindness* merupakan sikap

untuk bersikap baik dan memahami diri sendiri daripada menghakimi (*self-judgement*). *Common humanity* berarti melihat peristiwa yang dialami sebagai bagian dari pengalaman manusia yang umum daripada merasa terisolasi. Kemudian *mindfulness* merupakan kesadaran akan pikiran dan perasaan yang terkait dengan pengalaman saat ini dengan keseimbangan daripada terlalu terjatuh dalam perasaan negatif (*over-identification*).

Meskipun banyak penelitian tentang *self-compassion* dan *professional quality of life* telah banyak dilakukan pada berbagai profesi, termasuk perawat, namun sampai saat ini, terdapat sedikit penelitian yang menyelidiki hubungan antara faktor psikologis dengan kualitas hidup profesional pada mahasiswa pendidikan profesi dokter hewan (PPDH). Melalui mesin pencari seperti Google Scholar, peneliti belum menemukan penelitian yang menggali hubungan antara *self-compassion* dengan kualitas hidup profesional pada mahasiswa PPDH, terutama di Indonesia. Melihat kondisi ini, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan tersebut dengan menguji hubungan antara *self-compassion* dengan *professional quality of life* pada mahasiswa PPDH.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif korelasional dengan menggunakan survei untuk proses pengambilan data. Penelitian dengan menggunakan desain survei ini memiliki tujuan untuk menghasilkan deskripsi secara numerik tentang sikap, pendapat, atau tingkah laku dari populasi yang diteliti dengan cara meneliti salah satu atau lebih dari sampel populasi yang dipilih (Supratiknya, 2015). Peneliti menggunakan desain penelitian potong lintang atau *cross-sectional*. Studi *cross-sectional* dilakukan pada satu titik waktu atau dalam waktu singkat dan studi ini dilakukan untuk menyelidiki hubungan antara faktor risiko dan hasil yang diinginkan (Levin, 2006).

### *Partisipan*

Penelitian ini menggunakan mahasiswa kedokteran hewan yang tengah menempuh pendidikan profesi dokter hewan (PPDH) sebagai partisipan. Partisipan yang didapatkan berjumlah 32 mahasiswa yang tersebar dari lima universitas yang berbeda ( $M_{usia}=23$ ;  $SD_{usia}=1,51$ ; 31,3% laki-laki; 68,8% perempuan).

### *Pengukuran*

Penelitian yang dilakukan menggunakan metode survei yang dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara *online*. Terdapat dua kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu *Self-Compassion Scale* (SCS) dengan total 26 aitem (K. D. Neff et al., 2019) yang telah ditranslasi oleh Sugianto dkk., (2020) dan skala *Professional Quality of Life version 5* (B Hudnall Stamm, 2009) yang telah ditranslasi oleh Eka dkk ((Jantacumma, 2016) dengan total 30 aitem. Kedua skala yang digunakan menggunakan skala likert dengan rentang 1 sampai 5.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kedua variabel dalam penelitian ini telah digunakan dalam penelitian-penelitian sebelumnya dan menunjukkan bahwa *Professional Quality of Life* versi 5 dan *Self-Compassion Scale* memiliki validitas yang baik. Hasil translasi dari SCS menunjukkan bahwa butir-butir dalam SCS memiliki muatan faktor yang cukup memuaskan serta memiliki korelasi antar butir yang cukup baik. Indikator-indikator ini dinilai merepresentasikan *self-compassion* dan komponen-komponennya dan mengindikasikan bahwa tiap butirnya mengukur hal yang sama (Sugianto dkk., 2020). Geoffrion dkk., (2019) melakukan uji validitas konstruk pada ProQOL dan menunjukkan hasil bahwa secara keseluruhan *compassion satisfaction* dan *compassion fatigue* mewakili tingkat yang lebih tinggi dan lebih rendah dari konstruksi yang sama daripada dua konstruksi yang berbeda, hal ini

membuat peneliti dan klinisi dapat menghitung skor tunggal untuk menilai tingkat kualitas hidup profesional individu para profesional.

Sugianto dkk., (2020) menunjukkan SCS yang ditranslasi ke bahasa Indonesia memiliki reliabilitas yang baik dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,872 untuk keseluruhan butir SCS dalam versi bahasa Indonesia. Reliabilitas komposit yang diukur menggunakan *MacDonald's  $\omega$*  menunjukkan nilai 0,873. Setiap subskala memiliki nilai yang berkisar antara 0,60-0,78. Nilai tersebut menunjukkan bahwa SCS versi bahasa Indonesia memiliki reliabilitas yang cukup baik. Reliabilitas ProQOL yang telah ditranslasi dan diadaptasi di Indonesia menunjukkan hasil uji VR memiliki nilai *Cronbach Alpha* 0,738 (total). Nilai *Cronbach Alpha* per dimensi adalah 0,795 untuk *Compassion satisfaction*, 0,7 untuk *Burnout* dan 0,749 untuk *Secondary Trauma Stress*.

### *Analisis Data*

Penelitian yang dilakukan menggunakan teknik korelasi Spearman's Rho untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar kedua variabel. Analisis dilakukan dengan menggunakan program *Jamovi 2.3.26 for Windows*. Sebelum melakukan uji hipotesis, penulis terlebih dahulu melakukan uji asumsi. Hasil uji asumsi yang dilakukan dengan menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data terdistribusi normal dengan nilai signifikansi lebih dari 0,05. Namun, hasil uji linearitas dengan menggunakan *scatterplot* memperlihatkan bahwa data yang diperoleh tidak linear. Maka, penulis menggunakan analisis non-parametrik Spearman's Rho untuk melakukan uji hipotesis.

## HASIL PENELITIAN

### *Analisis Deskriptif*

Hasil uji analisis deskriptif dengan 32 partisipan (N=32) menunjukkan hasil nilai variabel *self-compassion* (M=3,33; SD=0,475) dan variabel *professional quality of life* dengan subskala *compassion satisfaction* (M=41,2; SD=5,10), *burnout* (M=25,3; SD=5,18), dan *secondary traumatic stress* (M=26,6; SD=7,06). Berdasarkan kategorisasi penormaan, data yang didapatkan menunjukkan 22 orang berada pada kategori sedang untuk skor *self-compassion* (68,8%) dan 10 orang berada pada kategori tinggi (31,3%). Pada *professional quality of life* subskala *compassion satisfaction* menunjukkan 14 orang berada pada kategori sedang (43,75%) dan 18 orang berada pada kategori tinggi (56,25%). Skor subskala *burnout* menunjukkan 11 orang berada pada kategori rendah (34,38%) dan 21 orang berada pada kategori sedang (65,63%). Kemudian, skor subskala *secondary traumatic stress* menunjukkan 9 orang berada pada kategori rendah (28,13%) dan 23 orang berada pada kategori sedang (71,88%).

### *Uji Korelasi*

Berdasarkan hasil uji korelasi, ditemukan bahwa *self-compassion* berkorelasi positif namun tidak signifikan ( $r(32) = 0,067$ ;  $p > 0,05$ ) dengan *compassion satisfaction*. *Self-compassion* dengan *burnout* menunjukkan korelasi negatif namun tidak signifikan ( $r(32) = -0,254$ ;  $p > 0,05$ ). Kemudian, *self-compassion* dengan *secondary traumatic stress* juga berkorelasi negatif namun tidak signifikan ( $r(32) = -0,130$ ;  $p > 0,05$ ).

Kemudian, untuk melihat apakah terdapat perbedaan skor antar kedua variabel, peneliti menggunakan *independent sample t-test* Mann-Whitney U untuk melihat perbedaannya. Didapatkan hasil bahwa tidak ada perbedaan signifikan dalam hal skor *Self-Compassion Scale* (SCS) ( $U = 120$ ,  $p = 0,820$ ) dengan *compassion satisfaction*. Untuk skor pada subskala *burnout*, terdapat perbedaan yang signifikan dengan



skor *self-compassion* ( $U = 59,0, p = 0,026$ ). Skor pada subskala *secondary traumatic stress* dengan skor *self-compassion* tidak didapatkan hasil yang signifikan ( $U = 67,5, p = 0,137$ ). Hasil Spearman's Rho untuk menguji korelasi tiap subskala menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara subskala *common humanity* dalam skala *self-compassion* dengan subskala *burnout* pada skala *professional quality of life* ( $r(32) = -0,379; p < 0,05$ ).

### DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dan *professional quality of life*. Tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat *self-compassion* dan tingkat *compassion satisfaction*, *burnout*, dan *secondary traumatic stress* pada sampel penelitian ini. Hal ini didasarkan pada hasil analisis yang menunjukkan bahwa *p-value* yang diperoleh lebih besar dari tingkat signifikansi yang telah ditentukan sebesar 0,05. Oleh karena itu, tidak ada cukup bukti untuk menolak hipotesis nol ( $H_0$ ) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel *self-compassion* dan *compassion satisfaction*, *burnout*, serta *secondary traumatic stress* pada populasi yang diteliti. Namun, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *self-compassion* dan tingkat *burnout* ( $U = 59, p = 0,026$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *self-compassion* yang rendah cenderung mengalami tingkat *burnout* yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki tingkat *self-compassion* yang tinggi. Hasil analisis Spearman Rho pada tiap subskala menunjukkan bahwa subskala *common humanity* yang signifikan dengan *burnout* ( $r(32) = -0,379; p < 0,05$ ).

Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Underriner (2023) guna mengeksplorasi hubungan antara *burnout*, isolasi, *secondary trauma*, dan *self-compassion* pada penyedia layanan kesehatan mental, menunjukkan hasil bahwa terdapat korelasi terbalik antara skor *burnout* dan skor *common humanity* pada subskala ( $r = -0,684, p = 0,003$ ). Artinya, semakin tinggi skor *common humanity*, semakin rendah skor *burnout*. *Common humanity* adalah salah satu subskala pada *self-compassion scale (SCS)* yang mengukur sejauh mana seseorang merasa terhubung dengan orang lain dan menyadari bahwa penderitaan dan kesulitan adalah pengalaman manusia yang umum. Dengan merasakan keterhubungan dengan orang lain dan menyadari bahwa penderitaan adalah pengalaman manusia yang umum, seseorang dapat merasa lebih terhubung dan lebih mampu mengatasi stres dan tekanan yang terkait dengan pekerjaan sebagai penyedia layanan kesehatan mental.

Hal ini memberikan wawasan penting tentang peran *self-compassion* dalam mengurangi risiko *burnout* pada mahasiswa pendidikan profesi dokter hewan (PPDH). Meskipun *self-compassion* tidak memiliki hubungan langsung dengan aspek-aspek lain dari *professional quality of life*, peningkatan *self-compassion* dapat menjadi faktor yang dapat membantu mengatasi *burnout*. Namun, penting untuk mencatat bahwa hubungan ini mungkin kompleks dan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memperdalam pemahaman tentang hubungan antara *self-compassion* dan komponen-komponen *professional quality of life* dalam konteks mahasiswa PPDH.

Terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang mengeksplorasi hubungan ini pada populasi lain seperti penelitian yang dilakukan oleh Beaumont dkk., (2016) mengenai hubungan antara *self-compassion*, *compassion fatigue*, dan *burnout* pada 54 mahasiswa terapis dan konselor yang berada pada tahun terakhir studi menunjukkan bahwa mahasiswa yang melaporkan tingkat *self-compassion* dan *well-being* yang tinggi juga melaporkan gejala *compassion fatigue* dan *burnout* yang lebih sedikit. Durkin dkk., (2016) melakukan penelitian lain dengan subjek 37 mahasiswa keperawatan dengan rentang usia 23-56 tahun. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-compassion*, *compassion satisfaction*, *burnout*, dan *well-being* pada perawat. Perawat yang memiliki tingkat *self-*

*compassion* yang lebih tinggi cenderung memiliki gejala *burnout* yang lebih rendah. Selain itu, perawat yang merasa lebih puas dengan pekerjaannya cenderung memiliki tingkat *compassion* yang lebih tinggi, *well-being* yang lebih positif, dan cenderung kurang mengalami *burnout*.

Dalam penelitian ini, tidak ditemukan hubungan signifikan antara *self-compassion* dan komponen penyusun *professional quality of life*. Hasil penelitian yang demikian dapat terjadi karena perbedaan populasi yang digunakan, faktor budaya, demografis, atau faktor psikologis yang lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Durkin dkk. (2016) menggunakan perawat sebagai partisipan, yang mana dalam pekerjaannya, perawat hanya fokus untuk merawat pasien manusia. Sedangkan mahasiswa PPDH, memiliki karakteristik pekerjaan yang unik, mereka dituntut untuk memberikan perhatian dan kepedulian kepada pasien sekaligus klien. Hal ini membuat beban kerja mahasiswa PPDH lebih berat dibandingkan perawat (Yang dkk., 2019). Beban kerja ini yang dapat memicu munculnya *burnout* pada mahasiswa PPDH (Maslach & Leiter, 2017).

Terdapat beberapa keterbatasan dan kelemahan dalam penelitian ini yang perlu diperhatikan. Pertama, pengumpulan data hanya dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif, sehingga tidak memberikan gambaran mendalam terkait pengalaman subjektif partisipan. Kedua, jumlah partisipan dalam penelitian ini relatif kecil sehingga mungkin tidak mewakili populasi secara keseluruhan.

### SIMPULAN

Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dan *professional quality of life*. Hasil penelitian penulis yang tidak menemukan hubungan antara *self-compassion* dan *professional quality of life* pada mahasiswa Profesi Pendidikan Dokter Hewan (PPDH) tidak meniadakan temuan sebelumnya, namun menambah pemahaman mengenai kompleksitas hubungan ini dan perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk mengkaji konteks dan faktor-faktor yang mempengaruhinya secara lebih mendalam.

Saran untuk peneliti selanjutnya, peneliti diharapkan untuk menambah jumlah partisipan, serta mengukur faktor psikologis yang lain untuk memperdalam pemahaman terkait kompleksitas hubungan antara *self-compassion* dan *professional quality of life*, dan melakukan penelitian menggunakan partisipan dengan rentang masa studi yang lebih bervariasi.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Tuhan YME, dan seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi peneliti. Serta kepada para calon dokter hewan yang telah bersedia meluangkan waktu di tengah kesibukannya untuk membagikan dan mengisi kuesioner penelitian.

### DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

**“Indah Wahyu Puspita Dewi tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.”**

### PUSTAKA ACUAN

Beaumont, E., Durkin, M., Hollins Martin, C. J., & Carson, J. (2016a). Compassion for others, self-compassion, quality of life and mental well-being measures and their association with



- compassion fatigue and burnout in student midwives: A quantitative survey. *Midwifery*, *34*, 239–244. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2015.11.002>
- Beaumont, E., Durkin, M., Hollins Martin, C. J., & Carson, J. (2016b). Measuring relationships between self-compassion, compassion fatigue, burnout and well-being in student counsellors and student cognitive behavioural psychotherapists: A quantitative survey. *Counselling and Psychotherapy Research*, *16*(1), 15–23. <https://doi.org/10.1002/capr.12054>
- Coetzee, S. K., & Klopper, H. C. (2010). Compassion fatigue within nursing practice: A concept analysis. *Nursing and Health Sciences*, *12*(2), 235–243. <https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2010.00526.x>
- De Graaf, G. (2007). Veterinary students' views on animal patients and human clients, using Q-methodology. *Journal of Veterinary Medical Education*, *34*(2), 127–138. <https://doi.org/10.3138/jvme.34.2.127>
- Dobbs, K. (2014). Compassion Fatigue: Healing with a Heart. *Advanced Monitoring and Procedures for Small Animal Emergency and Critical Care*, 836–845. <https://doi.org/10.1002/9781118997246.ch65>
- Duarte, J., Pinto-Gouveia, J., & Cruz, B. (2016). Relationships between nurses' empathy, self-compassion and dimensions of professional quality of life: A cross-sectional study. *International Journal of Nursing Studies*, *60*, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.02.015>
- Durkin, M., Beaumont, E., Hollins Martin, C. J., & Carson, J. (2016). A pilot study exploring the relationship between self-compassion, self-judgement, self-kindness, compassion, professional quality of life and wellbeing among UK community nurses. *Nurse Education Today*, *46*, 109–114. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2016.08.030>
- Geoffrion, S., Lamothe, J., Morizot, J., & Giguère, C. É. (2019). Construct Validity of the Professional Quality of Life (ProQoL) Scale in a Sample of Child Protection Workers. *Journal of Traumatic Stress*, *32*(4), 566–576. <https://doi.org/10.1002/jts.22410>
- Jantacumma, N. (2016). The Impact of Social Support, Stress, Domestic violence, Depression, and Health Literacy on Quality of Life among Pregnant Teenagers. In *Researchgate.Net*. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/327829217>
- Kogan, L. R., Mcconnell, S. L., & Schoenfeld-Tacher, R. (2005). Stress in Veterinary Students Veterinary Students and Non-academic Stressors. *Journal of Veterinary Medical Education*, *32*(2), 193–200. Retrieved from <http://jvme.utpjournals.press.proxy.library.cornell.edu/doi/pdf/10.3138/jvme.32.2.193>
- Levin, K. A. (2006). Study design III: Cross-sectional studies. *Evidence-Based Dentistry*, *7*(1), 24–25. <https://doi.org/10.1038/sj.ebd.6400375>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout. *Medical Teacher*, *39*(2), 160–163. <https://doi.org/10.1080/0142159X.2016.1248918>
- Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, *2*(2), 85–101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
- Neff, K. D., Tóth-Király, I., Yarnell, L., Arimitsu, K., Castilho, P., Ghorgani, N., & Mantios, M. (2019). Examining the factor structure of the self-compassion scale using exploratory SEM bifactor analysis in 20 diverse samples: Support for use of a total score and six subscale scores.

*Psychological Assessment*, 31(1), 27–45.

- Pérez-García, E., Ortega-Galán, Á. M., Ibáñez-Masero, O., Ramos-Pichardo, J. D., Fernández-Leyva, A., & Ruiz-Fernández, M. D. (2021). Qualitative study on the causes and consequences of compassion fatigue from the perspective of nurses. *International Journal of Mental Health Nursing*, 30(2), 469–478. <https://doi.org/10.1111/inm.12807>
- Rhodes, R. L., Noguchi, K., & Agler, L. M. L. (2022). Female veterinarians' experiences with human clients: the link to burnout and depression. *International Journal of Workplace Health Management*, 15(5), 572–589. <https://doi.org/10.1108/IJWHM-01-2021-0007>
- Rohlf, V. I. (2018). Interventions for occupational stress and compassion fatigue in animal care professionals-a systematic review. *Traumatology*, 24(3), 186–192. <https://doi.org/10.1037/trm0000144>
- Shaw, J. R., & Lagoni, L. (2007). End-of-Life Communication in Veterinary Medicine: Delivering Bad News and Euthanasia Decision Making. *Veterinary Clinics of North America - Small Animal Practice*, 37(1), 95–108. <https://doi.org/10.1016/j.cvsm.2006.09.010>
- Spitznagel, M., Ben-Porath, Y., Rishniw, M., Kogan, L., & Carlson, M. (2019). Development and validation of a Burden Transfer related to client behavior. *Journal of the American Veterinary Medical Association*, 254(1), 133–144.
- Stamm, B. Hudnall. (2009). The Professional Quality of Life Scale ( ProQOL): Compassion Satisfaction. Burnout and Compassion Fatigue/Secondary Trauma Scales. *Sidtan Press*, 5, 1.
- Stamm, Beth Hudnall. (2010). *The Concise ProQOL Manual [Internet]. 2nd Ed. Pocatello; 2010. Disponible en: ProQOL.org.*
- Sugianto, D, Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). Skala Welas Diri. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 1–3. <https://doi.org/10.24854/jpu02020-337>
- Sugianto, Dicky, Suwartono, C., & Sutanto, S. H. (2020). *RELIABILITAS DAN VALIDITAS SELF-COMPASSION SCALE VERSI BAHASA INDONESIA*. (May). <https://doi.org/10.24854/jpu02020-337>
- Supratiknya, A. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif dalam Psikologi*. Universitas Sanata Dharma.
- Underriner, M. (2023). *Relationships Between Burnout, Isolation, Secondary Trauma, and Self-Compassion in Mental Health Providers*.
- Yang, H. H., Ward, M. P., & Fawcett, A. (2019). DVM students report higher psychological distress than the Australian public, medical students, junior medical officers and practicing veterinarians. *Australian Veterinary Journal*, 97(10), 373–381. <https://doi.org/10.1111/avj.12845>