

ABSTRAK

Peran *Self Compassion* terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Kedokteran

Sebagai seorang mahasiswa kedokteran, dalam kegiatannya tidak lepas dari masalah yang dapat menimbulkan stress. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa stres pada mahasiswa fakultas kedokteran sangat tinggi dibandingkan dengan fakultas lain sektor non-medis. Dalam mengatasi berbagai tantangan dan permasalahan, maka setiap mahasiswa harus bisa menjadi resilien yaitu dapat bangkit, mampu bertahan, dan memperbaiki kekecewaan yang dihadapinya. Dalam ajaram Islam, resiliensi didefinisikan sebagai proses individu untuk dapat ikhlas dan tawakkal terhadap masalah yang dihadapinya, kemudian dapat memaknai masalah sebagai suatu ujian atau cobaan yang harus disikapi dengan baik. Salah satu hal yang dibutuhkan untuk membantu ketenangan psikologis mahasiswa adalah melalui adanya *self compassion*. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat peranan *self compassion* terhadap resiliensi pada mahasiswa fakultas kedokteran. Sampel dalam penelitian ini adalah 292 mahasiswa fakultas kedokteran dengan menggunakan adaptasi alat ukur *Self Compassion Scale* (SCS) dan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC). Hasil uji regresi menunjukkan bahwa *self compassion* memiliki peran yang signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa fakultas kedokteran sebesar 24,6% ($R=0,496$, $p<0,05$). Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan *self compassion* agar dapat membantu pengembangan resiliensi yang dimiliki mahasiswa fakultas kedokteran.

Kata kunci: Mahasiswa Kedokteran, Self Compassion, Resiliensi

ABSTRACT

The Role of *Self Compassion* towards Resilience among Medical Students

As a medical student, their activities cannot be separated from problems that can cause stress. Previous research has shown that stress on medical students is very high compared to the other non-medical sector faculty. In overcoming various challenges and problems, every student must be able to be resilient, be able to survive, and be able to improve the disappointments. In Islam, resilience is defined as an individual process to be able to sincerity and tawakkal to the problems, afterward the students can interpret the problem as a test or trial which must be handled properly. One of the things to be needed to help students's psychological condition is through the existence of self compassion. Therefore, this study aims to see the role of self-compassion towards resilience among medical students. The sample in this research is 292 medical students by using adaptation of Self Compassion Scale (SCS) and Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) instrument. Regression test results showed that self compassion has a significant role to predict resilience among Indonesian medical students by 24.6% effective contribution ($R = 0.496$, $p < 0.05$). The results of this study are expected to contribute in improving self compassion in order to assist the development of resilience owned by medical students.

Keywords: Medical Students, Self Compassion, Resilience