

SELF-COMPASSION DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PERAWAT RUMAH SAKIT

Zakiyyatun Fadhillah¹, Nur Widiasmara²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan *psychological well-being* pada perawat Rumah Sakit. Subjek penelitian ini berjumlah 178 perawat Rumah Sakit, berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan, dengan rentang usia diatas 20 tahun dan minimal sudah bekerja selama satu tahun di Rumah Sakit. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non-probability sampling*, yaitu *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional menggunakan skala *self-compassion* milik Neff (2003) yang di adaptasi dalam Bahasa Indonesia oleh Sugianto, Suwanto, dan Susanto (2020), dan skala *psychological well-being* milik Ryff (1989) yang telah di modifikasi oleh Miftahuddin (2018). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-compassion* dan *psychological well-being* pada perawat Rumah Sakit dengan nilai $r = 0.773$ signifikansi $P = 0.000$ ($P < 0.05$), dimana semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi *psychological well-being* yang dimiliki perawat Rumah Sakit, begitupun sebaliknya. Selain itu, penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif antar aspek *self-compassion* dengan variabel *psychological well-being* pada perawat Rumah Sakit, yang menunjukkan aspek *mindfulness* memiliki nilai koefisien korelasi paling tinggi terhadap *psychological well-being* dengan nilai $r = 0.600$ signifikansi $P = 0.000$ ($P < 0.05$), dimana semakin tinggi *mindfulness* maka semakin tinggi *psychological well-being* yang dimiliki perawat Rumah Sakit.

Kata kunci: *self-compassion*, *psychological well-being*, perawat, rumah sakit.