

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* TERHADAP KECENDERUNGAN DEPRESI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN TINGKAT AKHIR

Rachel Dyah Ayuningtyas¹, Novi Qonitatin¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

E-mail: racheldyahaaa@gmail.com

ABSTRAK

Mahasiswa Fakultas Kedokteran tingkat akhir dikenal memiliki risiko kecenderungan depresi yang tinggi akibat tekanan akademik dan penyusunan tugas akhir. *Self-compassion*, sikap penuh penerimaan terhadap diri sendiri saat menghadapi kesulitan, diduga berkaitan dengan kondisi tersebut. Penelitian ini bertujuan menguji hubungan antara *self-compassion* dengan kecenderungan depresi pada 93 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro tingkat akhir, yang dipilih melalui *convenience sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Indonesian Beck Depression Inventory-II* (IDN-BDI-II) dan Skala Welas Diri (SWD), lalu dianalisis dengan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori *self-compassion* sedang (66,7%), sementara kecenderungan depresi didominasi kategori berat (44,1%). Uji hipotesis menghasilkan $r = -0,673$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Temuan ini membuktikan adanya hubungan negatif yang signifikan dan kuat antara *self-compassion* dengan kecenderungan depresi, di mana semakin tinggi *self-compassion* mahasiswa, semakin rendah kecenderungan depresinya.

Kata Kunci: *self-compassion*, kecenderungan depresi, mahasiswa kedokteran tingkat akhir