

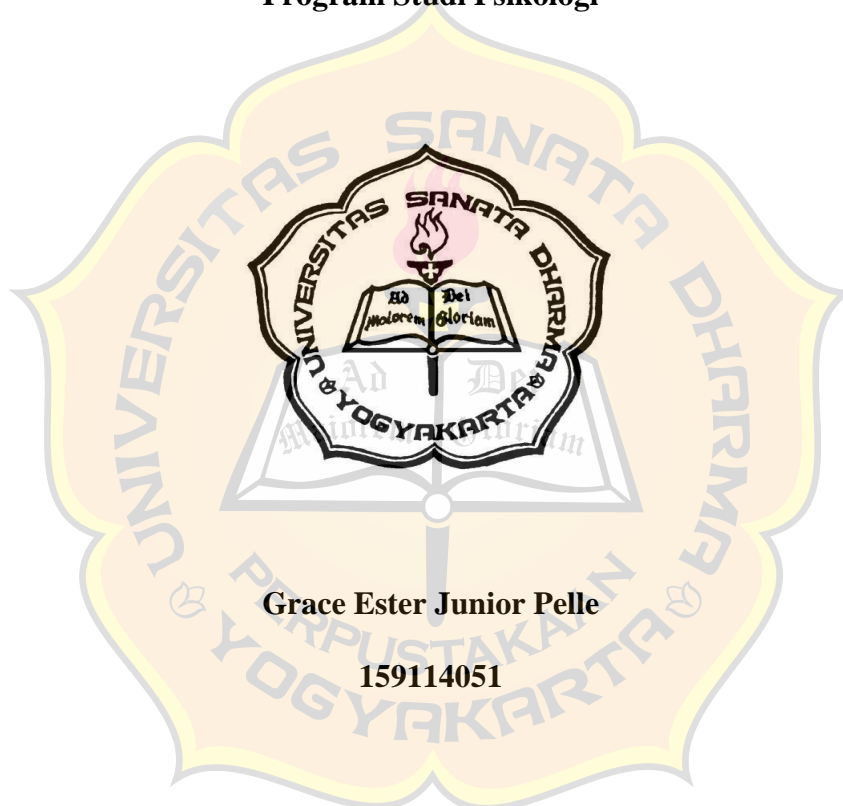
# **COMPASSION FATIGUE PADA PSIKOLOG KLINIS**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Syarat**

**Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Program Studi Psikologi**



**Grace Ester Junior Pelle**

**159114051**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS SANATA DHARMA**

**YOGYAKARTA**

**2022**

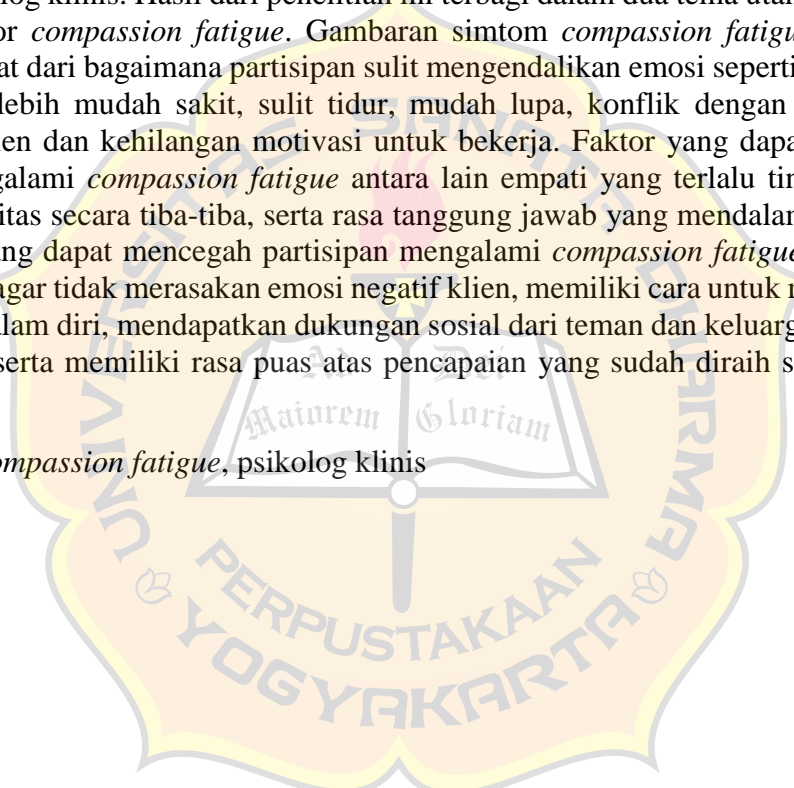
## COMPASSION FATIGUE PADA PSIKOLOG KLINIS

*Grace Ester Junior Pelle*

### ABSTRAK

*Compassion fatigue* merupakan keadaan saat individu merasakan kelelahan baik secara emosional maupun fisik karena memberikan rasa empati yang mendalam pada seseorang yang merasakan trauma atau kesakitan dalam hidupnya. *Compassion fatigue* dapat dirasakan oleh tenaga kerja kesehatan, salah satunya adalah psikolog klinis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *compassion fatigue* meliputi simtom dan faktor-faktor *compassion fatigue* pada psikolog klinis. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan desain penelitian analisis isi kualitatif. Metode pengumpulan data penelitian ini adalah wawancara semi terstruktur. Partisipan dalam penelitian ini merupakan tiga orang psikolog klinis. Hasil dari penelitian ini terbagi dalam dua tema utama yaitu simtom dan faktor-faktor *compassion fatigue*. Gambaran simtom *compassion fatigue* yang dialami partisipan terlihat dari bagaimana partisipan sulit mengendalikan emosi seperti marah dan rasa tidak berdaya, lebih mudah sakit, sulit tidur, mudah lupa, konflik dengan orang terdekat, menghindari klien dan kehilangan motivasi untuk bekerja. Faktor yang dapat menyebabkan partisipan mengalami *compassion fatigue* antara lain empati yang terlalu tinggi pada klien, perubahan rutinitas secara tiba-tiba, serta rasa tanggung jawab yang mendalam atas kesakitan klien. Faktor yang dapat mencegah partisipan mengalami *compassion fatigue* adalah dengan membatasi diri agar tidak merasakan emosi negatif klien, memiliki cara untuk mengisi kembali energi positif dalam diri, mendapatkan dukungan sosial dari teman dan keluarga, dekat dengan sang Pencipta, serta memiliki rasa puas atas pencapaian yang sudah diraih sebagai psikolog klinis.

**Kata kunci:** *Compassion fatigue*, psikolog klinis



## COMPASSION FATIGUE ON CLINICAL PSYCHOLOGIST

*Grace Ester Junior Pelle*

### ABSTRACT

*Compassion fatigue is a condition when individuals feel exhausted both emotionally and physically since they provide a deep sense of empathy for someone who feels trauma or pain in their life. Compassion fatigue can be felt by health workers, one of which is a clinical psychologist. This study aims to determine the overview of compassion fatigue including the symptoms and factors of compassion fatigue in clinical psychologists. Furthermore, the type of research used was qualitative research using a qualitative content analysis research design. The method of data collection in this research was semi-structured interviews. Meanwhile, the participants in this study were three clinical psychologists. The results of this study are divided into two main themes that are symptoms and factors of compassion fatigue. Furthermore, the symptoms of compassion fatigue experienced by participants can be seen from how participants find it difficult to control emotions; such as, anger and helplessness, get sick more easily, have sleeping difficulty, forget easily, conflict with those closest to them, avoid clients and lose motivation to work. In addition, factors which will cause participants to experience compassion fatigue include high empathy for clients, sudden changes in routine, and a deep sense of responsibility for the client's pain. Meanwhile, factors which can prevent participants from experiencing compassion fatigue are by limiting themselves so as not to feel the client's negative emotions, having ways to replenish the positive energy within themselves, getting social support from friends and family, being close to God, and having a sense of satisfaction with the achievements which have been achieved as a clinical psychologist.*

**Keywords:** *Compassion fatigue, clinical psychologist*

