

Prosiding Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Jakarta
Homepage: https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/semnas-ps
Vol. 4 No. 1, Juni 2026, halaman: 667~675
E-ISSN: xxxx-xxxx

Profil Compassion Fatigue Pada Guru Bimbingan dan Konseling di Yogyakarta

Eva Imania Eliasa[1], Septinda Rima Dewanti[2], Fadhila Malasari Ardini[3],
Aini Mahabbati[4], Afanin Halqim[5], Fayruziyah Ifroch Sabtana[6], Sarah Salsabila[7], Wahyu Widiastutik[8]
Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia
[1*]Email penulis koresponden: eva_imania@uny.ac.id

Riwayat Artikel

Submited: 22-11-2026
Accepted: 23-11-2026
Published: 23-11-2026

Abstrak

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) merupakan profesional penolong yang menjalankan peran melalui keterlibatan empatik dalam mendampingi siswa menghadapi berbagai permasalahan psikologis, sosial, dan akademik. Keterlibatan yang berlangsung secara berulang dalam menghadapi distress dan pengalaman sulit siswa dapat menempatkan Guru BK pada risiko compassion fatigue (CF), yaitu respons negatif yang berkaitan dengan keterlibatan dalam membantu individu yang mengalami penderitaan atau trauma. Meskipun CF telah banyak diteliti pada profesi kesehatan dan profesi penolong lainnya, kajian yang secara khusus memetakan kondisi CF pada Guru BK di lingkungan sekolah masih terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat CF pada Guru BK di Yogyakarta. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif dan melibatkan 133 Guru BK sebagai responden. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk memperoleh distribusi dan kecenderungan tingkat CF responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 24 responden (18,0%) berada pada kategori sangat rendah, 90 responden (67,7%) pada kategori rendah, dan 19 responden (14,3%) pada kategori sedang. Tidak terdapat responden yang berada pada kategori tinggi maupun sangat tinggi. Secara keseluruhan, mayoritas Guru BK (85,7%) berada pada kategori sangat rendah hingga rendah, dengan skor rata-rata CF sebesar 37,20 (SD = 7,28). Temuan ini menunjukkan bahwa CF pada Guru BK yang berpartisipasi dalam penelitian secara umum berada pada tingkat rendah, meskipun pekerjaan mereka melibatkan keterlibatan emosional dalam membantu siswa. Hasil penelitian dapat menjadi dasar untuk upaya preventif dalam menjaga kesejahteraan profesional Guru BK.

Kata kunci: *compassion fatigue*; guru bimbingan dan konseling; profesional penolong; statistik deskriptif.

Abstract

School counselors are helping professionals who rely on empathetic engagement to support students facing various psychological, social, and academic problems. Repeated involvement in students' distress and difficult experiences may place GC teachers at risk of compassion fatigue (CF), a negative response associated with helping individuals who experience suffering or trauma. Although CF has been widely studied among health professionals and other helping professions, research specifically examining CF among school-based school counselors remains limited. This study aimed to describe the level of CF among GC teachers in Yogyakarta. A quantitative descriptive design was employed with 133 GC teachers as respondents. Data were analyzed using descriptive statistics to examine the distribution and overall level of CF. The results showed that 24 respondents (18.0%) were in the very low category, 90 respondents (67.7%) were in the low category, and 19 respondents (14.3%) were in the moderate category. No respondents were in the high or very high categories. Overall, most school counselors (85.7%) were in the very low

Prosiding ***Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Jakarta*** *diterbitkan oleh Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta*

to low categories, with a mean CF score of 37.20 (SD = 7.28). These findings indicate that CF among the participating school counselors was generally low, despite the emotional involvement required in supporting students. The findings provide an empirical baseline for preventive efforts to maintain the professional well-being of school counselors.

Keywords: *compassion fatigu; descriptive study; professional helpers; school counselors*

PENDAHULUAN

Guru Bimbingan dan Konseling memegang peranan strategis dalam sistem pendidikan nasional sebagai *helper* profesional yang bertanggung jawab mendukung kesejahteraan psikologis siswa. Dalam menjalankan peran tersebut, guru BK berupaya membangun relasi konseling yang empatik, sehingga empati menjadi salah satu instrumen penting dalam praktik profesional atau *use of self* (Skovholt & Trotter-Mathison, 2016). Namun, tuntutan tersebut tidak selalu didukung oleh kondisi kerja yang memadai. Realitas di lapangan menunjukan Guru BK menghadapi berbagai pada tantangan struktura, termasuk beban kerja dan tanggung jawab yang beragam. Mengacu pada Peraturan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah RI Nomor 11 Tahun 2025 Pasal 13 Ayat 2, beban kerja minimal ditetapkan 5 rombongan belajar, namun fakta empiris menunjukkan ketimpangan rasio yang kerap melampaui 1:150 siswa. Penelitian terbaru mengonfirmasi bahwa Guru BK terjebak dalam dualitas peran yang melelahkan, yaitu dituntut menjaga kualitas layanan konseling dan tugas administratif masif, kepanitiaan, hingga menjadi guru piket (Aprianti et al., 2025). Selain itu, interaksi yang intens dengan siswa yang menghadapi berbagai permasalahan mulai dari kesulitan akademik, konflik interpersonal, hingga masalah psikologis menempatkan guru BK pada situasi paparan emosional yang tinggi (Susanti, 2018).

Stamm (2009) menjelaskan bahwa kualitas kehidupan individu dalam berkerja dapat dipahami melalui dua aspek, aspek positif berupa kepuasan empati atau *compassion satisfaction* dan aspek negatif berupa kelelahan emosional atau *compassion fatigue. Compassion fatigue* adalah sisi negatif dari upaya membantu individu yang mengalami stres traumatis dan penderitaan (Stamm, 2013). Istilah *compassion fatigue* menggambarkan dampak negatif dari bekerja di lingkungan yang menimbulkan tekanan psikologis terhadap kemampuan seseorang untuk merasakan empati terhadap orang lain (Turgoose & Maddox, 2017). Pandangan lain mengemukakan bahwa *compassion fatigue* menjadi masalah sistemik yang diperparah oleh beban kasus yang tinggi, stigma, dan kurangnya pengawasan klinis yang diwajibkan (David & Sadasivan, 2026). Selaras dengan pandangan tersebut, Rahayu (2026) menemukan bahwa adanya hambatan kelembagaan yang menghalangi pemulihan emosional guru BK di Indonesia.

Dalam konteks profesi guru BK, *compassion fatigue* menjadi salah satu kondisi yang perlu diperhatikan karena berkaitan dengan respons psikologis yang dapat muncul ketika konselor secara terus-menerus terlibat dalam permasalahan dan pengalaman traumatis yang dialami siswa (Figley, 2002). Sementara itu, Pehlivan (2017) menilai *compassion fatigue* sebagai konsekuensi alami dari bekerja dengan individu yang mengalami trauma atau peristiwa yang sangat menegangkan, tergantung pada tingkat empati para pemberi bantuan. Dengan demikian, pada konteks guru BK, *compassion fatigue* dapat dipahami sebagai kondisi yang berpotensi muncul ketika keterlibatan empatik dalam membantu permasalahan traumatis konseli dan terjadi secara terus-menerus.

Compassion fatigue memiliki keterkaitan dengan konsep *burnout* dan *secondary traumatic stress*, yang bersama-sama menggambarkan dampak kompleks dari paparan berulang terhadap penderitaan orang lain dalam konteks profesional (Boyle, 2015; Bride & Figley, 2007; Ledoux, 2015; Papadimitriou et al., 2023) *Burnout* mengacu pada kelelahan emosional yang berkembang secara bertahap akibat paparan terhadap stres kerja kronis (Stamm, 2009). Sedangkan, *secondary traumatic stress* berawal dari tuntutan untuk senantiasa hadir secara empatik tanpa jeda pemulihan (Rahayu et al., 2026) dan perilaku yang muncul seperti menghindar, gangguan tidur, atau kilas balik yang mengganggu yang berasal dari pengetahuan tentang pengalaman traumatis orang lain (Oberg et al., 2025). Kedua komponen ini menggambarkan bentuk kelelahan yang dialami oleh individu dalam profesi penolong, *burnout* berkaitan dengan tekanan kerja yang

bersifat kompleks dan *secondary traumatic stress* berkaitan dengan dampak paparan terhadap trauma orang lain.

Compassion fatigue pada akhirnya dapat mengurangi minat dan kemampuan individu untuk menanggung penderitaan orang lain (Figley, 2002). Gejala *compassion fatigue* ini sering kali menimbulkan masalah interpersonal, seperti kesulitan kedekatan emosional, yang berujung pada perasaan terluka, kekecewaan, dan keterasingan (Mathieu F, 2011). Guru BK yang mengalami *compassion fatigue* cenderung menunjukkan penurunan sensitivitas terhadap kebutuhan siswa, meningkatnya perasaan tidak berdaya, kelelahan emosional, serta kecenderungan menarik diri dari keterlibatan interpersonal di lingkungan kerja (Oberg et al., 2023). Penelitian terbaru oleh David (2026) menunjukan bahwa *compassion fatigue* berdampak signifikan terhadap para profesional kesehatan mental, terutama dalam konteks yang penuh tekanan dan keterbatasan sumber daya. Dalam konteks layanan pendidikan, kondisi ini dapat menghambat terciptanya hubungan yang efektif dan suportif (Ahmad et al., 2024; Silva et al., 2024) serta merasa kehidupan profesional sebagai guru tidak memuaskan (Stoewen, 2020). Temuan tersebut menunjukan bahwa *compassion fatigue* tidak hanya berkaitan dengan kesejahteraan psikologis guru BK, tetapi juga berpotensi memengaruhi kualitas keterlibatan guru BK dalam memberikan layanan kepada siswa.

Penelitian mengenai *compassion fatigue* di Indonesia hingga saat ini masih didominasi oleh konteks tenaga kesehatan atau tenaga medis (Cahyaningrum, 2022; Castillo-Merca, 2025; Khairunnisa Y. K., 2026; Wahyuni Y. S.; Arruum D., 2024). Meskipun demikian, kajian mengenai *compassion fatigue* pada Guru Bimbingan dan Konseling mulai mendapatkan perhatian, tetapi masih terbatas pada konteks dan pendekatan penelitian tertentu. Penelitian Pratiwi (Riksa Pratiwi et al., 2025) misalnya, mengkaji *compassion fatigue* pada guru BK jenjang SMP yang mendampingi kasus *self-harm* menggunakan pendekatan kualitatif. Sementara itu, Rahayu (2025) mengkaji gambaran tingkat *compassion fatigue* pada guru BK di Madiun. Temuan dari penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa *compassion fatigue* relevan untuk dikaji pada profesi guru BK, khususnya karena pekerjaan tersebut melibatkan keterlibatan emosional dalam menangani berbagai permasalahan siswa. Kedua penelitian tersebut menunjukkan relevansi *compassion fatigue* dalam konteks layanan BK, akan tetapi kajian yang tersedia belum memberikan gambaran yang lebih luas mengenai bagaimana gambaran *compassion fatigue* terdistribusi pada guru BK yang bekerja pada beragam karakteristik layanan dan jenjang pendidikan. Penelitian ini mengisi kesenjangan tersebut melalui pemetaan tingkat *compassion fatigue* pada guru BK di Yogyakarta dengan pendekatan kuantitatif dan melibatkan Guru BK dari berbagai jenjang pendidikan. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya melengkapi kajian sebelumnya melalui pemetaan profil *compassion fatigue* guru BK di Yogyakarta menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan guru BK dari berbagai jenjang pendidikan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat *compassion fatigue* pada guru BK di Yogyakarta, sehingga dapat memberikan gambaran empiris mengenai kondisi *compassion fatigue* pada guru BK serta menjadi dasar dalam merancang upaya pencegahan dan dukungan profesional yang sesuai dengan kebutuhan mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik convenience sampling, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kemudahan akses dan ketersediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian (Fadhillah, 2024). Partisipan penelitian berjumlah 133 guru Bimbingan dan Konseling (BK) di Kota Yogyakarta, yang terdiri atas 23 guru laki-laki dan 110 guru perempuan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala compassion fatigue yang dikembangkan berdasarkan teori (Stamm, 2009). Instrumen terdiri atas 25 butir pernyataan yang mencakup dua indikator, yaitu burnout dan secondary traumatic stress (Stamm, 2009)). Berikut kisi-kisi instrumen yang digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Compassion Fatigue

Indikator	Deskripsi	Item
Burnout	Kondisi psikologis yang berkaitan dengan perasaan putus asa, kesulitan dalam mengelola tugas-tugas profesional secara efektif, persepsi akan beban kerja yang berat, serta dampak lingkungan kerja yang tidak mendukung	1-13
Secondary Traumatic Stress	Dampak emosional yang timbul akibat paparan sekunder terhadap peristiwa traumatis atau pengalaman yang menimbulkan stres yang dialami oleh para siswa.	14-25

Sebelum digunakan dalam pengumpulan data, instrumen terlebih dahulu melalui pengujian validitas dan reliabilitas dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Berikut hasil pengujian validitas dan realibitas instrumen *compassion fatigue:*

Tabel 2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitass

Pengujian	Item	Hasil Pengujian	Interpretasi
Pearson Product Momen	1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 15, 16, 18, 19, 21, 22, 24, 25	Sig. (2-tailed) < 0,05 Pearson Correlation positif	Valid
Pearson Product Momen	2, 6, 9, 13, 14, 17, 20, 23	Sig. (2-tailed) > 0,05 Pearson Correlation negatif	Tidak Valid
Cronbach's Alpha	1, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 15, 16, 18, 19, 21, 22, 24, 25	0, 689 (>0,600)	Reliabel

Hasil pengujian menunjukkan bahwa 17 dari 25 butir pernyataan memenuhi kriteria validitas, sedangkan 8 butir lainnya dinyatakan tidak valid. Selanjutnya, uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha menghasilkan nilai sebesar 0,698. Berdasarkan hasil pengujian tersebut, 17 butir yang memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas digunakan sebagai dasar dalam analisis lebih lanjut. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan bantuan perangkat lunak SPSS dan Jamovi. Analisis ini digunakan untuk memperoleh gambaran tingkat *compassion fatigue* pada guru Bimbingan dan Konseling berdasarkan distribusi kategori skor yang diperoleh responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Responden

Penelitian ini melibatkan 133 guru Bimbingan dan Konseling (BK) sebagai responden. Karakteristik responden dideskripsikan berdasarkan jenis kelamin, lama mengajar, dan jenjang sekolah tempat mengajar.

Tabel 3. Frekuensi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Counts	% of Total	Cumulative %
Laki-laki	23.0	17.3%	17.3%
Perempuan	110.0	82.7%	100.0%

Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 110 orang (82,7%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 23 orang (17,3%). Hal ini menunjukkan bahwa partisipan dalam penelitian ini didominasi oleh guru BK perempuan.

Tabel 4. Frekuensi Lama Mengajar

Lama Mengajar	***Counts***	***% of Total***	***Cumulative %***
> 10 tahun	76.00	57.1%	57.1%
1 - 5 tahun	29.00	21.8%	78.9%
6 - 10 tahun	24.00	18.0%	97.0%
< 1 tahun	4.00	3.0%	100.0%

Ditinjau dari lama mengajar, sebagian besar responden telah memiliki pengalaman mengajar lebih dari 10 tahun, yaitu sebanyak 76 orang (57,1%). Selanjutnya, sebanyak 29 orang (21,8%) memiliki pengalaman mengajar selama 1–5 tahun, 24 orang (18,0%) memiliki pengalaman mengajar 6–10 tahun, dan hanya 4 orang (3,0%) yang memiliki pengalaman mengajar kurang dari 1 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan guru BK yang telah berpengalaman dalam menjalankan profesinya.

Tabel 5. Frekuensi Jenjang Sekolah

Jenjang Sekolah	***Counts***	***% of Total***	***Cumulative %***
SMP	44.00	33.1%	33.1%
MTs	3.00	2.3%	35.3%
SMA	66.00	49.6%	85.0%
MA	7.00	5.3%	90.2%
SMK	13.00	9.8%	100.0%

Berdasarkan jenjang sekolah tempat mengajar, hampir setengah dari responden mengajar di SMA, yaitu sebanyak 66 orang (49,6%). Selanjutnya, 44 orang (33,1%) mengajar di SMP, 13 orang (9,8%) mengajar di SMK, 7 orang (5,3%) mengajar di MA, dan 3 orang (2,3%) mengajar di MTs. Dengan demikian, responden dalam penelitian ini berasal dari berbagai jenjang pendidikan, meskipun didominasi oleh guru BK yang bertugas di tingkat SMA.

Secara keseluruhan, karakteristik responden menunjukkan bahwa penelitian ini didominasi oleh guru BK perempuan, berpengalaman mengajar lebih dari 10 tahun, dan bertugas di jenjang SMA, sehingga hasil penelitian merepresentasikan persepsi guru BK yang relatif berpengalaman dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Statistik Deskriptif

Untuk memberikan gambaran umum mengenai distribusi skor compassion fatigue pada responden, dilakukan analisis statistik deskriptif yang meliputi jumlah responden, nilai minimum, maksimum, mean, median, dan standar deviasi. Hasil analisis statistik deskriptif disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Statistik Deskriptif

	Compassion Fatigue
N	133
Missing	0
Mean	37.2
Median	37
Standard deviation	7.28
Minimum	18
Maximum	53

Berdasarkan Tabel 5, statistik deskriptif *compassion fatigue* dari 133 responden menunjukkan nilai mean sebesar 37,20 dan median sebesar 37,00. Nilai standar deviasi sebesar 7,28 menunjukkan adanya variasi skor antarresponden. Skor compassion fatigue memiliki rentang antara 18 hingga 53, dengan skor minimum sebesar 18 dan maksimum sebesar 53. Kedekatan nilai mean dan median menunjukkan bahwa nilai pusat distribusi berada pada kisaran yang relatif sama.

Tabel 6. Hasil Kategorisasi

Kategori	**Jumlah**
Sangat Rendah	24
Rendah	90
Sedang	19
Tinggi	0
Sangat Tinggi	0
Total	**133**

Berdasarkan tabel 6, sebagian besar responden berada pada kategori rendah, yaitu sebanyak 90 orang (67,7%), diikuti kategori sangat rendah sebanyak 24 orang (18,0%) dan kategori sedang sebanyak 19 orang (14,3%). Tidak terdapat responden yang berada pada kategori tinggi maupun sangat tinggi. Dengan demikian, sebanyak 114 responden (85,7%) berada pada kategori rendah hingga sangat rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa secara umum guru BK dalam penelitian ini memiliki tingkat compassion fatigue yang relatif rendah, sehingga sebagian besar responden tidak menunjukkan kecenderungan kelelahan akibat keterlibatan empatik dalam menjalankan tugas profesionalnya pada tingkat yang tinggi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat compassion fatigue pada Guru Bimbingan dan Konseling di Yogyakarta secara umum berada pada kategori rendah. Dari 133 responden, sebanyak 85,7% berada pada kategori sangat rendah hingga rendah, sedangkan 14,3% berada pada kategori sedang. Tidak terdapat responden yang berada pada kategori tinggi maupun sangat

tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun guru BK menjalankan pekerjaan yang menuntut keterlibatan emosional dalam membantu siswa menghadapi berbagai permasalahan, kondisi tersebut dalam penelitian ini belum tercermin dalam tingkat compassion fatigue yang tinggi. Dengan demikian, keterlibatan Guru BK dalam memberikan bantuan kepada siswa tidak dapat secara langsung dipahami sebagai kondisi yang secara otomatis menghasilkan *compassion fatigue*.

Temuan penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Rahayu (2025) dan Fitriana (2024) menunjukkan bahwa sebagian besar guru sebagai responden penelitian berada pada kategori *compassion fatigue* sedang. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa tingkat *compassion fatigue* pada guru BK dapat memperlihatkan variasi antarkonteks. Hasil penelitian Essary et al. (2020) menunjukkan bahwa kesejahteraan guru berkaitan dengan kerentanan yang lebih rendah terhadap stres dan kelelahan kerja. Dalam konteks guru BK, temuan ini memberikan kemungkinan bahwa keterlibatan intensif dalam membantu siswa tidak selalu berkembang menjadi *compassion fatigue* ketika individu memiliki sumber daya psikologis dan lingkungan yang memadai untuk menghadapi tuntutan tersebut. Dengan demikian, rendahnya tingkat *compassion fatigue* dalam penelitian ini tidak berarti bahwa Guru BK terbebas dari tekanan emosional, melainkan menunjukkan bahwa tekanan dan keterlibatan emosional yang dialami belum terakumulasi pada tingkat compassion fatigue yang tinggi berdasarkan pengukuran penelitian ini.

Sejumlah penelitian juga mengidentifikasi berbagai kondisi yang berpotensi berperan sebagai faktor protektif terhadap *compassion fatigue*. Neff dan Germer menyoroti *mindfulness* dan *self-compassion* sebagai mekanisme yang dapat membantu individu merespons tekanan emosional secara lebih adaptif. Selain sumber daya personal, Vancova (2026) mengidentifikasi dukungan rekan kerja, hubungan positif di tempat kerja, praktik mindfulness, serta umpan balik yang mendukung dari siswa dan orang tua sebagai kondisi yang berkaitan dengan perlindungan terhadap *compassion fatigue*. Temuan Rahayu (2026) pada Guru BK di daerah 3T juga menunjukkan adanya strategi menghadapi kelelahan emosional melalui praktik spiritual, dukungan sesama, refleksi pribadi, dan keterlibatan dalam praktik budaya setempat. Berbagai temuan tersebut memberikan perspektif bahwa kemampuan guru BK untuk mempertahankan kondisi psikologis yang sehat dapat ditopang oleh kombinasi sumber daya personal, relasional, dan kontekstual.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi bagi pengelolaan kesejahteraan profesional guru BK. Sebagian besar responden pada kategori sangat rendah hingga rendah menunjukkan bahwa kondisi *compassion fatigue* pada guru BK di Yogyakarta secara umum tidak berada pada tingkat yang mengkhawatirkan. Oleh karena itu, intervensi tidak semata-mata perlu diarahkan pada penanganan *compassion fatigue* yang telah tinggi, tetapi juga pada upaya mempertahankan kondisi positif tersebut melalui pendekatan preventif dan promotif. Sekolah dapat menyediakan lingkungan kerja yang mendukung, ruang refleksi profesional, kesempatan konsultasi atau supervisi, serta dukungan rekan kerja agar guru BK memiliki sumber daya yang memadai dalam menghadapi tuntutan emosional pekerjaannya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, tingkat compassion fatigue pada Guru Bimbingan dan Konseling di Yogyakarta secara umum berada pada kategori rendah. Sebanyak 85,7% responden berada pada kategori sangat rendah hingga rendah, 14,3% berada pada kategori sedang, dan tidak terdapat responden pada kategori tinggi maupun sangat tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan emosional Guru BK dalam membantu siswa tidak secara otomatis berkaitan dengan tingkat compassion fatigue yang tinggi. Hasil penelitian memberikan gambaran empiris mengenai kondisi compassion fatigue pada Guru BK dan dapat menjadi dasar bagi upaya preventif untuk mempertahankan kesejahteraan profesional dalam menjalankan layanan bimbingan dan konseling. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berkaitan dengan rendahnya compassion fatigue pada Guru BK, seperti self-compassion, mindfulness, dukungan rekan kerja, professional well-being, beban kerja, pengalaman kerja, dan

supervisi profesional. Pendekatan korelasional, prediktif, maupun longitudinal dapat digunakan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor yang berkaitan dengan compassion fatigue serta perubahannya dari waktu ke waktu. Penelitian berikutnya juga dapat melibatkan Guru BK dari wilayah dan jenjang pendidikan yang lebih beragam untuk memperluas generalisasi temuan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, R. R., Diniaty, A., Hasgimianti, Suhertina, Riswani, Habibah, S., Berlian Purnama, D., & Efendi, Y. (2024). Overview of Guidance and Counseling Teachers' Compassion Fatigue and its Correlation With Empathy in Individual Counseling Service. *BICC Proceedings*, *2*, 1–8. https://doi.org/10.30983/bicc.v1i1.87

Aprianti, S. S., Lestari, D., Astuti, M. P., & Septian, M. R. (2025). Kesenjangan antara Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling di Lapangan. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *7*(1), 36–43. https://doi.org/10.32585/advice.v7i1.6739

A'yuni Fitriana, Q., Firdaus Gitya, H., & Nurochim, I. (2024). Beyond Empathy: Analyzing Compassion Fatigue Among Counselor. In *Psychology* (Vol. 26).

Boyle, D. A. (2015). Compassion fatigue: The cost of caring. *Nursing2025*, *45*(7). https://journals.lww.com/nursing/fulltext/2015/07000/Compassion_fatigue__The_cost_of_caring.15.aspx

Bride, B. E., & Figley, C. R. (2007). The Fatigue of Compassionate Social Workers: An Introduction to the Special Issue on Compassion Fatigue. *Clinical Social Work Journal*, *35*(3), 151–153. https://doi.org/10.1007/s10615-007-0093-5

Cahyaningrum, R. A. (2022). Pengaruh kepemimpinan rendah hati terhadap kelelahan emosional perawat instalasi gawat darurat dan intensive care unit. *Acta Psychologia*, *4*(2), 96–106.

Castillo-Merca R. G. Z.; Botor N. J. B.; Ancho I. V.; Bulasag A. S.; Almeda P. P., M. ; A. (2025). Prevalensi Kelelahan Empatik dan Burnout pada Perawat serta Implikasinya bagi Intervensi Dukungan selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan*, *28*(02).

David, S., & Sadasivan, A. (2026). Resilience in the crucible: Compassion fatigue among Indian clinical psychologists and the need for mental health policy reform. *Archives of Psychiatric Nursing*, *61*, 152061. https://doi.org/10.1016/J.APNU.2026.152061

Figley, C. R. (2002). Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self care. *Journal of Clinical Psychology*, *58*(11), 1433–1441. https://doi.org/10.1002/jclp.10090

Khairunnisa Y. K., T. Z. ; A. (2026). Hubungan Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Di Puskesmas Wilayah Kecamatan Medan Barat. *Jurnal Kolaboratif Sains*, *9*(1), 856–862.

Ledoux, K. (2015). Understanding compassion fatigue: understanding compassion. *Journal of Advanced Nursing*, *71*(9), 2041–2050. https://doi.org/10.1111/jan.12686

Mathieu F. (2011). *The Compassion Fatigue Workbook: Creative Tools for Transforming Compassion Fatigue and Vicarious Traumatization New York*. Routledge.

Oberg, G., Carroll, A., & Macmahon, S. (2023). Compassion fatigue and secondary traumatic stress in teachers: How they contribute to burnout and how they are related to trauma-awareness. *Frontiers in Education*, *8*. https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1128618

Oberg, G., Macmahon, S., & Carroll, A. (2025). Assessing the interplay: teacher efficacy, compassion fatigue, and educator well-being in Australia. *The Australian Educational Researcher*, *52*(2), 1105–1131. https://doi.org/10.1007/s13384-024-00755-8

Papadimitriou, A., Karakasidou, E., & Stalikas, A. (2023). The Role of Self-Compassion in the Relationship Between Empathy and Compassion Fatigue in Counseling Psychologists. *The European Journal of Counselling Psychology*. https://doi.org/10.46853/001c.88375

Pehlivan, T. (2017). Compassion Fatigue: The Known, Unknown. *Journal of Psychiatric Nursing*. https://doi.org/10.14744/phd.2017.25582

Rahayu, D. S., Atmoko, A., Muslihati, Setiyowati, A. J., Jaafar, W. M. W., Septiana, N. Z., & Setyorini. (2026). Preventing compassion fatigue through culturally-rooted coping: insights from Indonesian school counsellors in underserved settings. *Mental Health & Prevention*, *43*, 200523. https://doi.org/10.1016/J.MHP.2026.200523

Rahayu, D. S., Setyorini, S., Septiana, N. Z., & Khairi, A. M. (2025). Gambaran Tingkat Compassion Fatigue Guru Bk Di Madiun. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, *12*(1), 76–84. https://doi.org/10.29407/nor.v12i1.19817

Riksa Pratiwi, S., Maria Shinta Pratiwi, M., & Virgonita Iswindari Winta, M. (2025). Compassion Fatigue in Junior High School Guidance and Counseling Teachers: A Qualitative Study of Self-Harm Case Companions Compassion Fatigue pada Guru BK SMP: Studi Kualitatif pada Pendamping Kasus Self-Harm. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, *14*(4), 502–510. https://doi.org/10.30872/psikostudia.v14i3

Silva, S. V., Dean, C. J., & Balkin, R. S. (2024). A canonical correlation analysis of self-compassion, life balance, and burnout in counselors. *Journal of Counseling & Development*, *102*(4), 431–444. https://doi.org/10.1002/jcad.12527

Skovholt, T. M., & Trotter-Mathison, M. (2016). *The Resilient Practitioner*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315737447

Stamm, B. H. (2009). *Professional Quality of Life Measure: Compassion, Satisfaction, and Fatigue Version 5 (ProQOL)*. https://justiceresearch.dspacedirect.org/items/bcc7cb9e-a2a9-4835-a936-9938377176de

Stoewen, D. L. (2020). *Veterinary Wellness Bien-être vétérinaire Moving from compassion fatigue to compassion resilience Part 4: Signs and consequences of compassion fatigue*. https://www.avma.org/javma-news/2011-06-15/

Susanti, R. (2018). Kejenuhan di Kalangan Guru Bimbingan dan Konseling di SMAN Provinsi Riau. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, *1*(2), 92. https://doi.org/10.24014/egcdj.v1i2.6142

Turgoose, D., & Maddox, L. (2017). Predictors of compassion fatigue in mental health professionals: A narrative review. *Traumatology*, *23*(2), 172–185. https://doi.org/10.1037/trm0000116

Vančová, V., Halamová, J., & Šoková, B. (2026). Compassion satisfaction and compassion fatigue among teachers: Mixed study. *Teaching and Teacher Education*, *172*, 105350. https://doi.org/10.1016/J.TATE.2025.105350

Wahyuni Y. S.; Arruum D., S. A. ; S. (2024). Efektifitas Intervensi Mindfulness Terhadap Burnout Perawat: A Systematic Review. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, *4*(2), 223–240.

BIODATA PENULIS KORESPONDEN



Eva Imania Eliasa
Dosen tetap Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta. Fokus keilmuan yang ditekuni yakni pendidikan kedamaian (peace education), bimbingan dan konseling, serta pengembangan karakter. Memiliki 55 HKI di tahun 2025 dan penulis 55 Games Dalam Bimbingan dan Konseling.

Email: eva_imania@uny.ac.id Whatsapp: 0818-279-220