

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara empati dengan *compassion fatigue* pada *family caregiver* orang dengan gangguan bipolar. Hal ini ditunjukkan oleh hasil uji korelasi *Product Moment* yang menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan arah negatif, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi empati, maka *compassion fatigue* cenderung semakin rendah. Namun demikian, kekuatan hubungan tersebut tergolong lemah, sehingga empati tidak menjadi faktor yang dominan dalam memengaruhi *compassion fatigue*.

Berdasarkan hasil kategorisasi, sebagian besar subjek berada pada tingkat empati yang tinggi dan *compassion fatigue* pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *family caregiver* memiliki kemampuan empati yang baik, mereka tetap mengalami beban emosional dalam proses *caregiving* yang berlangsung secara berkelanjutan.

Hasil analisis tambahan menunjukkan bahwa seluruh aspek empati, yaitu *perspective taking*, *fantasy*, *empathic concern*, dan *personal distress*, belum menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap *compassion fatigue*. Selain itu, hasil tabulasi silang berdasarkan karakteristik subjek menunjukkan pola yang konsisten, yaitu pada berbagai kelompok seperti usia, jenis kelamin, dan lama

merawat, mayoritas responden memiliki tingkat empati yang relatif tinggi namun tetap berada pada tingkat *compassion fatigue* kategori sedang.

Dengan demikian, empati memiliki keterkaitan dengan *compassion fatigue*, namun pengaruhnya relatif kecil dan tidak didominasi oleh aspek tertentu, sehingga *compassion fatigue* pada *family caregiver* orang dengan bipolar lebih mungkin dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar empati.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian yang telah dilakukan masih memiliki keterbatasan. Berdasarkan temuan yang diperoleh, peneliti mengajukan beberapa saran, sebagai berikut:

1. Saran Bagi *Family Caregiver*

Bagi *family caregiver*, penting untuk mempertahankan dan mengembangkan empati yang adaptif. *Caregiver* disarankan untuk mengembangkan kemampuan regulasi emosi, seperti mengenali batas diri, melakukan *self-care*, serta menjaga jarak emosional yang sehat agar tidak larut dalam kondisi pasien.

2. Saran Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperbesar jumlah subjek agar hasil lebih representatif serta dapat digeneralisasikan pada populasi *family caregiver* yang lebih luas. Selain itu, penelitian mendatang dapat menggunakan desain longitudinal atau metode lain selain

korelasional untuk melihat hubungan yang lebih mendalam. Pengumpulan data juga sebaiknya tidak hanya menggunakan *self-report*, tetapi dapat ditambah dengan metode lain untuk meminimalkan bias subjektivitas. Selanjutnya, perlu dikaji variabel lain yang berpotensi memengaruhi *compassion fatigue* serta dilakukan analisis lebih rinci pada masing-masing aspek empati untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.