

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilaksanakan kepada konselor adiksi beberapa IPWL dan keanggotaan IKAI dari beberapa wilayah di Indonesia, dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil penelitian menunjukkan hubungan yang sedang serta signifikan dan memiliki arah positif antara *self-compassion* dan *compassion satisfaction* yang memiliki arti semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki konselor adiksi maka semakin juga tinggi peluang konselor mengalami *compassion satisfaction*. Selain itu terdapat hubungan yang sedang serta signifikan dan memiliki arah negatif antara *self-compassion* dan *burnout* dimana semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki konselor adiksi maka semakin rendah peluang konselor mengalami *burnout* dan begitupula sebaliknya. Hasil serupa juga ditemukan dimana terdapat hubungan yang sedang serta signifikan dan memiliki arah hubungan negatif antara *self-compassion* dan *stress traumatic sekunder* dimana semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki konselor adiksi maka semakin rendah peluang konselor mengalami *secondary traumatic stress* dan begitupula sebaliknya
2. Sebanyak 94 responden penelitian, mayoritas responden menunjukkan gambaran *professional quality of life* dengan *compassion satisfaction* pada kategorisasi sedang sebanyak 48 responden (46.8%), *burnout* dengan kategorisasi rendah dengan jumlah 64 responden (68.1%), dan *secondary traumatic stress* dengan kategorisasi rendah sejumlah 60 responden (63.8%) memiliki *stress traumatic sekunder*. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa mayoritas gambaran variabel *professional quality of life* pada konselor adiksi menunjukkan *compassion satisfaction* yang sedang dengan *secondary traumatic stress* dan *burnout* yang rendah

3. Pada penelitian ini diketahui mayoritas tingkatan *self-compassion* responden menunjukkan sebanyak 60 responden atau sebesar (63.8%) memiliki *self-compassion* pada kategorisasi sedang.

5.2 Saran

Terdapat saran yang ditujukan untuk sejumlah pihak yang terlibat pada penelitian ini melalui hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah:

5.2.1 Bagi Lembaga Rehabilitasi

Melalui hasil penelitian ini, peneliti berharap kepada lembaga rehabilitasi untuk dapat meningkatkan dan memperhatikan kembali tingkat *professional quality of life* dari konselor adiksi melalui program –program atau pelatihan yang bertujuan untuk mengatasi *compassion fatigue* pada konselor adiksi. Apabila konselor memiliki *professional quality of life* yang baik, kualitas tersebut akan dapat mempengaruhi kualitas pekerjaan konselor dan dirasakan oleh klien adiksi.

5.2.2 Bagi Organisasi Ikatan Konselor Adiksi

Diharapkan melalui penelitian ini organisasi IKAI dapat melakukan program seperti pelatihan dan webinar yang membahas *professional quality of life* pada konselor adiksi. Hal ini dilakukan agar konselor adiksi lebih menyadari dampak yang mereka dapat dari pekerjaannya sebagai penolong dan cara untuk mengatasi dampak negatif tersebut salah satunya dengan menerapkan *self-compassion*

5.2.3 Bagi Responden Penelitian

Melalui hasil penelitian yang telah didapatkan, peneliti berharap kedepannya konselor adiksi dapat mengikuti sejumlah beberapa pelatihan/ intervensi berbasis *self-compassion* agar *professional quality of life* pada diri konselor dapat menjadi lebih baik serta melindungi konselor dari *compassion fatigue* karena semakin tinggi tingkat *self-compassion* seseorang maka akan semakin tinggi juga *compassion satisfaction* di diri konselor adiksi

5.2.4 Bagi Penelitian Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan lebih menggali lebih mendalam terkait hubungan *professional quality of life* terhadap kesejahteraan konselor terhadap pekerjaannya. Hal ini didasarkan pada data kualitatif yang didapatkan pada proses webinar dimana konselor kerap mengeluhkan terkait jam kerja, upah/gaji konselor, tempat tinggal konselor dan kebijakan tempat konselor bekerja. Sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut apakah hal tersebut memiliki pengaruh terhadap *professional quality of life* dari konselor.