

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- a. Terdapat hubungan yang relatif lemah antara *Self-compassion* dan *compassion for others*.
- b. Tidak terdapat hubungan antara komponen *self-kindness* dan *kindness*, komponen *common humanity (SC)* dan *common humanity (CFO)*, komponen *mindfulness (SC)* dan *mindfulness (CFO)* pada karyawan di Rumah Cemara Bandung.

5.2 Saran Teoritis

1. Melakukan penelitian selanjutnya dengan meneliti kontribusi faktor-faktor yang mempengaruhi *self-compassion* dan *compassion for others* serta kontribusi komponen-komponennya.
2. Melakukan penelitian dengan melihat variabel *compassion fatigue* pada karyawan di Rumah Cemara

5.3 Saran Praktis

1. Bagi para konsultan atau konselor yang berada di Rumah Cemara untuk merancang pelatihan mengenai cara meningkatkan *self-compassion* pada karyawan di Rumah Cemara agar karyawan memiliki kemampuan untuk *compassion* kepada diri sendiri terlebih dahulu.

2. Bagi para pendiri atau koordinator disarankan untuk membuat bahan evaluasi kerja mengenai *compassion* yang dilakukan kepada klien melalui *feedback* yang diberikan oleh klien agar pihak Rumah Cemara dapat mengetahui apakah karyawan sudah melakukan tugas dan tanggungjawabnya dengan baik.

