

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan hasil interpretasi dan analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya, beserta saran yang terarah sesuai dengan hasil penelitian.

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai derajat *self-compassion* pada perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung sebagian besar memiliki derajat *self-compassion* yang rendah.
2. Derajat *self-compassion* yang rendah tidak hanya digambarkan dengan derajat yang rendah pada setiap komponennya tetapi terdapat juga derajat yang bervariasi pada ketiga komponennya. Pada perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung dengan derajat *self-compassion* yang rendah, sebagian besar memiliki derajat yang bervariasi pada ketiga komponennya.
3. Perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung yang menunjukkan derajat yang rendah pada ketiga komponen *self-compassion* sebagian besar memiliki trait *personality* yang dominan yaitu pada trait *extraversion* dan *conscientiousness*, memiliki orang tua yang dingin dan sering mengkritik, model orang tua yang

sering mengkritik diri saat menghadapi kegagalan, mendapatkan *insecure attachment* dari orang tuanya, serta memiliki masa kerja yang berkisar antara 1-5 tahun.

4. Perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung yang menunjukkan derajat yang tinggi pada ketiga komponen *self-compassion* sebagian besar memiliki *trait personality* yang dominan yaitu gabungan antara *trait extraversion* dengan *conscientiousness*, mendapatkan kehangatan dan dukungan dari orang tuanya, memiliki model orang tua yang melakukan *self-compassion* saat menghadapi kegagalan atau kesulitan, mendapatkan *secure attachment* dari orang tua mereka, dan memiliki masa kerja yang berkisar antara 0-1 tahun.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian lanjutan mengenai *self-compassion*, disarankan untuk melakukan penelitian mengenai kontribusi antara komponen *self-compassion* dengan faktor-faktor yang mempengaruhinya.
2. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian mengenai *treatment* yang dapat meningkatkan derajat *self-compassion* seseorang.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung dengan derajat *Self-compassion* yang rendah, disarankan untuk dapat lebih menerima setiap

kegagalan yang dialami dalam memberikan asuhan keperawatan sebagai pelajaran untuk tidak mengulangi kegagalan tersebut di masa yang akan datang. Dengan begitu perawat dapat meningkatkan derajat *self-compassion* dengan tidak merasa cemas jika kegagalan tersebut akan terjadi lagi di masa yang akan datang.

2. Bagi kepala perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung disarankan untuk menyediakan sarana konseling bagi perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung, agar mereka dapat berkonsultasi mengenai permasalahan yang sedang dihadapi. Hal ini dilakukan untuk dapat mempertahankan atau meningkatkan derajat *self-compassion* pada para perawat rawat inap di RS “X” kota Bandung.