

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dari wawancara dengan ketiga partisipan mengenai gambaran *compassion fatigue* dalam menangani kasus kekerasan seksual anak, peneliti mengidentifikasi sebanyak dua tema induk utama dan empat tema superordinat yang menggambarkan pengalaman *compassion fatigue* pada praktisi. Tema induk pertama yakni reaksi emosional intens yang berkelanjutan dengan tema superordinat peningkatan kekhawatiran terhadap keselamatan anak sendiri dan peningkatan kewaspadaan terhadap lingkungan sekitar. Tema induk kedua yakni menurunnya energi untuk terus melayani dengan tema superordinat kelelahan akibat intensitas kasus yang tinggi, dan penurunan motivasi untuk melayani akibat hambatan sistemik.

Selain temuan utama yang menjadi fokus utama penelitian, peneliti menemukan dua tema induk temuan tambahan dalam proses analisis data yang menggambarkan faktor risiko dan faktor protektif yang pada praktisi dalam menghadapi risiko *compassion fatigue*. Tema induk temuan tambahan pertama, yakni tekanan internal dalam praktik dengan tema superordinat dilema etis antara kehadiran emosional dan profesional serta kesulitan menemukan waktu untuk pemulihan diri. Tema induk temuan tambahan kedua, yakni upaya merawat diri di tengah luka dengan tema superordinat menjaga kendali dalam berempati, menciptakan ruang pemulihan pribadi, menemukan kekuatan dengan kebersamaan, serta pertumbuhan pribadi seiring akumulasi penanganan kasus.

Tema-tema yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa praktisi psikologi forensik yang menangani kasus kekerasan seksual anak menghadapi tantangan emosional dan profesional yang kompleks dalam pekerjaannya. Reaksi emosional intens yang berkelanjutan, menurunnya energi untuk terus melayani, serta tekanan antara tuntutan profesional dan kebutuhan personal menunjukkan adanya tekanan psikologis yang signifikan dalam menangani kasus kekerasan seksual anak. Meskipun demikian, upaya merawat diri menjadi aspek penting yang membantu para praktisi tetap bertahan dan berkembang di tengah beban pekerjaan. Hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya dukungan sistemik dan pengembangan promosi strategi perawatan diri yang berkelanjutan dalam menjaga kesehatan mental para praktisi psikologi forensik, khususnya yang menangani kasus kekerasan seksual anak.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka peneliti merekomendasikan beberapa saran berikut.

### 5.2.1 Saran Metodologis

1. Penelitian selanjutnya yang akan meneliti pengalaman *compassion fatigue* pada praktisi psikologi forensik dengan pendekatan fenomenologi IPA disarankan untuk melakukan screening awal terhadap kondisi *compassion fatigue* (misalnya menggunakan *Professional Quality of Life Scale-ProQOL* atau instrumen singkat lainnya). Langkah ini bertujuan untuk meningkatkan homogenitas partisipan dan memastikan bahwa mereka memang berada atau pernah mengalami kondisi *compassion fatigue*,

sehingga data yang diperoleh lebih relevan, mendalam, dan sesuai dengan fokus fenomenologis yang ingin diungkap.

2. Penelitian selanjutnya yang akan meneliti pengalaman *compassion fatigue* pada praktisi psikologi forensik disarankan untuk menyertakan data kontekstual dari lingkungan kerja (seperti kebijakan lembaga, jam kerja, dan struktur pendampingan psikologis) agar lebih memahami faktor eksternal yang mempengaruhi kondisi psikologis praktisi.
3. Penelitian selanjutnya yang akan meneliti pengalaman *compassion fatigue* pada praktisi psikologi forensik, disarankan untuk mengeksplorasi jenis kasus forensik yang berbeda. Hal ini bertujuan agar dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika *compassion fatigue* dalam konteks kasus yang beragam.

### 5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan temuan penelitian ini mengenai *compassion fatigue* pada praktisi psikologi forensik yang menangani kasus kekerasan seksual anak, implikasi praktis dapat dibagi ke dalam tiga tingkatan intervensi utama sebagai berikut:

1. Bagi Praktisi Psikologi Forensik

Hasil temuan ini menunjukkan pentingnya bagi praktisi psikologi forensik untuk mengembangkan kesadaran terhadap risiko *compassion fatigue*. Langkah pencegahan dapat dilakukan dengan menerapkan strategi perawatan diri yang adaptif, seperti mengambil jeda dari kasus dengan tekanan emosional tinggi, melakukan refleksi diri secara berkala, dan menjaga hubungan sosial yang suportif. Selain itu, pelatihan berkelanjutan

dan supervisi profesional perlu difasilitasi secara rutin agar memperkuat keterampilan regulasi emosi dan pengelolaan empati yang sehat. Upaya ini penting untuk mencegah keterlibatan emosional yang berlebihan dan menjaga keberlanjutan fungsi profesional secara optimal.

## 2. Bagi Organisasi

Organisasi memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang mendukung kesejahteraan psikologis praktisi psikologi forensik. Hal ini dapat diwujudkan melalui kebijakan kelembagaan yang memberi ruang bagi proses pemulihan diri, seperti penyediaan supervisi rutin, waktu istirahat yang memadai, sistem pembagian kerja yang proporsional, peningkatan jumlah tenaga profesional, serta pengurangan beban administratif yang tidak esensial. Selain itu, penting bagi organisasi untuk membangun budaya kerja yang terbuka terhadap isu kelelahan emosional, tanpa stigma, serta mendorong terciptanya ruang diskusi yang sehat mengenai tekanan kerja. Organisasi juga disarankan untuk secara aktif mempromosikan dan memfasilitasi strategi perawatan diri yang adaptif, terutama bagi praktisi yang menangani kasus dengan intensitas tinggi dan bagi praktisi psikologi forensik yang berada pada tahap awal karier (*early career psychologist*).

## 3. Bagi Aparat Penegak Hukum (APH) yang Menangani Kasus Kekerasan Seksual Anak

Pada level Aparat Penegak Hukum (APH), penting untuk membangun kerja sama antar lembaga dalam menjalankan sistem yang

benar-benar berpihak pada korban kekerasan seksual anak. Salah satu hal yang sering menjadi sumber kelelahan emosional bagi praktisi adalah ketika mereka telah berusaha sebaik mungkin dalam mendampingi dan menilai kondisi psikologis korban, tetapi hasil akhir dari proses hukum justru tidak berpihak pada korban. Bahkan, proses hukum yang terlalu panjang dan tidak sensitif terhadap trauma bisa membuat korban kembali merasa disakiti (reviktimisasi). Hal ini juga berdampak pada praktisi, karena mereka ikut merasakan beban moral dan rasa tidak berdaya.

Oleh karena itu, sangat penting agar setiap proses hukum dilakukan dengan pendekatan *trauma-informed care*, yaitu pendekatan yang mengutamakan keselamatan, kenyamanan, dan martabat korban. Kerja sama antar APH juga perlu diperkuat agar proses pengadilan berjalan secara adil dan manusiawi. Selain itu, pendapat profesional dari praktisi psikologi forensik yang terlibat langsung mendampingi korban perlu diberikan perhatian khusus dan dijadikan bahan pertimbangan yang serius dalam pengambilan keputusan hukum. Jika hal ini diterapkan, maka bukan hanya korban yang terbantu, tetapi juga praktisi dapat terus menjalankan tugasnya dengan semangat dan motivasi yang lebih baik.