

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *Compassion Fatigue* dengan *Academic Resilience* pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas, dengan jumlah responden 133 orang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Hampir setengahnya Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas dalam kategori *Compassion Fatigue* sedang (45,1%)
2. Sebagian besar Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas dalam kategori *Academic Resilience* tinggi (59,4%)
3. Terdapat hubungan antara *Compassion Fatigue* dengan *Academic Resilience* pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas (p -value 0,001)

B. Saran

Peneliti memberikan saran berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan bagi mahasiswa untuk dapat meningkatkan strategi regulasi diri dan *self-care* selama menjalani praktik profesi guna mempertahankan *academic resilience* tetap optimal. Mahasiswa perlu memiliki kemampuan untuk mengenali gejala awal kelelahan emosional (*compassion fatigue*), yang ditandai dengan perasaan lelah secara mental

dan fisik yang persisten, penurunan empati terhadap pasien (merasa kebas secara emosional), hingga munculnya keraguan terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan pendidikan. Jika gejala tersebut muncul, mahasiswa harus secara aktif mencari bantuan (*adaptive help-seeking*) seperti melakukan diskusi kelompok dengan rekan sejawat atau melakukan bimbingan emosional dengan pembimbing klinik untuk mendapatkan strategi koping yang adaptif sebelum tekanan tersebut mengganggu performa akademik.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas untuk mengembangkan program dukungan psikologis rutin yang terintegrasi dalam kurikulum profesi. Institusi dapat mengimplementasikan program nyata berupa penyediaan layanan konseling intensif atau pelatihan manajemen stres traumatik berbasis *mindfulness* bagi mahasiswa, terutama saat transisi menuju semester 2 atau sebelum memasuki stase dengan beban emosional tinggi seperti stase Gawat Darurat dan Keperawatan Jiwa. Hal ini bertujuan untuk memitigasi dampak kelelahan emosional secara preventif sehingga ketahanan akademik mahasiswa tetap terjaga selama menjalani praktik profesi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk dapat melanjutkan penelitian ini dalam lingkup yang lebih luas dengan menambahkan variabel

moderasi lain seperti dukungan sosial, efikasi diri, atau literasi kesehatan mental guna mendapatkan gambaran resiliensi yang lebih komprehensif. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode penelitian kualitatif (wawancara mendalam) atau studi longitudinal untuk menggali lebih dalam pengalaman subjektif mahasiswa dalam mengelola trauma sekunder dan memetakan titik kritis penurunan resiliensi. Pendekatan ini diharapkan dapat menghasilkan strategi pengembangan resiliensi yang lebih spesifik, efektif, dan tepat sasaran bagi mahasiswa keperawatan.

