

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini menjelaskan kesimpulan dan saran yang berhubungan dengan masalah penelitian yang dilakukan. Penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran resiliensi lansia pasca tsunami di Lampung Selatan.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan resiliensi lansia pasca tsunami adalah sebagai berikut :

1. Resiliensi lansia pasca tsunami diwakili oleh 16 (enam belas) tema, yaitu: saat tsunami datang, tindakan saat tsunami, perasaan terjadi tsunami, kerugian akibat tsunami, perasaan di posko pengungsian, cara menyesuaikan diri, cara membangun percaya diri, sumber inspirasi, cara menghilangkan trauma, pikiran positif, pemberi dukungan, kegiatan sehari-hari, pelajaran dari tsunami, tetap berada di lingkungan sekitar, tetap semangat dan membantu warga.
2. Kerugian yang dialami oleh partisipan akibat bencana tsunami meliputi kerugian harta, timbulnya korban jiwa serta mengakibatkan trauma pada partisipan. Dari kerugian tersebut mengakibatkan timbulnya gangguan psikologis hingga menjadikan partisipan mengalami trauma jika mengenang masa lalu.

3. Cara menyesuaikan diri yang dilakukan oleh partisipan dengan cara hidup secara rukun, saling membantu sama lain, memahami karakter serta menikmati hidup
4. Partisipan mengalami trauma apabila mengingat masa lalu, cara yang dilakukan untuk menghilangkan trauma yang muncul dengan cara berpikir tenang, bekerja, dan selalu berdoa.
5. Keluarga serta tokoh masyarakat menjadi faktor penguatan lansia untuk semangat menjalani hidup. Peran serta anak dan istri menjadi pemberi semangat yang baik untuk kemajuan hidup lansia.
6. Dari peristiwa tsunami ini, mengajarkan seluruh partisipan untuk selalu mendekatkan diri kepada Tuhan serta selalu bersyukur atas apa yang telah didapatkan saat ini.

5.2 Saran

1. Bagi Pelayanan Kesehatan
 - 1) Diharapkan petugas kesehatan melakukan edukasi terkait dengan kegiatan yang dapat digunakan untuk menghilangkan trauma.
 - 2) Perlu adanya pembelajaran terhadap lansia mengenai proses tindakan yang harus dilakukan ketika bencana datang dan penanganannya.
 - 3) Diharapkan petugas kesehatan mampu melakukan kunjungan ke rumah lansia yang berada di hunian sementara untuk mengecek status kesehatan lansia.

2. Bagi Keluarga

- 1) Perlu adanya peran keluarga untuk selalu menemani lansia ketika lansia menyendiri.
- 2) Perlu adanya dukungan dari anggota keluarga untuk selalu memberikan dukungan kepada lansia
- 3) Perhatian dan kasih sayang anggota keluarga harus tetap tercurahkan karena dapat menjadi sebuah dukungan tersendiri bagi lansia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- 1) Peneliti disarankan untuk menggali lebih dalam tentang dukungan dari petugas kesehatan, kader posyandu, dan pengurus desa terhadap lansia dalam menghilangkan trauma.
- 2) Peneliti yang akan menggunakan metode kualitatif juga diharapkan kemampuannya dalam melakukan wawancara mendalam dan menganalisa tema lebih ditingkatkan.