

BAB V

PENUTUP

Di bab ini, peneliti menyimpulkan jawaban dari masalah penelitian. Kemudian akan dikemukakan saran yang bersifat teoritis dan praktis yang diharapkan bisa berguna bagi penelitian yang akan datang.

5.1. Kesimpulan

Secara umum penelitian ini menggambarkan bagaimana gambaran resiliensi pada penyintas *long* Covid di Sumatera Barat, berdasarkan hasil penelitian yang telah dianalisis dan telah dibahas pada bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa resiliensi penyintas *long* Covid di Sumatera Barat berada pada kategori Tinggi. Hal ini berarti bahwa responden memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dalam menghadapi kondisi *long* Covid. Berdasarkan data demografi yang telah dirangkum oleh peneliti menggunakan usia, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, pekerjaan, dan domisili didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki resiliensi dengan kategorisasi tinggi yang berarti bahwa responden penelitian memiliki kesejahteraan psikologis yang baik dalam menghadapi situasi Covid-19 ini.

5.2. Saran

Penelitian ini masih banyak terdapat kekurangannya, apakah itu dari segi metode ataupun dari segi penyajian informasi yang ada dalam penelitian ini, oleh sebab itu penting bagi peneliti untuk menaruh perhatian kepada hal-hal tersebut dalam rangka untuk memperbaiki pula penelitian yang dilakukan di masa-masa yang akan datang.

5.2.1. Saran Metodologis

Terdapat beberapa saran metodologis yang ingin peneliti jabarkan, di antaranya:

1. Di penelitian ini peneliti melihat gambaran resiliensi saja, bagi peneliti yang akan datang supaya bisa melakukan penelitian dengan variabel lain yang bisa mempengaruhi resiliensi pada penyintas long Covid di Sumatera Barat.
2. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tema yang sama agar memperhatikan data demografis seperti variasi latar belakang subjek seperti pendidikan, agama, jenis kelamin, suku bangsa agar dapat memperoleh hasil penelitian yang lebih komprehensif.
3. Penelitian ini menggunakan alat ukur penelitian resiliensi secara umum, maka dari itu hendaknya peneliti berikutnya dapat menggunakan alat ukur penelitian resiliensi yang lebih spesifik dan cocok dengan kondisi daerah tempat dilaksanakannya penelitian

5.2.2. Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian, penulis mengajukan beberapa saran praktis kepada pasien dan masyarakat, sebagai berikut:

1. Saran kepada para penderita Covid-19 agar selalu ikut kepada anjuran-anjuran yang diberikan oleh dokter serta tidak mudah panik terhadap keberadaan berita-berita yang tidak jelas yang banyak beredar terkait dengan infeksi virus Covid-19 selama melakukan proses karantina mandiri atau isolasi. Penderita harus tetap tenang kemudian juga yang tak kalah penting untuk senantiasa menerima kondisinya. Cari bantuan tenaga ahli

atau profesional jika penderita merasakan kecemasan ataupun stres yang sangat mengganggu dan tidak dapat menghadapi kondisi tersebut.

2. Dukungan dari lingkungan dan keluarga sangat amat dibutuhkan oleh penderita Covid-19 oleh sebab itu rekan dan keluarga daripada si penderita diharap bisa senantiasa mendukung penderita sembari menerima kondisi si penderita guna supaya si penderita dapat dengan cepat pulih dari infeksi Covid-19.

