

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Secara umum kecemasan siswa SMP di daerah rawan gempa dan *tsunami* berada pada kategori *minimal to moderate*. Subjek berada pada tingkat kecemasan dimana subjek mampu beraktivitas secara normal. Akan tetapi subjek masih memerlukan bantuan dalam mengarahkan perhatian dan fokusnya untuk mengantisipasi kecemasan yang mungkin timbul.
2. Secara umum kecemasan siswa SMP di daerah rawan gempa dan *tsunami* dengan jenis kelamin perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan yang berjenis kelamin laki-laki.
3. Siswa SMP di daerah rawan gempa dan *tsunami* yang mengalami lebih dari 1 dampak gempa memiliki *mean* skor yang lebih tinggi pada tingkat kecemasan yang lebih tinggi yaitu tingkat *severe* dan *extreme* dibanding dampak yang hanya mengalami 1 dampak atau tidak mengalami dampak sama sekali.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan bagi berbagai pihak, yaitu:

5.2.1. Saran Metodologis

Saran metodologis penelitian ini antara lain:

1. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa kecemasan siswa SMP di daerah rawan gempa dan *tsunami* paling banyak berada pada tingkat *minimal to moderate*. Bagi penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian serupa dengan menghubungkan variabel kecemasan dengan variabel lain.
2. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa siswa SMP di daerah rawan gempa dan *tsunami* mengalami kecemasan pada tingkat *minimal to moderate, severe* dan *extreme*. Subjek yang mengalami kecemasan ditingkat yang tinggi seperti pada tingkat kecemasan *extreme* perlu mendapat bantuan atau penanganan psikologis. Bagi penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian untuk meneliti tentang penanganan yang tepat yang dapat diberikan kepada subjek.

5.2.2. Saran praktis

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa secara umum kecemasan siswa SMP di daerah rawan gempa dan *tsunami* berada pada kategori *moderate*, namun terdapat beberapa subjek yang berada pada kategori yang perlu mendapat perhatian

ataupun bantuan dari beberapa pihak. Oleh karena itu peneliti memberikan saran praktis yang ditujukan kepada beberapa pihak sebagai berikut:

1. Pihak Sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mengadakan sosialisasi yang memberikan info-info tentang gempa atau simulasi bencana gempa dan *tsunami*. Hal ini dilakukan untuk mengurangi timbulnya kecemasan pada siswa.

2. Pihak keluarga

Dari hasil penelitian, ditemukan beberapa subjek berada pada kategori *extreme* yang perlu mendapat bantuan atau penanganan. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan bagi pihak keluarga untuk meminta bantuan praktisi psikologi untuk mengatasi kecemasan yang dialami subjek.

