

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pada penelitian ini terkait hubungan resiliensi keluarga dan kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi isu bencana *megathrust* pada ibu yang tinggal di daerah pesisir Kota Padang, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi keluarga dan kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi isu bencana *megathrust* pada ibu yang tinggal di daerah pesisir Kota Padang. Analisis korelasi menunjukkan kedua variabel memiliki hubungan positif yang kuat. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi keluarga ibu yang tinggal di daerah pesisir Kota Padang dalam menghadapi isu bencana *megathrust*, maka semakin tinggi juga tingkat kesiapsiagaan psikologisnya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi keluarga ibu yang tinggal di daerah pesisir Kota Padang dalam menghadapi isu bencana *megathrust*, maka semakin rendah juga tingkat kesiapsiagaan psikologisnya.

Secara umum, sebagian besar ibu yang tinggal di daerah pesisir Kota Padang memiliki tingkat kesiapsiagaan psikologis dan resiliensi keluarga yang tergolong tinggi. Kesiapsiagaan psikologis mengindikasikan kemampuan ibu yang tinggal di pesisir Kota Padang untuk menyadari, mengantisipasi, dan mengelola emosi dengan baik dalam menghadapi ancaman bencana seperti *megathrust*. Selanjutnya, resiliensi keluarga mengindikasikan kemampuan keluarga di pesisir Kota Padang untuk tidak hanya bertahan, tetapi juga bangkit

dan tumbuh secara positif untuk menghadapi ancaman bencana seperti *megathrust*, yang dinilai berdasarkan persepsi ibu.

5.2 Saran

Berangkat dari temuan penelitian ini, berikut adalah beberapa saran yang dapat disampaikan:

5.2.1 Saran Metodologis

1. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan teknik pengambilan sampel yang bersifat *probability sampling*, mengingat penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling* yang memiliki keterbatasan karena tidak semua anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden. Dengan demikian, sampel yang diperoleh diharapkan lebih representatif terhadap populasi ibu yang tinggal di daerah pesisir Kota Padang, sehingga hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik.
2. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas subjek penelitian pada bentuk keluarga yang berbeda, misalnya keluarga dengan orang tua tunggal (*single parent*) mengingat seluruh subjek pada penelitian ini berasal dari keluarga lengkap, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada tipe keluarga lainnya.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan, peneliti mengajukan beberapa saran praktis, sebagai berikut:

1. Berdasarkan temuan penelitian bahwa komponen *capacity, confidence, and competence to manage one's psychological response* menunjukkan kecenderungan yang kurang dominan dibandingkan dengan komponen kesiapsiagaan psikologis lainnya, ibu yang tinggal di daerah pesisir Kota Padang diharapkan dapat memperkuat kapasitas, keyakinan, dan kompetensi dalam menghadapi situasi penuh tekanan seperti ancaman bencana dengan cara melatih regulasi emosi, melakukan *self-talk* yang realistis, serta mengikuti simulasi evakuasi yang diadakan. Sehingga diharapkan ibu terhindar dari kepanikan dan mengambil keputusan tepat saat bencana terjadi.

2. Berdasarkan temuan penelitian bahwa komponen *family organizational processes* menunjukkan kecenderungan yang kurang dominan dibandingkan dengan komponen resiliensi keluarga lainnya, ibu yang tinggal di daerah pesisir Kota Padang diharapkan dapat memperkuat pola organisasi keluarga dengan membangun pembagian peran yang lebih fleksibel, menjaga kedekatan dan komunikasi antaranggota keluarga, serta mempersiapkan sumber daya sosial dan ekonomi keluarga dalam menghadapi ancaman bencana *megathrust*. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui diskusi keluarga mengenai rencana evakuasi, saling memberikan dukungan emosional, serta menjalin hubungan yang baik dengan

lingkungan sekitar agar keluarga lebih siap dan mampu beradaptasi ketika terjadi bencana.

