

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dengan kesiapsiagaan psikologis pada individu dewasa awal di daerah rawan bencana banjir bandang Nagari Koto Tuo, Kabupaten Agam. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat resiliensi pada individu dewasa awal di daerah rawan bencana banjir bandang, maka semakin tinggi juga kesiapsiagaan psikologis yang dimiliki. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi pada individu dewasa awal di daerah rawan bencana banjir bandang, maka semakin rendah juga kesiapsiagaan psikologis yang dimiliki.

Temuan pada penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi memiliki hubungan dengan kesiapsiagaan psikologis. Beberapa penelitian sebelumnya juga menemukan bahwa resiliensi memiliki hubungan dengan kesiapsiagaan psikologis, namun lebih berfokus kepada mahasiswa, staf kerja dan perawat sebagai subjek penelitian. Sedangkan penelitian ini lebih berfokus pada individu dewasa awal yang tinggal di daerah rawan bencana banjir bandang.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, penelitian mengusulkan beberapa saran untuk dijadikan pertimbangan oleh berbagai pihak terkait dengan penelitian ini.

5.2.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan sebelumnya, peneliti mengusulkan beberapa saran terkait metodologis penelitian yang dapat dipertimbangan untuk selanjutnya.

1. Pada penelitian ini, responden penelitian hanya mencakup individu dewasa awal tanpa mempertimbangkan perbedaan peran dalam keluarga, seperti sebagai peran ayah, ibu, atau anak yang berusia dewasa awal. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan mengelompokkan responden penelitian berdasarkan peran dalam keluarga sehingga dapat diketahui apakah terdapat perbedaan resiliensi dan kesiapsiagaan psikologis pada setiap kelompok.
2. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Penggunaan teknik ini mempermudah peneliti dalam menemukan responden penelitian. Namun, pengambilan sampel menggunakan teknik ini memiliki kekurangan karena tidak menggunakan mekanisme peluang sehingga hasil penelitian sulit digeneralisasikan ke seluruh populasi. Bagi peneliti selanjutnya disarankan menggunakan teknik sampling yang lebih menggeneralisasi seluruh populasi dalam penelitian.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mengusulkan beberapa saran praktis yang berkaitan dengan penelitian ini

1. Bagi individu dewasa awal yang tinggal di daerah rawan bencana, hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapsiagaan psikologis individu dewasa

awal berada pada tingkat sedang. Oleh karena itu, penting untuk individu dewasa awal untuk menjaga dan meningkatkan kesiapsiagaan psikologis melalui upaya-upaya positif, seperti pelatihan dan simulasi bencana serta melatih keterampilan individu dalam mengelola emosi negatif, yang dibantu oleh tingkat ketahanan, adaptasi dan berkembang pada individu dalam menghadapi bencana.

2. Bagi individu dewasa awal yang tinggal di daerah rawan bencana, hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi berada pada tingkat tinggi. Salah satu yang menyebabkan tingginya resiliensi yaitu tingginya nilai *mean* pada aspek *spiritual influences* dibandingkan dengan aspek lainnya. Hasil ini menunjukkan bahwa individu memiliki keyakinan kepada Tuhan dan memegang teguh nilai-nilai spiritual. Oleh karena itu, diharapkan individu dewasa awal untuk mengikuti berbagai kegiatan keagamaan yang diadakan seperti pengajian mingguan dan majelis ta'lim.

