

BAB V

PENUTUP

Bab ini berisi simpulan dari peneliti terkait jawaban dari permasalahan-permasalahan dalam penelitian. Terdapat saran metodologis dan praktis yang dikemukakan oleh penulis dengan harapan dapat berguna bagi pihak-pihak terkait dan menjadi pertimbangan bagi penelitian selanjutnya yang akan meneliti tentang resiliensi dan kualitas hidup terutama pada *caregiver* penderita skizofrenia

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai hubungan resiliensi dengan kualitas hidup *caregiver* penderita skizofrenia diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan dua domain dari kualitas hidup, yaitu domain kondisi psikologis dan domain lingkungan. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian ini juga diperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan domain kesehatan fisik dan domain hubungan sosial dari variabel kualitas hidup.

5.2 Saran

Peneliti mengajukan beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan berbagai pihak terkait hasil penelitian ini.

5.2.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti mengajukan beberapa saran metodologis untuk penelitian selanjutnya. Pada penelitian ini data penelitian yang diperoleh terdistribusi tidak normal, sehingga peneliti menyarankan untuk melakukan penambahan subjek pada penelitian selanjutnya, sebab semakin banyak partisipan yang dilibatkan sebagai subjek penelitian, maka akan membuat data akan mengarah ke distribusi normal. Sehingga dapat menggambarkan sampel penelitian berdasarkan populasinya secara lebih general.

5.2.2 Saran Praktis

a. Bagi *Caregiver* Penderita Skizofrenia

Caregiver harus dapat menyadari pentingnya peran mereka dalam proses perawatan bagi pasien skizofrenia. Tidak hanya berkaitan dengan pendampingan pengobatan, pemenuhan kebutuhan finansial, dan kebutuhan dasar tetapi juga pada hal-hal penting lainnya. Oleh karena itu, *caregiver* perlu melakukan upaya-upaya yang dapat meningkatkan resiliensi dan kualitas hidup mereka, seperti:

1. Memeriksa kondisi kesehatan secara berkala pada layanan kesehatan yang tersedia dan tidak mengabaikan gejala gangguan fisik yang dirasakan terutama selama proses merawat pasien.
2. Menyadari kondisi-kondisi yang menekan secara psikis dan meminta bantuan profesional seperti psikolog dan konselor apabila

hal-hal yang menekan tersebut mengganggu fungsi penting dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

3. Membangun komunikasi dan menjaga hubungan baik dengan anggota keluarga lainnya, sehingga dapat bersama-sama menemukan pemecahan masalah terutama yang berkaitan dengan proses perawatan penderita skizofrenia.

b. Bagi Layanan dan Praktisi Kesehatan Mental

Melalui penelitian ini, diperoleh hasil bahwa masih terdapat subjek dengan resiliensi yang rendah serta kualitas hidup yang rendah pada setiap domainnya. Oleh karena itu, peneliti berharap kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan resiliensi dan kualitas hidup pada *caregiver* penderita skizofrenia dapat terus ditingkatkan dan semakin intens untuk terus di sosialisasikan, seperti:

1. Melakukan kegiatan konseling dan juga psikoedukasi secara berkala kepada para *caregiver* untuk bisa membangun *protective factor* pada dirinya. Beberapa hal yang dapat dilakukan antara membantu *caregiver* agar memiliki harga diri yang tinggi, membangun kembali kemampuan bersosialisasi dan kemampuan berkomunikasi dengan lebih intim dengan orang-orang terdekat, dan membantu *caregiver* untuk peka terhadap dukungan emosional yang kuat dari orang-orang terdekatnya seperti orang tua, pasangan, saudara, dan teman sehingga tidak merasa sendiri dalam menghadapi berbagai kesulitan terutama dari proses

merawat penderita skizofrenia sehingga dapat menjadi pribadi yang resilien dan berdampak baik pada kualitas hidup yang dimilikinya.

