

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya, kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Reaksi dari tiga responden terhadap diagnosis ODGJ berbeda satu sama lainnya dimana YT merasa sangat sedih dan tidak nyaman KA merasa bersalah dan takut dan JK merasa bingung, tidak tahu harus berbuat apa dan hanya pasrah.
2. Ketiga responden menjelaskan bahwa status ODGJ (orang dengan gangguan jiwa) sangat mempengaruhi interaksi di dalam keluarga. Responden YT Status ODGJ sangat mempengaruhi interaksi di dalam keluarga meskipun gangguan jiwa yang dialami bukanlah hasil dari kesalahan atau kegagalan keluarga. Responden KA awalnya komunikasi agak terganggu tapi lambat laun keluarga dapat beradaptasi dengan status ODGJ sehingga membuat komunikasi menjadi lebih baik dan semua anggota keluarga saling mendukung dan berbicara terbuka tentang perasaan yang dirasakan. Responden JK merasa bingung dan tidak siap menghadapi kondisi ODGJ dan tidak tahu apa dilakukan, keadaan ini

mempengaruhi cara keluarga dalam berinteraksi dengan orang lain.

3. Ketiga responden menjelaskan bahwa YT dan KA mendapat dukungan penuh dari keluarga terdekat, teman, dan komunitas. Memberikan pemahaman dan menopang serta memberikan nasehat dan saran tentang bagaimana memahami kondisi dan bagaimana cara terbaik merawat pasien. Sedangkan JK menjelaskan dukungann keluarga dekat dan dukungan sosial sangat kurang sehingga menjadi faktor yang sangat mempengaruhi beban emosional.
4. Ketiga responden menanggapi secara berbeda-beda terhadap status ODGJ bagi YT tantangan yang dihadapi adalah kurang memiliki pemahaman yang memadai tentang gangguan jiwa sehingga mengalami hambatan dalam memberikan perawatan dan pelayanan untuk membantu pasien, ditambah komunikasi yang tidak efektif antara pasien dan keluarga menjadi tantangan sekaligus penghambat upaya membantu pasien. Bagi KL tantangan yang dihadapi adalah menyatukan perbedaan dan pemahaman keluarga. Sedangkan JK tantangan yang dihadapi adalah kelelahan dan beban emosional ditambah lagi stigma sosial serta keterbatasan finansial dan akses ke layanan kesehatan menjadi hambatan untuk membantu mengatur mengelola emosi responden.

5. Responden YT dan KA menjelaskan bahwasanya dalam proses regulasi emosi awalnya beradaptasi, mencari informasi yang akurat dan dapat dipercaya dan pengetahuan yang memadai tentang ODGJ, memahami tentang gejala dan membantu perawatan. Menghadapi konflik yang muncul dan banyaknya masalah, perubahan dan adanya perbedaan. YT mendorong komunikasi secara sehat dan terbuka antara anggota keluarga dan pasien, seperti memberikan ruang bagi pasien untuk berbicara tentang perasaan dan emosinya tanpa takut dihakimi atau diabaikan, mendengarkan dengan sabar dan memberikan dukungan emosional. Sedangkan KA menjaga kesehatan mental melakukan aktivitas yang menyenangkan, berolahraga, dan beristirahat dengan cukup. Menciptakan komunikasi secara terbuka dan jujur. berbagi perasaan, kekhawatiran, dan frustrasi dengan cara yang sehat, menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif sabar dan selalu fokus. JK kesulitan beradaptasi sehingga mengalami stress yang berkepanjangan dan kelelahan secara emosional, tugas yang sangat melelahkan secara fisik dan emosional sangat mengganggu keseimbangan emosi dan mengakibatkan penurunan kualitas hidup. Peran dalam keluarga menjadi tidak jelas atau bergeser, menyebabkan ketidakstabilan, ditambah buruknya komunikasi menjadi masalah baru dalam keluarga. Situasi menjadi sulit karena

anggota keluarga bukanya berusaha menciptakan lingkungan dan relasi yang baik antara sesama anggota keluarga justru yang terjadi saling menyalahkan satu sama lainnya.

6. Ketiga responden berharap diagnosa yang akurat dan komprehensif dan menerima perawatan yang holistik, yang melibatkan pendekatan multidisiplin dari berbagai bidang seperti psikiatri, psikologi, terapi, dan dukungan sosial. Responden YT dan KA membutuhkan akses yang mudah dan terjangkau terhadap layanan perawatan dan dukungan yang diperlukan untuk ODGJ dan anggota keluarga dapat mengembangkan kemampuan merasakan dan memahami perasaan dan emosi satu sama lain. Sedangkan JK membutuhkan bantuan keluarga terdekat, lingkungan keluarga yang kondusif dan dukungan masyarakat untuk menghadapi kepahitan hidup sambil berharap diskriminasi sosial berkurang dan masyarakat lebih memahami serta mendukung upaya pemulihan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dari data-data diatas, pada dasarnya penelitian ini berjalan baik. Namun bukan suatu kekeliruan apabila peneliti ingin mengemukakan beberapa saran yang muda-mudahan bermanfaat bagi kemajuan pendidikan pada umumnya. Adapun saran yang peneliti ajukan adalah sebagai berikut:

1. Hendaknya pada penelitian selanjutnya dapat memperdalam Kembali mengenai Regulasi Emosi pada Keluarga Pasien ODGJ berkaitan dengan *coping stress* dan regulasi emosi secara keseluruhan.
2. Hendaknya para peneliti selanjutnya lebih mengembangkan ruang lingkup penelitian, mengingat penelitian yang dilaksanakan ini belum sepenuhnya bisa menggambarkan regulasi emosi keluarga secara keseluruhan. Dalam proses pengumpulan data, hendaknya menggunakan teknik yang diperkirakan dapat lebih optimal dalam mendapatkan data yang diperlukan.