

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa representasi pengalaman traumatis yang dialami oleh korban letusan Gunung Ruang di Kelurahan Bahoi dimanifestasikan dalam bentuk respon emosional yang intens seperti rasa takut, panik, sedih, dan rasa tidak berdaya. Ketiga informan menggambarkan trauma melalui memori yang masih membekas kuat, seperti suara dentuman letusan, hujan abu, serta bayangan kehancuran rumah mereka. Selain itu, pengalaman traumatis ini juga disertai dengan gejala psikologis seperti kecemasan terhadap suara keras, gangguan tidur, hingga munculnya rasa waspada berlebihan. Temuan ini menunjukkan bahwa trauma yang dialami korban bukan hanya bersifat individual, melainkan juga dibentuk oleh konteks sosial dan spiritual di sekitar mereka.

Adapun strategi koping psikologis yang digunakan korban dalam menghadapi pengalaman traumatis didominasi oleh pendekatan religius dan nilai budaya lokal. Bentuk-bentuk koping yang ditemukan meliputi *positive reappraisal* dengan menganggap bencana sebagai kehendak Tuhan, *self-control* dalam mengelola emosi, *escape-avoidance* melalui aktivitas rutin seperti berkebun

dan melaut, serta *planful problem-solving* dalam membangun kembali kehidupan. Strategi ini memperlihatkan bahwa meskipun korban mengalami tekanan psikologis yang berat, mereka mampu menunjukkan resiliensi melalui kekuatan spiritual, relasi sosial, dan aktivitas yang bermakna. Dengan demikian, pendekatan berbasis budaya dan religius sangat penting dalam mendukung pemulihan psikologis korban bencana alam di wilayah seperti Bahoi.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi Korban dan Masyarakat Bahoi

Diharapkan masyarakat tetap memperkuat nilai-nilai kebersamaan dan spiritualitas sebagai kekuatan utama dalam menghadapi tekanan pasca bencana. Namun demikian, penting juga untuk membuka diri terhadap bantuan psikologis profesional jika trauma berkepanjangan terus mengganggu fungsi sehari-hari.

2. Bagi Pemerintah dan Lembaga Sosial

Disarankan agar penanganan bencana tidak hanya berfokus pada aspek fisik dan logistik, tetapi juga mencakup intervensi psikososial yang memperhatikan kondisi mental korban. Program seperti *trauma healing*, pendampingan rohani, dan konseling kelompok berbasis komunitas sangat dibutuhkan

di wilayah terdampak bencana, terutama wilayah kepulauan seperti Tagulandang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi lebih banyak informan dengan variasi usia dan latar belakang untuk mendapatkan gambaran yang lebih luas mengenai pengalaman trauma dan koping. Penelitian juga bisa memperluas pada kelompok khusus seperti anak-anak, lansia, atau tenaga penyelamat, serta memanfaatkan pendekatan kuantitatif dan campuran untuk memperkuat temuan empiris.