

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Konsep diri merupakan gambaran seseorang tentang dirinya, baik yang bersifat fisik maupun psikologis yang diperoleh melalui interaksinya dengan orang lain. Pembentukan konsep diri positif ditandai dengan keseimbangan dimensi konsep diri yang terdiri dari gambaran diri (body image), penerimaan diri, harapan, dan harga diri yang sangat mempengaruhi kesehatan individu.

Sesuai dengan fokus penelitian yang digunakan sebagai dasar untuk penelitian maka dalam diri LM telah terbentuk konsep diri yang positif, yang mana dapat digambarkan sebagai berikut;

Dari faktor gambaran diri. LM selalu menunjukkan sikap tegar dan selalu ceria serta semangat kepada orang-orang disekitarnya. LM menjadi orang yang lebih waspada dan berhati-hati akan segala tindakan yang dilakukan untuk menghindari timbulnya gangguan yang dulu pernah ia alami.

Dari aspek penerimaan terhadap diri sendiri ditunjukkan LM dengan menerima dirinya sebagai orang yang normal yang telah pulih dari gangguannya. Selain itu LM selalu bersyukur dan lebih mempertebal keimannya kepada Tuhan.

Harapan yang dimiliki LM antara lain ingin dirinya bisa diterima kembali oleh keluarga dan orang disekitarnya bukan sebagai orang yang

pernah mengalami gangguan namun sebagai orang yang normal seperti dahulu kembali. Selain itu LM juga mempunyai harapan agar gangguan yang pernah dialaminya tidak muncul kembali di masa sekarang.

Harga diri LM ditunjukkan dengan membuktikan bahwa dirinya layak dan mampu diterima oleh teman-temannya khususnya sebagai seorang pengajar di TK-nya. Harga diri juga ditunjukkan dengan tidak ingin dianggap sebagai orang yang pernah mengalami gangguan. Subjek selalu menerima tugas-tugas yang diberikan oleh sekolahnya dengan penuh tanggung jawab hal tersebut untuk membuktikan bahwa dirinya mampu untuk berbuat lebih seperti orang normal lain yang tidak pernah mengalami gangguan seperti dirinya.

## **B. Saran**

Sebagai akhir dari laporan penelitian akan disampaikan atau direkomendasikan yang ditujukan untuk:

- a) Bagi LM sebagai subjek penelitian, agar jangan pernah menyerah dalam kondisi apapun. Yakin pada diri sendiri bahwa akan ada jawaban dari setiap masalah yang kita hadapi.
- b) Bagi orang yang mengalami gangguan skizofrenia dan sedang dalam proses pemulihan agar tidak menyerah dalam menjalani hidupnya dan agar diketahui bahwa pemulihan dari gangguan ini bukanlah hal yang mustahil. Selain itu agar dapat dapat diupayakan untuk membentuk konsep dirinya ke arah positif dengan begitu akan

tercipta kehidupan yang dinamis untuk menyongsong masa depannya dengan bebas.

- c) Keluarga yang memiliki anak, saudara, tetangga yang memiliki gangguan skizofrenia atau gangguan serupa, agar dapat menerima anggota keluarga, kerabat, tetangga yang mengalami gangguan tersebut dan selalu memberikan dukungan yang positif, agar mereka bisa keluar dari masalahnya serta menjadi pribadi yang mampu bangkit dari keadaan yang tidak menguntungkan. Berikan pemahaman kepada mereka bahwa Tuhan memberikan masalah beserta solusinya.
- d) Peneliti berikutnya. Penelitian ini dilakukan hanya untuk melihat gambaran konsep diri dari individu yang telah pulih dari skizofrenia. Hendaknya penelitian selanjutnya dapat menggambarkan konsep diri berbagai karakteristik sampel yang berbeda sehingga banyak ditemukan temuan-temuan yang memperkaya penelitian. Selain itu juga disarankan untuk menggali informasi tidak hanya melalui partisipasi saja namun juga melibatkan pihak-pihak yang terkait seperti dokter yang merawat pemulihan, keluarga dan teman agar informasi yang didapatkan lebih akurat.