BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul dukungan sosial dalam membangun keterampilan resiliensi pada penderita Lupus, peneliti dapat membuat kesimpulan bahwa:

1. Keterampilan resiliensi pada penderita lupus dapat dilihat melalui tujuh aspek resiliensi antara lain: a) pengaturan emosi, penderita Lupus sudah mulai terbiasa dengan kondisinya bersama Lupus dan sudah bisa menerima penyakit yang dideritanya tersebut. Ia menyadari bahwa meskipun dirinya menderita Lupus, namun ia masih tetap bisa melanjutkan hidupnya dengan baik dan tetap bisa beraktivitas. b) *Control impuls,* penderita Lupus dapat memutuskan dan mengontrol apa yang diinginkannya dengan menjalani pengobatan secara rutin, menjalani pola hidup sehat, menjauhkan diri dari rasa kelelahan dan stres yang berlebihan. c) Kemampuan menganalisa masalah, penderita Lupus memilih cara berdamai dan menerima penyakit yang dideritanya dengan menjadikannya sebagai titipan Allah. d) Optimis, penderita Lupus mempunyai keyakinan bahwa meskipun mereka hidup dengan Lupus yang dideritanya, ia masih dapat hidup dengan baik dan dapat mencapai cita-citanya. e) Efikasi diri. penderita Lupus mampu mengatasi masalah yang dihadapinya dan masih

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mau berusaha setelah menderita Lupus dengan dukungan yang diterimanya dari lingkungan. f) Empati, penderita Lupus mampu menjadikan apa yang dialaminya menjadi sesuatu yang berguna bagi orang lain dengan berbagi pengalaman dan memberikan semangat untuk para penderita Lupus yang lainnya. g) Pencapaian, penderita Lupus telah dapat hidup mandiri tanpa harus bergantung dengan orang lain untuk melakkan kegiatannya sehari-hari.

2. Dukungan sosial yang diterima penderita Lupus sangat membantu mereka dalam mencapai keterampilan resiliensi. a) Dukungan emosional yang meliputi ungkapan empati, kepedulian dan perhatian yang diperoleh penderita Lupus dari lingkungannya akan membantunya untuk lebih mudah dalam mengatur emosi dan mengontrol apa yang ingin dilakukan selama menderita Lupus karena lingkungannya merasakan apa yang ia rasakan, sehingga mereka juga turut menjaga apa yang harus dan tidak boleh dilakukan oleh penderita Lupus. b) Dukungan penghargaan yang meliputi ungkapan positif dan dorongan untuk maju serta kepercayaan yang diberikan pada penderita Lupus akan membantunya dalam menatap masa depannya. Penderita Lupus akan merasa lebih mudah dalam mencapai cita-citanya karena ia merasa diterima dan tidak disisihkan dalam lingkungannya. c) Dukungan instrumental yang diterima penderita Lupus meliputi bantuan langsung berupa uang, jasa maupun waktu dari lingkungannya membantu penderita Lupus dalam menumbuhkan sifat empati dalam dirinya. Melalui bantuan yang diperolehnya dari orang-

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

orang disekitarnya membuat penderita Lupus menyadari bahwa dirinya tidak bisa hidup tanpa bantuan orang lain. d) Dukungan informatif yang meliputi penyediaan informasi, saran dan petunjuk yang diperoleh penderita Lupus dapat membantunya dalam memahami masalah yang sedang menimpanya. Penderita Lupus dapat secara praktis menganalisa masalah yang dihadapinya terkait penyakit Lupus sesuai dengan wawasan yang diperolehnya. e) Dukungan jaringan sosial yang meliputi perasaan saling berbagi dan beraktivitas dalam sebuah kelompok dapat membantu penderita Lupus untuk memyelesaikan masalah sesuai dengan kemampuannya. Melalui adanya jaringan social, penderita Lupus dapat saling bertukar pengalaman dan informasi mengenai bagaimana mereka harus berbuat dengan kondisi yang akan mereka alami selama hidup bersama dengan Lupus. Dengan orang –orang yang senasib yang ada di sekelilingnya membuat penderita Lupus akan merasa lebih optimis, tegar, kuat dan pantang menyerah dalam melawan penyakitnya.

B. Saran

1. Untuk membantu mempercepat terjadinya keterampilan resiliensi pada penderita Lupus, dalam satu keluarga yang mempunyai anggota keluarga yang menderita penyakit Lupus, hendaknya harus memberikan dukungan penuh terhadap penderita Lupus untuk melawan dan bertahan terhadap penyakitnya tersebut sehingga penderita memperoleh semangat dan energi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

positif dan tidak merasa menghadapi penderitaan tersebut dengan sendirian.

2. Keberadaan informasi terkait penyakit Lupus sangat diperlukan bagi penderita Lupus, mengingat banyak masyarakat yang belum mengenal apa itu sebenarnya penyakit Lupus sehingga banyak diantara mereka yang menderita penyakit tersebut kurang dapat menangani dan menghadapinya dengan baik. Oleh karena itu, diharapkan kepada pihak yang terkait untuk memberikan sosialisasi dan memperbanyak sumber informasi yang seluas-luasnya baik melalui media cetak, elektronik maupun internet mengenai seputar penyakit Lupus dengan tepat dan terpercaya.
3. Mengingat terjadinya keterampilan resiliensi ditentukan oleh banyak faktor dan melihat penelitian ini masih belum sempurnah dan masih banyak kekurangannya. Oleh karena itu, diharapkan nantinya ada pihak lain yang melakukan penelitian secara lebih mendalam lagi tentang dukungan sosial dan keterampilan resiliensi, khususnya mengenai dukungan sosial dalam membangun keterampilan resiliensi. Dengan semakin banyaknya penelitian yang membahas tentang dukungan sosial dan resiliensi, maka kita juga akan dapat mengetahui secara lebih mendalam bagaimana dukungan sosial tersebut dalam membangun keterampilan resiliensi, sehingga diharapkan nantinya bisa mengetahui langkah-langkah untuk membuat seseorang lepas dari kondisi keterpurukan dan membuatnya bangkit kembali menghadapi masa depannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id