

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh kesimpulan bahwa selama merawat ODS, kedua responden cenderung memiliki ketangguhan. Bentuk komitmen yang dimunculkan responden pertama adalah keterlibatannya dalam aktivitas merawat ODS, baik secara fisik, mental, maupun sosial. Selain ODS, dirinya juga mengemban tanggung jawab sebagai orang tua tunggal dan pegiat sosial. Meskipun terlibat dalam berbagai aktivitas, ia tetap berkomitmen dan merasa bertanggung jawab terhadap kehidupan ODS. Responden pertama memiliki kontrol diri yang cukup efektif. Dalam menyikapi permasalahan ODS, ia cenderung menggunakan aktif koping. Selain itu, menenangkan diri, berdo'a, dan berintrospeksi diri juga menjadi upayanya untuk menstabilkan emosi. Berbagai hambatan yang menimpanya dalam usaha menyembuhkan ODS tidak membuatnya putus asa. Ia menganggap merawat ODS adalah sebuah tantangan positif. Melalui usaha-usaha yang ia lakukan, dirinya menginginkan kondisi ODS lebih baik, sesuai dengan harapannya. Beban yang dirasakannya selama merawat ODS serupa dengan beban *caregiver* berstatus orang tua. Beban-beban tersebut antara lain: stigma negatif masyarakat, beban ekonomi, beban psikologis, dan beban fisik. Namun, kondisi-kondisi tersebut tak lantas membuatnya stres maupun depresi. Kini, ia tidak merasa terbebani, melainkan memilih menikmati perannya tersebut.

Komitmen responden kedua selama merawat ODS tampak dari keterlibatannya dalam berbagai aktivitas perawatan. Selain ODS, ia juga mengemban berbagai tanggung jawab di luar, bahkan tergolong aktif di lingkungan masyarakat. Meskipun terlibat dalam berbagai domain kehidupan, dirinya akan tetap bertanggung jawab merawat ODS sampai kapan pun dan selagi mampu. Untuk meminimalisir kekambuhan ODS, kontrol diri yang dilakukan responden dinilai cukup efektif. Serupa dengan responden pertama, ia cenderung menggunakan coping aktif. Ia juga tidak putus asa untuk menyembuhkan ODS, meskipun hambatan kadang menerpanya. Dirinya selalu punya harapan kondisi ODS akan membaik. Selain itu, merawat ODS dijadikannya sebagai sebuah tantangan dan perjalanan hidup. Selama merawat ODS, ia tidak terbebani dengan masalah keuangan, fisik, maupun batin. Rumah tangganya pun tidak mengalami konflik lantaran kehadiran ODS. Beban yang ia rasakan lebih ditujukan kepada saudara-saudara kandungnya manakala ODS kambuh.

Faktor-faktor yang mempengaruhi ketangguhan pada kedua responden adalah penguasaan pengalaman, kebersyukuran dan spiritualitas yang termasuk dalam perasaan positif, rasa persaudaraan, dan dukungan sosial. Kondisi sosial geografis menjadikan rasa persaudaraan dan penerimaan masyarakat terhadap masing-masing keluarga responden agak memiliki perbedaan. Terkait dukungan sosial, masing-masing responden juga belum mendapatkan dukungan moral secara maksimal dari saudara-saudara kandung mereka yang lain.

Secara garis besar, ketangguhan pada kedua responden sudah terbentuk sebelum maupun saat awal mereka merawat ODS. Ketangguhan yang dimiliki ini

ternyata bisa menjadi bekal mereka saat ini untuk memberikan perawatan kepada ODS secara baik dan efektif. Pun mampu menyangga psikologis mereka dari terpaan stresor yang muncul. Menjadi tangguh adalah proses hidup yang kedua responden pilih untuk menyejahterakan jiwa mereka, sebelum akhirnya mereka peduli dengan keberlangsungan jiwa saudara sedarah mereka yang menderita skizofrenia.

B. Saran-saran

Peneliti bisa memberikan saran terkait hasil penelitian ini kepada:

1. Responden penelitian

Responden dinilai tangguh dalam menghadapi stresor-stresor yang muncul ketika merawat ODS. Sebaiknya responden tetap mempertahankan komitmen, kontrol diri, dan terus optimis serta mengupayakan kemajuan ODS. Kita menyadari bahwa seseorang dengan penyakit seperti ini tidak mampu hidup sendiri, melainkan membutuhkan orang-orang di sekitar untuk menyangga hidupnya. Selain itu, alangkah lebih baik jika responden meningkatkan komunikasi dengan saudara-saudara kandung lainnya agar tercipta kesepahaman satu sama lain dan bentuk kepedulian yang responden inginkan dan butuhkan.

2. Masyarakat

Dewasa ini, masyarakat dinilai telah paham dan melek dengan kondisi keluarga yang memiliki anggota dengan skizofrenia. Bagi masyarakat yang sadar atas kondisi ini diharapkan bisa mengembangkan dukungan moral kepada mereka. Dukungan masyarakat cukup

mempengaruhi kebesaran jiwa mereka dalam menerima dan bertahan merawat ODS. Sedangkan bagi masyarakat yang masih menganggap sebelah mata kondisi kehidupan mereka, sebaiknya segera mengubah *mindset*. Skizofrenia merupakan gangguan jiwa berat yang setiap orang mempunyai peluang untuk menderita penyakit ini.

3. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti yang ingin mengangkat permasalahan semacam ini, sebaiknya melakukan observasi kehidupan sehari-hari responden dan ODS secara lebih intens. Hal ini dimaksudkan agar peneliti bisa mendapatkan gambaran lebih jelas bentuk interaksi di antara keduanya sehingga mampu mendukung hasil wawancara. Selain itu, alangkah lebih baik jika peneliti selanjutnya bisa memperkaya jenis skizofrenia ODS yang dirawat *caregiver* karena hal ini mungkin berpengaruh pada dinamika psikologis mereka. Peneliti selanjutnya juga bisa memperkaya variabel psikologis lain dari *sibling caregiver* ODS seperti penerimaan ODS, penyesuaian diri, dukungan sosial, resiliensi, spiritualitas, ataupun *coping stress*.