

## BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini memaparkan kesimpulan dari temuan penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, implikasi dari hasil penelitian serta rekomendasi terkait penelitian yang telah dilakukan dan berdasarkan temuan penelitian.

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya mengenai pengaruh *playfulness* dan *gratitude* terhadap *post traumatic growth* korban banjir bandang di Garut yang berusia dewasa awal dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel tersebut memiliki hubungan yang positif. Hal ini berarti bahwa ketika korban banjir bandang di Garut memiliki tingkat *playfulness* dan *gratitude* yang tinggi maka tingkat *post traumatic growth* juga akan meningkat.

Pada penelitian ini terdapat beberapa temuan diantaranya *playfulness* pada korban banjir bandang di Garut berusia dewasa awal didominasi oleh kategori tinggi dengan persentase tertinggi pada dimensi *reactivity*. Tingkat *gratitude* korban banjir bandang di Garut berusia dewasa awal didominasi oleh kategori tinggi dengan persentase tertinggi pada dimensi *span*. Sedangkan *post traumatic growth* korban banjir bandang di Garut berusia dewasa awal didominasi oleh kategori tinggi dengan persentase tertinggi pada dimensi *relating to others*.

### B. Rekomendasi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk meningkatkan *post traumatic growth* pada orang yang terindikasi trauma terutama yang disebabkan oleh bencana alam. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan sumbangan untuk memperkaya hasil penelitian psikologi perkembangan terutama mengenai *playfulness*, *gratitude*, *post traumatic growth* serta studi mengenai dewasa awal.

Terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diberikan kepada pihak-pihak yang terkait dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini, diantaranya:

**1. Rekomendasi Bagi Korban Bencana Banjir Bandang**

Korban banjir bandang di Garut berusia dewasa awal diharapkan dapat lebih meningkatkan *playfulness* dan rasa syukur dalam menjalani kehidupan paska bencana sehingga dapat berkembang lebih positif dari sebelumnya mengingat bahwa kehidupan harus terus berjalan meskipun harus terdapat beberapa perubahan.

**2. Rekomendasi Bagi Koordinator Huntara**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa *playfulness* dan rasa syukur memberikan pengaruh terhadap perubahan positif setelah korban mengalami bencana banjir bandang. Oleh karena itu peneliti memberikan rekomendasi kepada koordinator huntara untuk melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan *playfulness* dan rasa terimakasih korban sehingga korban dapat berkembang lebih positif dari sebelum terjadinya bencana. Adapun kegiatan yang dapat dilakukan seperti menuliskan hal-hal yang disyukuri setiap sebelum menjelang tidur, memberikan hiburan seperti musik, film disela waktu luang, dan lain-lain.

**3. Rekomendasi Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti yang tertarik dalam meneliti topik yang serupa direkomendasikan untuk meneliti hal yang lebih mendasar tentang faktor yang memengaruhi *post traumatic growth* khususnya pada korban bencana alam. Peneliti selanjutnya juga dapat meneliti subjek dengan karakteristik yang berbeda seperti anak, remaja atau dewasa akhir.

Selain itu berdasarkan hasil temuan pada bab IV dapat dilihat bahwa pada variabel *post traumatic growth* korban pada dimensi *spiritual change* menunjukkan hasil yang paling rendah, peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi bagaimana dinamika yang terjadi mengenai proses pencapaian *post traumatic growth* pada korban banjir bandang di Garut berusia dewasa awal dengan metode penelitian kualitatif. Peneliti

**Gina Agsilni, 2018**

**PENGARUH PLAYFULNESS DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP POST TRAUMATIC GROWTH KORBAN BANJIR BANDANG BERUSIA DEWASA AWAL DI KABUPATEN GARUT**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |  
perpustakaan.upi.edu

direkomendasikan untuk meneliti fenomena terkait psikologi kebencanaan di Indonesia yang merupakan salah satu negara rawan bencana alam.

**Gina Agsilni, 2018**

*PENGARUH PLAYFULNESS DAN KEBERSYUKURAN TERHADAP POST  
TRAUMATIC GROWTH KORBAN BANJIR BANDANG BERUSIA DEWASA  
AWAL DI KABUPATEN GARUT*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) |  
[perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)