

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

Bab ini merupakan uraian dari kesimpulan yang didapatkan berdasarkan penelitian yang telah dilakukan serta implikasi yang didapat dari penelitian, dan rekomendasi bagi berbagai pihak yang terlibat dalam penelitian ini serta bagi peneliti selanjutnya.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Hubungan Koping Religius dan Rasa Syukur dengan *Self-compassion* diperoleh kesimpulan sebagai berikut.

1. Tingkat koping religius, rasa syukur, dan *self-compassion* responden dalam penelitian ini tergolong relatif seimbang.
2. Terdapat hubungan yang positif antara koping religius dengan *self-compassion* dengan nilai korelasi yang kuat. Artinya, semakin tinggi koping religius seseorang, maka semakin tinggi pula *self-compassion*-nya. Seseorang dengan koping religius yang tinggi akan menumbuhkan kesadaran dan kepasrahan diri kepada Tuhan, sehingga akan menumbuhkan penerimaan diri yang baik.
3. Terdapat hubungan yang positif antara rasa syukur dengan *self-compassion* dengan nilai korelasi yang sedang. Artinya, semakin tinggi rasa syukur seseorang, maka semakin tinggi pula *self-compassion*-nya. Seseorang yang memiliki rasa syukur akan memiliki emosi-emosi yang positif yang memunculkan kebahagiaan, sehingga akan mempengaruhi individu agar menghindari emosi negatif. Oleh karena itu, membantu individu beradaptasi dengan kesulitan dan kekurangan yang ada pada diri, serta dapat mengambil hikmah dari kejadian tersebut.
4. Adanya hubungan yang signifikan apabila religius koping dan rasa syukur secara bersama-sama dengan *self-compassion*. Besar korelasi yang ada tergolong kuat dan positif, artinya semakin tinggi koping religius dan rasa syukur seseorang, maka semakin tinggi pula *self-compassion* yang dimiliki penyandang tunanetra.

Nabila Salwa Aldyafigama, 2018
**HUBUNGAN KOPING RELIGIUS DAN RASA SYUKUR DENGAN SELF-
COMPASSION TUNANETRA DEWASA AWAL**
DI PSBN WYATAGUNA KOTA BANDUNG

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

B. Implikasi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai gambaran bagaimana keadaan koping religius, rasa syukur dan *self-compassion* pada penyandang tunanetra tidak dari lahir di PSBN Wyataguna Bandung, serta dapat memberikan sumbangan untuk memperkaya hasil penelitian dalam bidang psikologi mengenai koping religius, rasa syukur, dan *self-compassion*.

C. Rekomendasi

Adapun saran untuk beberapa pihak terkait penelitian ini, adalah sebagai berikut:

1. Keluarga Penyandang Tunanetra

- a. Keluarga diharapkan dapat mencarikan atau menikahkan penyandang tunanetra, agar mereka mendapatkan afeksi dan dukungan dari pasangan, juga memenuhi tugas perkembangan dewasa awal, yaitu menikah.
- b. Keluarga diharapkan dapat berkonsultasi dengan tenaga profesional dalam hal ini adalah pihak PSBN Wyataguna untuk membahas perkembangan dari penyandang tunanetra.

2. Tenaga Profesional (Psikolog)

- a. Psikolog diharapkan dapat memberikan penjelasan yang detail, pendekatan ataupun bimbingan terhadap penyandang tunanetra tidak dari lahir, sehingga dampak psikologis seperti stres dan ketakutan pada mereka dapat berkurang.
- b. Psikolog diharapkan dapat memberikan penyuluhan kepada keluarga pasien mengenai tunanetra serta bagaimana cara menyikapi keluarga yang memiliki ketunanetraan agar mereka tidak merasa dibedakan atau bahkan ditinggalkan oleh keluarganya.

3. Masyarakat

Diharapkan kepada masyarakat agar tidak memandang dan memperlakukan penyandang tunanetra dengan sebelah mata, sehingga dapat bekerja sama dalam perkembangan kehidupan penyandang tunanetra.

4. Lembaga PSBN Wyataguna

Nabila Salwa Aldyafigama, 2018

HUBUNGAN KOPING RELIGIUS DAN RASA SYUKUR DENGAN *SELF-COMPASSION* TUNANETRA DEWASA AWAL

DI PSBN WYATAGUNA KOTA BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia

| repository.upi.edu

perpustakaan.upi.edu

Bagi pihak PSBN Wyataguna diharapkan untuk membantu meningkatkan *self-compassion* pada penyandang tunanetra. Hal ini dapat dilakukan dengan mengundang Psikolog untuk melakukan konseling psikologi, maupun psikoedukasi mengenai *self-compassion*.

5. Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meningkatkan kemampuan teknik pengambilan data baik kuisioner maupun wawancara, serta memiliki prosedur pengambilan data yang lebih akurat.
- b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjelaskan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan *self-*