

Bab V Simpulan dan Saran

Simpulan

Berdasarkan pembahasan sebelumnya dapat diambil simpulan penelitian bahwa: gambaran resiliensi pada wanita yang mengalami *abortus spontanea* sebanyak dua kali yang baik merupakan yang memiliki tujuh kemampuan dasar yaitu *emotion regulation*, *impulse control*, *optimism*, *causal analysis*, *empathy*, *self-efficacy* dan *reaching out*.

Kemampuan *emotion regulation*, ketiga subjek baik itu RL, SH dan CS merasakan kesedihan saat mengalami keguguran baik pertama dan kedua. Ketiganya memiliki regulasi emosi yang baik meskipun di antara ketiganya membutuhkan waktu untuk kembali seperti biasa.

Kemampuan melakukan *impulse control* hanya RL dan SH yang sempat mengalami stres dan berusaha mengendalikan stres yang menimpa keduanya. Sedangkan CS mampu melewati masalah keguguran tanpa harus merasakan stres.

Optimism, ketiganya memiliki harapan yang sama untuk memiliki anak saat mengalami keguguran. Terlebih SH yang sampai saat ini belum memiliki anak, dirinya masih berharap untuk tetap memiliki anak.

Causal analysis dari ketiganya mampu mengidentifikasi penyebab-penyebab yang menjadikannya mengalami keguguran. Ketiganya pun melakukan apa yang seharusnya dilakukan seperti yang dianjurkan dokter kandungan yang menangani masing-masing dari subjek.

Kemampuan *empathy*, ketiganya merasakan sedih dan kasihan apabila ada orang lain yang mengalami keguguran seperti yang dialami oleh masing-masing subjek. RL, SH dan CS ketiganya memberikan saran, nasihat dan memberi tahu bahwa apabila terjadi keguguran harus bagaimana. Terlebih RL mengikuti komunitas ibu-ibu yang pernah mengalami

keguguran di sosial media maka dengan komunitas tersebut RL bisa memiliki kesempatan untuk berbagi.

Kemampuan *self-efficacy* berdampingan dengan kemampuan *optimism* pada ketiga subjek. Ketiga subjek saat itu yakin bahwa di masa yang akan datang mereka akan memiliki anak. Terlebih subjek kedua (SH) yang sampai saat ini masih belum memiliki anak masih menjaga keyakinannya bahwa di masa yang akan datang, SH akan memiliki anak.

Terakhir, kemampuan dalam *reaching out* ketiganya mampu mendapatkan aspek positif dan hikmah ketika mendapatkan cobaan berupa keguguran sebanyak dua kali. Ketiganya menjadi belajar bagaimana seharusnya bila menjadi wanita hamil kemudian menjadi lebih mementingkan kesehatan dan mencegah terjadinya keguguran lagi.

Saran

Setelah mendapatkan kesimpulan dari penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti memiliki beberapa saran:

1. Bagi subjek yang bersangkutan

Ketiga subjek diharapkan untuk terus mempertahankan kemampuannya ketika permasalahan yang lain menimpa diri subjek masing-masing. Tidak hanya musibah keguguran saja tetapi musibah yang lain juga. Menjadi motivator untuk orang lain yang terkena musibah agar menjadi saling menguatkan satu sama lain.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode interpretatif pada penelitian fenomenologi agar penelitiannya menjadi lebih rinci dan jelas atau dapat menggunakan metode kuantitatif. Variabel yang dapat digunakan untuk selanjutnya yaitu religiusitas, harapan, makna hidup dan rasa bersyukur