BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi yang bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme pada penyintas COVID-19 di Banjarmasin. Data diperoleh dengan melakukan wawancara langsung dengan tiga orang penyintas COVID-19 yang ada di Banjarmasin.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa masing-masing penyintas COVID-19 memiliki optimisme yang dipengaruhi oleh faktor yang berbeda-beda. Pada subjek NH faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme meliputi kepercayaan diri, adanya usaha untuk sembuh, dukungan sosial, dan lingkungan tempat isolasi yang positif. Faktor optimisme yang ditemukan pada subjek WPA yaitu kepercayaan diri, harga diri, motivasi sembuh, adanya usaha untuk sembuh, dukungan sosial, dan akumulasi pengalaman. Sedangkan optimisme pada subjek RRN dipengaruhi oleh kepercayaan diri, harga diri, penerimaan diri, motivasi sembuh, adanya usaha untuk sembuh, dukungan sosial, serta akumulasi pengalaman.

Maka dari itu, faktor yang mempengaruhi optimisme penyintas COVID-19 secara umum dapat dilihat dari faktor internal dan eksternal diri penyintas COVID-19. Faktor internal terdiri dari aspek kepercayaan diri, harga diri, penerimaan diri, motivasi sembuh, dan adanya usaha untuk sembuh. Serta

faktor eksternal yang berisi dukungan sosial, akumulasi pengalaman, dan lingkungan tempat isolasi yang positif.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan di atas penulis memberikan saran:

1. Bagi pasien COVID-19 yang tergolong ringan, selama melakukan isolasi disarankan tetap mengisi aktivitas dengan kegiatan yang positif guna mempertahankan optimisme sembuh, seperti dengan mencari hiburan dan berolahraga. Serta menjaga komunikasi dengan keluarga dan teman dekat agar tidak merasa kesepian ketika menjalani isolasi.
2. Bagi keluarga dan teman pasien COVID-19, tetaplah jaga komunikasi, memberikan dukungan dan semangat kepada pasien COVID-19 yang sedang melakukan isolasi karena berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan bahwa adanya dukungan sosial dan kehadiran orang terdekat memberikan pengaruh dalam meningkatkan rasa optimis untuk kesembuhan pasien COVID-19.
3. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian terhadap pasien COVID-19 yang sedang menjalani proses penyembuhan sehingga mendapatkan data yang lebih akurat dengan menggunakan tambahan metode pengumpulan data seperti memberikan kuesioner yang mengukur tingkat optimisme sembuh pasien COVID-19. Tentunya dengan melakukan prosedur dan alat perlindungan yang ketat agar mengurangi penyebaran virus COVID-19.

4. Berdasarkan hasil penelitian ini, fasilitas dan sarana yang disediakan memberikan manfaat bagi pasien COVID-19 yang sedang melakukan isolasi di sana, maka dari itu disarankan bagi lembaga kesehatan untuk menyediakan ruang isolasi dengan fasilitas dan sarana yang menunjang proses penyembuhan pasien COVID-19.