

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis yang ada pada pembahasan, dapat disimpulkan dua hal yaitu:

1. Subjek J menggambarkan kecemasannya dengan perasaan bingung dan merasa tidak ada yang bisa dilakukan. Produktivitasnya menurun terkait dengan kualitas tidurnya. Subjek R menggambarkan kecemasannya dengan kewaspadaan yang tinggi dan menyikapinya dengan sesuatu yang bisa membuat subjek tenang seperti merokok. Subjek M mengalami kecemasan dengan pikiran berlebihan, kesulitan berkonsentrasi, dan kebingungan dalam mengambil keputusan. Lingkungan yang tidak nyaman memengaruhi produktivitas dan kesehatan fisik serta mental dan mengurangi motivasi.

Dari ketiga subjek yang di teliti dapat dilihat gambaran dari kecemasan remaja yang tinggal di daerah kawasan kumuh Kelayan Tengah kota Banjarmasin. Bahwa dari tingkah perilaku yang mereka gambarkan, ketiga Subjek merasa tidak aman tentang apa yang akan menimpa mereka kedepan, kegelisahan yang muncul seperti kebingungan, pikiran berlebihan dan kualitas tidur yang tidak baik menggambarkan bahwa ketiga Subjek merasakan Kecemasan

2. Adapun faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan remaja yang tinggal di daerah kawasan kumuh Kelurahan Kelayan Tengah Kota Banjarmasin.

Ialah saat ketiga subjek menjelaskan kegelisahannya, ketidaknyamanan dan perasaan terganggu yang di sampaikan ketiga subjek saat penelitian berlangsung

Subjek J menyebutkan bahwa emosinya lebih stabil dan subjek merasa tidak mudah terganggu, namun kecemasannya akan muncul terkait dengan potensi perkelahian, pencurian, dan tindak kriminal di lingkungan padat penduduk. Subjek J juga akan merasa terganggu oleh kebisingan saat tidur, meskipun frekuensinya kini sudah berkurang. Subjek R menekankan ketidaknyamanan dan kekhawatirannya, terutama akibat kebisingan, kebiasaan minum alkohol, dan kebersihan lingkungan yang buruk, yang bahkan menurutnya bisa menyebabkan ibunya stres. Subjek M menggambarkan perasaan terganggu oleh hal-hal kecil yang menurunkan konsentrasi dan produktivitasnya. Ia juga merasa khawatir tentang kebersihan dan kenyamanan lingkungan padat penduduk dan takut berada di kerumunan orang banyak.

B. Rekomendasi

Berdasarkan penelitian yang telah dijalani, ada beberapa rekomendasi yang dapat diberikan, yaitu:

1. Bagi peneliti mendatang diharapkan agar bisa lebih mematangkan data sekundernya yang berkaitan dengan tempat-tempat padat penduduk.
2. Bagi peneliti yang tertarik untuk mengangkat variabel yang sama agar bisa memperkaya teori, khususnya teori yang berasal dari sudut pandang psikologi lingkungan dan psikologi sosial.

3. Bagi Kelurahan Kelayan Tengah maupun kelurahan sekitar agar bisa lebih bisa konsern terhadap isu-isu kebersihan dan keamanan, dengan melakukan sosialisasi mengenai kebersihan maupun keamanan.
4. Bagi warga kelurahan Kelayan Tengah agar bisa lebih sadar betapa pentingnya menjaga kenyamanan di tempat tinggalnya dengan menjaga kebersihan maupun memperketat keamanan di sana.
5. Bagi pembaca penelitian ini, agar bisa lebih peka terhadap isu-isu sosial di sekitarnya yang mana isu-isu sosial ini bisa menjadi bibit baru dalam masalah kejiwaan seseorang.