

## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil keseluruhan dari penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada pasien *Covid-19* di Kota Semarang. Demikian hipotesis pada penelitian ini terdapat hubungan antara kedua variabel.

#### 6.2. Saran

##### 6.2.1. Saran Untuk Keluarga dan Rekan Pasien *Covid-19*

Dukungan sosial terbukti berkorelasi secara terbalik dengan tingkat stres. Stres yang rendah akan mempercepat pemulihan pasien, sehingga dengan adanya dukungan sosial yang tinggi maka mampu menekan tingkat stres yang didapatkan. Berdasarkan data-data yang didapatkan, maka peneliti menyarankan agar pemberian dukungan sosial terus menerus diberikan kepada pasien guna menekan, dan mencegah stres datang pada pasien *Covid-19* yang memiliki tingkat stres rendah bisa dengan cara memberikan informasi atau saran seputar bagaimana mempercepat pemulihan, menjaga pola makan, istirahat, dan aktivitas lainnya ketika menjalani karantina. Pada pasien *Covid-19* dengan tingkat stres sedang dan tinggi, dapat diberikan dukungan informasi berupa saran untuk mengelola stres, saran tentang penyakit yang sedang ia derita agar tidak menuliri anggota keluarga lain, atau informasi seputar *Covid-19* yang berguna dalam membantunya semasa karantina atau perawatan. Indikator dukungan sosial yang terbilang rendah setelah dukungan informatif adalah dukungan penghargaan.

Maka pemberian dukungan penghargaan berupa ucapan semangat, dan pujian kepada pasien *Covid-19* yang mengalami stres mampu meningkatkan tekad pasien dalam melewati masa perawatannya.

### **6.2.2. Saran Untuk Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai variabel pada penelitian ini, dapat mengembangkan penelitian tentang indikator dukungan sosial dengan stres, seperti hubungan dukungan emosional pada pasien *Covid-19*, atau dukungan instrumental pada pasien *Covid-19*. Karena berdasarkan data yang didapatkan oleh peneliti sebelumnya, tercatat bahwa diantara indikator dukungan sosial, pasien lebih banyak menerima dukungan emosional yang mendapatkan sebesar 29,1% dan dukungan instrumental sebesar 27,6%. Sehingga peneliti selanjutnya dapat berfokus pada peran dukungan emosional dengan stres, atau peran dukungan instrumental pada stres pasien *Covid-19*.

