

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan:

1. Tingkat Stres sebagian besar responden mendapat stres ringan sebanyak 25 responden (62,5%), Stres sedang berjumlah 13 responden (32,5%) dan stres berat paling sedikit berjumlah 2 responden (5,0%).
2. Relisiensi sebagian besar responden dengan kemampuan relisiensi baik sebanyak 34 responden (85%) dan yang paling sedikit dengan kemampuan relisiensi kurang berjumlah 2 responden (5%).
3. Ada hubungan tingkat stress dengan kemampuan resiliensi pasca gempa bumi di Huntara Petobo Palu Selatan.

B. Saran

1. Bagi Ilmu Pengetahuan (Pendidik)

Saran bagi STIKes Widya Nusantara Palu diharapkan dapat menambahkan bahan informasi dan bahan bacaan di perpustakaan Stikes Widya Nusantara Palu, serta dapat menambah wawasan mahasiswa tentang hubungan tingkat stress dengan kemampuan resiliensi.

2. Bagi Masyarakat

Saran bagi masyarakat diharapkan dapat lebih meningkatkan kesabaran khususnya korban bencana di Huntara Petobo Palu Selatan, dan memahami tingkat stress yang dirasakan terhadap permasalahan tentang ketakutan terhadap sesuatu seperti ancaman dan dampak dari bencana alam seperti gempa bumi.

3. Bagi Instansi Tempat Meneliti

Peneliti menyarankan agar hasil penelitian ini dapat lebih meningkatkan lagi evaluasi sekaligus mengadakan *trauma healing* khususnya yang terdampak bencana alam yaitu gangguan tingkat stress dengan kemampuan risiliensi pasca gempa bumi.