

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Kebahagiaan Pada Orang Dengan Epilepsi (ODE)

Kebahagiaan yang dirasakan oleh kedua partisipan berbeda. Adanya perbedaan makna kebahagiaan yang dirasakan oleh kedua partisipan, walaupun pada dasarnya kedua partisipan merasakan kebahagiaan melalui kepuasan terhadap masa lalu, kebahagiaan pada masa sekarang dan optimisme terhadap masa depan. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai macam faktor yang dimiliki, seperti dukungan social, emosi, karakter, pola pikir dan sebagainya.

Dalam meraih kebahagiaan, kedua partisipan melalui beberapa tahap, denial, kemarahan, penawaran, depresi, penerimaan dan rekonstruksi kebahagiaan. Perbedaan yang terdapat pada kedua partisipan adalah dikarenakan karakter dari masing-masing partisipan sudah berbeda sehingga pola fikir dan rasa kebahagiaan yang dirasakan juga berbeda.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Orang Dengan Epilepsi (ODE)

Faktor-faktor yang merujuk pada teori Seligman hampir semua dirasakan oleh kedua partisipan hanya kontribusi kecil dan besarnya yang berbeda, yang berbeda adalah pendidikan, iklim, ras dan jenis

kelamin bagi partisipan DO tidak mempengaruhi kebahagiaan karena kebahagiaan pada dasarnya bergantung pada diri sendiri.

Faktor lain keluar dari teori Seligman bagi partisipan DO adalah keluarga dan pekerjaan, sedangkan partisipan DM adalah impian, komunitas dan bahan bacaan.

B. Saran

1. Orang Dengan Epilepsi (ODE)

Kebahagiaan adalah milik semua orang, Orang Dengan Epilepsi (ODE) sebaiknya tidak fokus dengan kekurangan yang dimiliki (sakit epilepsi) tetapi lebih berfokus pada kelebihan dan kenikmatan yang dimiliki lebih banyak merasakan kebahagiaan hidup.

2. Partisipan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua partisipan merasakan kebahagiaan. Kebahagiaan yang telah dirasakan oleh partisipan hendaknya digunakan untuk memberikan energi positif dan untuk dijadikan model kepada semua orang khususnya Orang Dengan Epilepsi (ODE) yang lain.

3. Masyarakat

Ketika mengetahui tetangga, teman, keluarga dan lingkungan sekitar adalah Orang Dengan Epilepsi (ODE) hendaknya memberikan dukungan khususnya dukungan psikologis

kepada ODE agar bisa membuatnya lebih percaya diri untuk menjalani hidup ke depan dan merasakan kebahagiaan

4. Psikologi

Keilmuan psikologi diharapkan untuk lebih banyak meneliti mengenai Orang Dengan Epilepsi (ODE) khususnya pembahasan mengenai psikologi positif, mengingat kurangnya penelitian tentang Orang Dengan Epilepsi (ODE) sehingga dapat memberikan referensi bagi orang tua dan masyarakat Indonesia.

5. Peneliti Selanjutnya

Peneliti ini tidak luput dari adanya keterbatasan dan kendala ketika di lapangan. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih mendalam lagi seperti mengenai karakter pada setiap individu dalam merasakan kebahagiaan. Selain itu, diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti dengan sampel yang lebih banyak lagi agar mendapatkan varian data yang lebih banyak.