

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Petugas pemadam kebakaran di Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana (DPK-PB) DKI Jakarta di Jakarta Pusat sebagian besar menggunakan *coping strategy* yang seimbang, antara *problem focused* maupun *emotional focused*. Petugas pemadam kebakaran sebagian kecil menggunakan *coping strategy emotional focused* dan *coping strategy problem focused*.
2. Petugas yang sebagian besar sering menggunakan *coping strategy problem focused*, ternyata menggunakan strategi *accepting responsibility* yang merupakan bentuk dari *coping strategy emotional focused*. Hal ini berkaitan dengan keyakinan diri yang positif bahwa mereka dapat yakin mampu menerima dan menghadapi masalah yang menimpa petugas.
3. Petugas yang sebagian besar jarang menggunakan *coping strategy emotional focused*, ternyata menggunakan strategi *escape avoidance* yang merupakan bentuk dari *coping strategy emotional focused*.
4. Pemilihan *coping strategy* yang seimbang pada petugas pemadam kebakaran di DPK-PB DKI Jakarta di Jakarta Pusat berkaitan dengan

kondisi kesehatan, keyakinan yang positif, dukungan sosial, dan sumber-sumber material.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh maka peneliti memandang perlu mengajukan beberapa saran:

5.2.1 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan melakukan penelitian lanjutan untuk melihat korelasi kondisi kesehatan, keyakinan yang positif, dukungan sosial, dan sumber-sumber material terhadap *coping strategy*.

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi ketua pemadam kebakaran di DPK-PB DKI Jakarta di Jakarta Pusat dapat menyediakan jasa konselor atau psikolog untuk memberikan pelatihan program *management stress*, misalnya relaksasi, pada petugas pemadam kebakaran.
2. Bagi petugas pemadam kebakaran agar lebih terbuka, lebih interaktif, dan lebih ingin berbagi kepada orang lain setiap kali mengalami masalah. Saling memberi *support* satu sama lain ketika menghadapi masalah. Petugas pemadam kebakaran diharapkan mampu mengenali diri sendiri dengan lebih baik, mampu menyadari, menerima, menghadapi setiap masalah kehidupan.