

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan tujuan dan perumusan penelitian “Pengaruh Lingkungan Kerja dan *Personality Traits* terhadap *Post-Traumatic Stress Disorder*: Studi Kasus Pada Petugas Di Suku Dinas Pemadam Kebakaran Jakarta” yang telah disebutkan pada bab I dan setelah menganalisa data kuesioner, maka penulis dapat mengambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

- a. Sebagian besar petugas pemadam kebakaran suku dinas Jakarta Timur sangat setuju bahwa lingkungan kerja fisik saat memadamkan sangat berbahaya dan lingkungan kerja fisik di suku dinas pemadam kebakaran sudah cukup memberikan kenyamanan pada responden.
- b. Petugas pemadam kebakaran suku dinas Jakarta Timur juga telah memberikan gambaran secara umum terhadap masing-masing variabel *personality traits*, yaitu *Extraversion*, *Agreeableness*, *Conscientiousness*, *Emotional Stability*, dan *Openness to Experience*. Dengan sebagian besar menjawab sangat setuju pada pernyataan *conscientiousness* dan sebagian kecil menjawab sangat setuju pada pernyataan pribadi *agreeableness*.
- c. Sebagian besar petugas pemadam kebakaran menyatakan sangat tidak setuju terhadap pernyataan variabel gejala *post-traumatic stress disorder* namun terdapat sebagian kecil yang menyatakan sangat

setuju terhadap pernyataan dimensi-dimensi dari variabel PTSD. Bagi sebagian besar pemadam kebakaran yang menyatakan sangat tidak setuju terhadap pernyataan variabel gejala PTSD, bisa dikatakan bahwa mereka memiliki dukungan *support system* yang baik, sehingga mereka mampu terhindar dari kecemasan, depresi dan gangguan mental lainnya. Hal ini justru berbeda bagi petugas yang justru menjawab sangat setuju terhadap pernyataan variabel PTSD, *support system* yang rendah dan tidak baik, maka akan lebih rentan terkena gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, insomnia dan gangguan mental lainnya.

- d. Variabel lingkungan kerja yang dikontrol masa kerja berpengaruh terhadap PTSD.
- e. Variabel *personality traits* yang dikontrol masa kerja berpengaruh terhadap PTSD.

5.2 Saran

Berdasarkan analisis dan pembahasan yang telah dilakukan peneliti, berikut dikemukakan beberapa saran yang dianggap relevan.

5.2.1 Saran untuk Suku Dinas Pemadam Kebakaran Jakarta Timur

1. Dalam hasil penelitian terlihat bahwa terdapat pengaruh signifikan antara variabel lingkungan kerja dan *personality traits* terhadap PTSD. Sehingga alangkah baiknya apabila gejala PTSD tersebut dapat diminimalisir oleh manajemen suku dinas petugas pemadam kebakaran Jakarta Timur. Banyak cara untuk meminimalisir hal tersebut, sebagai

contoh dengan banyak memberikan pelatihan yang berkelanjutan untuk meningkatkan kemampuan pemadam, rekreasi untuk meningkatkan kebersamaan, serta mengadakan siraman rohani secara rutin.

2. Membuka layanan bimbingan konseling terhadap kondisi mental dan psikologis petugas pemadam kebakaran secara intensif, untuk mendeteksi petugas pemadam kebakaran yang mengalami gejala PTSD sedini mungkin. Seperti contoh CSFF (*counseling services for firefighter*) di Amerika yang didirikan oleh Jeff Dill merupakan program nasional yang menawarkan pelatihan pada *counsellor* bertujuan untuk menolong pemadam kebakaran dari penyakit yang bersifat emosional dan keputus-asaan.

5.2.2 Saran untuk Penelitian Lanjutan

1. Penelitian ini dapat dilakukan dengan cara memperluas cakupan penelitian dengan menambah lebih banyak informasi mengenai frekuensi kejadian yang terdapat bukan hanya bagi petugas pemadam kebakaran saja, namun juga dialami oleh beberapa pekerjaan yang cukup rentan bagi pekerja untuk mengalami gejala PTSD. Beberapa contoh dari sekian banyak pekerjaan tersebut adalah tim SAR (*search and rescue team*) dan SATPOL PP (satuan polisi spong praja). Hal ini bertujuan untuk melakukan perbandingan lebih lanjut terhadap kemungkinan munculnya gejala PTSD untuk masing-masing pekerjaan tersebut.

2. Untuk penelitian selanjutnya yang lebih mendalam, diharapkan *personality traits* dapat dibagi menjadi 5 variabel yaitu *extraversion*, *agreeableness*, *openness to experience*, *neuroticism* dan *openness to experience* melalui kuisioner yang lebih spesifik dan terstandarisasi. Dengan meregresikan setiap *trait* kepribadian, diharapkan kita mampu mengetahui pengaruh dari masing-masing *trait*. Setelah itu *trait* yang paling banyak memengaruhi PTSD dan yang paling sedikit memengaruhi PTSD dapat dideteksi. Dengan melihat perbedaan yang mencolok dari tipe kepribadian yang berbeda tersebut, bagaimana masing-masing kepribadian tersebut menanggulangi gejala PTSD dapat diketahui. Sehingga kedepannya, orang-orang dengan pribadi yang memiliki pengaruh paling besar terhadap PTSD mampu diberi arahan dan pelatihan agar kesehatannya secara emosi mampu distabilkan.