

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti yaitu terdapat hubungan negatif antara kualitas hidup dengan kecemasan pada penyandang disabilitas di Yogyakarta. Semakin tinggi nilai kecemasan maka akan semakin tinggi kualitas hidup penyandang disabilitas di Yogyakarta. Sebaliknya semakin rendah nilai kecemasan maka akan semakin tinggi kualitas hidup penyandang disabilitas di Yogyakarta. Artinya jika penyandang disabilitas fisik memiliki kualitas hidup yang tinggi, maka kehidupan individu mengarah pada keadaan yang sejahtera, sebaliknya jika penyandang disabilitas memiliki kualitas hidup rendah maka kehidupan individu, maka kehidupan individu tersebut mengarah pada keadaan yang tidak sejahtera (Brown, 2004).

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan variabel kecemasan memberikan sumbangan efektif terhadap kualitas hidup sebesar 58,1%. Menurut Skevington (2004) terdapat tiga hal yang berperan menentukan kualitas hidup yaitu mobilitas, kejiwaan, serta depresi.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut:

1. Bagi penyandang disabilitas

Bagi penyandang disabilitas disarankan untuk meningkatkan kualitas hidup dengan cara bersyukur, memiliki lingkungan pertemanan yang positif, dan memaknai kehidupan. Adapun bagi penyandang disabilitas disarankan untuk menurunkan kecemasan dengan cara relaksasi, berpikir positif, dan menghabiskan waktu dengan keluarga.

2. Bagi keluarga penyandang disabilitas

Bagi keluarga penyandang disabilitas disarankan untuk selalu memberikan motivasi dan selalu ada apabila penyandang disabilitas mengalami kesulitan untuk beraktivitas sehari-hari.

3. Bagi Pemerintah

Bagi pemerintah disarankan untuk memenuhi hak-hak penyandang disabilitas seperti layanan kesehatan, keamanan, pekerjaan, dan pendidikan.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti, kecemasan memberikan sumbangan terhadap kualitas hidup sebanyak 58,1% sehingga bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti kualitas hidup dapat menambahkan faktor-faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seperti mobilitas, kejiwaan, dan depresi.