

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Pertumbuhan Pasca Trauma menggambarkan bagaimana trauma dapat memicu pertumbuhan pribadi yang signifikan melalui bentuk-bentuk Pertumbuhan Pasca Trauma seperti *appreciation for life, relating to others, personal strength, dan new possibilities*, serta faktor-faktor pendorong seperti dukungan sosial dan harapan. Ini menunjukkan bahwa meskipun trauma dapat menyebabkan penderitaan, ia juga dapat menjadi sumber pertumbuhan dan perubahan positif dalam kehidupan individu.

#### **5.2 Saran**

Saran penulis untuk penelitian selanjutnya adalah menganalisis perbandingan antara tokoh Sawada dan tokoh lain yang juga mengalami trauma dalam drama atau film lain untuk mengidentifikasi perbedaan dan kesamaan dalam perwujudan Pertumbuhan Pasca Trauma. Penelitian ini harus mencakup faktor-faktor seperti latar belakang pribadi, lingkungan sosial, dan sifat kepribadian. Selain itu, penting untuk mengeksplorasi peran optimisme, yang belum digali dalam penelitian ini. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memasukkan analisis tentang bagaimana sikap optimis dan dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas berkontribusi pada pertumbuhan pasca-trauma, serta membandingkan temuan ini lintas media untuk memperoleh wawasan yang lebih mendalam.