

BAB V

KESIMPULAN & SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan kesimpulan mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan pada bab sebelumnya beserta saran yang bernilai praktis yang terarah sesuai dengan hasil penelitian.

5.1 Kesimpulan

Dari pembahasan mengenai *coping stress* pada ibu yang memiliki anak autis, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari penelitian terhadap 20 ibu yang memiliki anak autis, sebagian besar ibu menggunakan *problem focused* dan sebagian kecil ibu menggunakan *emotion focused*.
2. Dari 17 ibu yang cenderung menggunakan *problem focused*, sebanyak 11 ibu diantaranya lebih sering menggunakan *planfull problem solving*, sebanyak 4 ibu diantaranya lebih sering menggunakan *confrontative coping*, dan sebanyak 2 ibu diantaranya seimbang pada *planfull problem solving* dan *confrontative coping*.
3. Dari 3 ibu yang cenderung menggunakan *emotion focused*, sebanyak 2 ibu diantaranya lebih sering menggunakan *positive reappraisal*, dan sebanyak 1 ibu diantaranya seimbang pada *distancing* dan *escape/avoidance*.

4. Faktor tingkat pendidikan ibu dan derajat stres tidak menunjukkan kecenderungan keterkaitan dengan *coping stress* pada ibu yang memiliki anak autis.

5.2 Saran

Sehubungan dengan kesimpulan yang diperoleh dari penelitian mengenai *coping stress* pada ibu yang memiliki anak autis di sekolah “X” di kota Bandung, serta dengan menyadari banyaknya kekurangan dalam penelitian ini, maka peneliti memandang perlu mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

5.2.1 Saran Teoretis

1. Perlu diadakan penelitian di sekolah atau tempat terapi lain untuk dapat memperoleh gambaran mengenai keterkaitan antara derajat stres dan *coping stress* pada ibu yang memiliki anak autis, baik dilihat dari tingkat pendidikan, pekerjaan maupun usia ibu.

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi ibu yang memiliki anak autis, *coping* yang dominan dilakukan ibu yaitu *problem focused* sudah baik. Hal ini dapat digunakan bagi para ibu untuk tetap mempertahankan *coping* tersebut. Seperti tetap menetapkan dan melakukan langkah-langkah untuk menangani keadaan anaknya yang autis dan aktif menanyakan perkembangan

terapi yang dilakukan pada anaknya yang autis, juga terapi yang kembali harus dilakukan dirumah.

2. Bagi pihak sekolah, baik para guru dan terapis, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan kepada ibu-ibu yang memiliki anak autis untuk dapat mengetahui potensi-potensi yang dimiliki, sehingga ibu dapat menentukan *coping* yang akan dilakukan untuk dapat meredakan stresnya.