

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan hasil interpretasi dan analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya beserta saran yang terarah sesuai dengan hasil penelitian.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai derajat *Psychological Well-Being* (PWB) pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian ibu (50%) yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung memiliki derajat PWB yang tinggi dan juga sebagian ibu (50%) memiliki derajat PWB yang rendah.
2. Ibu yang memiliki derajat PWB yang tinggi menunjukkan derajat yang tinggi pada dimensi, yaitu *Self-Acceptance*, *Positive Relation with Others*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth* sedangkan ibu yang memiliki derajat PWB rendah menunjukkan derajat yang rendah pada keenam dimensi tersebut.
3. Dimensi *Self-Acceptance* memiliki kecenderungan dipengaruhi oleh status marital dan dukungan sosial. Ibu yang menikah dan mendapatkan dukungan dari suami, keluarga besar, serta pihak sekolah akan menunjukkan derajat *Self-Acceptance* yang tinggi.

4. Dimensi *Autonomy* memiliki kecenderungan dipengaruhi oleh penghasilan dan pekerjaan ibu, serta dukungan sosial. Ibu yang tidak bekerja dan tidak memiliki penghasilan menunjukkan derajat yang rendah pada dimensi ini. Selain itu, adanya dukungan yang didapatkan ibu dari pihak sekolah (guru) dan komunitas yang diikuti akan menunjukkan derajat yang tinggi pada dimensi ini.
5. Dimensi *Environmental Mastery* memiliki kecenderungan dipengaruhi oleh status marital, dukungan sosial, dan derajat tunagrahita yang dialami anak. Ibu yang memiliki pasangan menunjukkan derajat *Environmental Mastery* yang lebih tinggi dibandingkan yang bercerai. Ibu yang mendapatkan dukungan dari rumah (suami), keluarga besar (orangtua) dan masyarakat (tetangga) menunjukkan derajat yang tinggi pada dimensi *Environmental Mastery*. Selain itu, ibu yang memiliki anak tunagrahita dengan derajat ringan menunjukkan derajat yang lebih tinggi pada dimensi ini dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak tunagrahita dengan derajat sedang.
6. Dimensi *Purpose in Life* memiliki kecenderungan dipengaruhi oleh derajat tunagrahita anak dan dukungan sosial. Ibu yang memiliki anak tunagrahita dengan derajat ringan menunjukkan derajat *Purpose in Life* yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak tunagrahita dengan derajat sedang. Selain itu, adanya dukungan yang diperoleh dari komunitas pengajian yang diikuti akan meningkatkan dimensi ini.

7. Dimensi *Personal Growth* memiliki kecenderungan dipengaruhi oleh dukungan sosial. Ibu yang mendapatkan dukungan dari masyarakat (komunitas pengajian) menunjukkan derajat yang tinggi pada dimensi *Personal Growth*.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Perlu dipertimbangkan melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial, status marital, pekerjaan dan penghasilan ibu, serta derajat tunagrahita yang dialami anak terhadap dimensi PWB pada ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung.

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi pihak SLB-C di Kota Bandung disarankan untuk menyelenggarakan seminar atau pelatihan bagi para ibu yang memiliki anak tunagrahita yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu mengenai tindakan dan pengasuhan apa yang paling tepat dalam membesarkan anaknya yang mengalami tunagrahita.
2. Bagi ibu yang memiliki anak tunagrahita di SLB-C Kota Bandung untuk mengikuti seminar atau *training* mengenai pengenalan terhadap dirinya serta mengikuti pendidikan edukasi mengenai anak tunagrahita (*Self-Acceptance* dan *Environmental Mastery*) baik yang diadakan oleh pihak sekolah ataupun yang berada di luar sekolah. Ibu juga bisa mencoba untuk membuka usaha kecil-kecilan yang dilakukan dengan sesama ibu yang memiliki anak tunagrahita (*Autonomy, Purpose in Life, Personal Growth*)

serta melibatkan diri pada komunitas-komunitas tertentu (*Positive Relation with Others*).