

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan daripada hasil penelitian, maka dapat ditarik suatu gambaran umum mengenai *coping stress* pada orangtua dari remaja autisme di Kota Bandung dengan kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada kasus AA, dalam bereaksi terhadap situasi stres dengan yang dihadapi yang berkaitan dengan anaknya yang seorang remaja autisme, AA melakukan *coping* secara bergantian antara *emotion-focused form of coping* dan *problem-focused form of coping*. Ketika menghadapi *adversity* yang kuat, AA lebih banyak bereaksi terhadap *emotion-focused form of coping* terlebih dahulu. Bentuk *coping* yang digunakan berupa *self control* untuk menanggulangi perasaannya secara sendiri dan *possitive reappraisal* dengan banyak berdoa dan berserah kepada Tuhan. Selain itu AA juga melakukan *seeking social support* dengan mencari bantuan dari ahli, membaca buku serta berinteraksi dengan orangtua lain yang mengalami situasi yang sama. Sedangkan ketika AA menghadapi *adversity* yang ringan, AA cenderung melakukan *problem-focused form of coping*. Dalam hal ini AA menggunakan *planful problem solving*, terutama setelah ia mendapat dukungan dari suami dan kebutuhan finansial yang mencukupi.
2. Pada kasus DS, dalam bereaksi terhadap situasi stres dengan yang dihadapi yang berkaitan dengan anaknya yang seorang remaja autisme, DS melakukan

coping secara bersamaan antara *emotion-focused form of coping* dan *problem-focused form of coping*. Di satu sisi DS melakukan *self control* untuk menenangkan perasaannya dibantu oleh suami dan anak sulungnya serta melakukan *possitive appraisal* untuk menciptakan makna positif dari permasalahan yang dihadapi. Di sisi lain, DS beserta suami juga fokus mencari tahu apa yang bisa dilakukan dan mengembangkan kemampuan anak bungsu mereka (*planful problem solving*).

3. Terdapat pola yang khas yang menyertai kedua kasus di atas, di mana kedua responden sama-sama mengalami stres ketika mengetahui anak mereka didiagnosis autisme. Dalam berespon terhadap stres yang dialami selalu diiringi oleh *trial* dan *error* dalam hal penanganannya. Faktor ekonomi dan dukungan dari suami juga menjadi hal yang berpengaruh besar terhadap apa yang akan dilakukan berkaitan dengan situasi yang dihadapi oleh orangtua dari remaja autisme.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Hasil penelitian ini dapat dikembangkan melalui tinjauan teoritis dan pembahasan yang lebih mendalam sehingga *coping stress* dapat lebih dipahami secara mendalam. Juga dengan mengadakan berbagai penelitian lanjutan yang membahas *coping stress* dan kaitannya dengan faktor-faktor lain dalam diri individu dengan metode penelitian dan sampel yang lebih beragam. Peran ayah

dalam membesarkan anak juga perlu dipertimbangkan guna melihat pengaruh yang berperan dalam perkembangan anak.

2. Dapat menggunakan informasi mengenai *coping stress* sebagai salah satu sudut pandang untuk membahas relasi seorang individu dewasa madya dengan anaknya yang seorang remaja penyandang autisme, mengenai bagaimana cara menyikapi dan menilai kejadian-kejadian yang berkaitan. Hal ini dapat membantu dalam memperkaya pokok bahasan mengenai strategi penanggulangan stres, melalui bahasan teoritis, penelitian dan sosialisai mengenai teori *coping stress*.

5.2.2 Saran Praktis

Mengingat bahwa tidaklah mudah dalam bereaksi terhadap situasi yang berhubungan dengan remaja autisme, untuk mengubah penilaian orangtua terhadap situasi dan memberikan bantuan bukan hal yang dapat terjadi secara spontan. Namun dapat ini dilakukan dalam proses konseling terhadap orangtua, yang dilakukan sebagai salah satu sarana yang tepat untuk membimbing orangtua dalam menghadapi remaja autisme. Selain itu juga dapat berkonsultasi dengan pskiater, neurolog serta dokter spesialis anak untuk melihat perkembangan situasi pada anak berkaitan dengan autisme yang diderita.