

BAB V

SIMPULAN & SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan mengenai gambaran *coping stress* pada ibu yang memiliki anak dengan *autism* yang bersekolah di Sekolah “X”, peneliti mendapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Jika dilihat berdasarkan bentuk *coping stress* yang digunakan, sebagian besar ibu lebih banyak menggunakan *problem focused coping* daripada *emotional focused coping*.
2. Jika dilihat berdasarkan kedelapan komponen *coping* yang digunakan, sebagian besar ibu lebih banyak menggunakan komponen *positive reappraisal*.
3. Pada kelompok ibu yang lebih banyak menggunakan bentuk *problem focused coping*, semuanya lebih banyak menggunakan komponen *coping planful problem solving*.
4. Pada kelompok ibu yang lebih banyak menggunakan bentuk *emotional focused coping*, sebagian besar ibu menggunakan komponen *coping positive appraisal*.

5.2. Saran

5.2.1. Saran Teoritis

- Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengukur derajat *stress* dan sumber – sumber coping dengan alat ukur yang lebih akurat, sehingga dapat diketahui peran *stress* dan sumber coping terhadap bentuk coping yang digunakan dengan lebih tepat.
- Disarankan juga untuk melakukan penelitian di komunitas yang berbeda, sehingga dapat diamati apakah hasil penelitian dapat berlaku universal atau tidak.
- Saran untuk penelitian selanjutnya, dapat diteliti lebih lanjut mengenai pengaruh sumber – sumber coping terhadap bentuk coping dominan yang digunakan.
- Akan lebih baik lagi jika control subjek lebih diperketat, seperti kontrol jenis *autism* yang dialami anak, sehingga dapat diamati berbagai faktor lain yang mempengaruhi bentuk coping yang digunakan ibu yang memiliki anak dengan *autism*.

5.2.2. Saran Praktis

- Kepada orang tua yang memiliki anak dengan *autism*, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi mengenai kemampuan untuk mengatasi *stress* yang dihadapi.
- Kepada guru sekolah “X”, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk turut membantu para orang tua murid yang mengalami kesulitan dalam usahanya mengasuh dan mendidik anak dengan *autism*.
- Kepada pihak – pihak dari pemerintah, hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu dari berbagai penelitian mengenai kesejahteraan ibu yang memiliki anak dengan *autism* lainnya, yang baiknya mendapat perhatian demi peningkatan kualitas kesejahteraan ibu, anak, serta berbagai pihak yang bersangkutan.