

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif antara stres pengasuhan dengan kualitas hidup pada ibu dengan anak berkebutuhan khusus. Semakin tinggi stres pengasuhan yang dialami ibu pada anak berkebutuhan khusus, maka semakin rendah kualitas hidupnya. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah stres pengasuhan yang dialami ibu pada anak berkebutuhan khusus, maka semakin tinggi kualitas hidupnya. Sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

#### **B. Saran**

Penelitian ini telah dilakukan dengan semaksimal mungkin, namun peneliti menyadari masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

##### **a. Responden Penelitian**

Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus perlu mengetahui pentingnya peran dalam mengasuh anak-anak berkebutuhan khusus. Hal tersebut dapat dilakukan dengan mengetahui kondisi anak dan hal-hal apa saja yang perlu dipahami oleh ibu dalam memberikan pengasuhan terbaik pada anak. Pendekatan kepada anak juga perlu dilakukan untuk membangun kelekatan antara ibu dan anak yang nantinya dapat terjalin hubungan yang

lebih intim dan saling menguatkan. Hubungan interpersonal terhadap kerabat maupun orang-orang terdekat juga perlu dilakukan untuk memberikan motivasi pada responden agar mampu memaknai hidup dan meminimalisir stres yang dialami. Selain itu, responden perlu menumbuhkan perasaan optimis dalam diri serta mampu memaknai keadaan dalam hidup dan meningkatkan kualitas hidupnya. Keterbukaan keluarga terhadap apa yang dialami juga mampu untuk meringankan beban fisik dan psikis yang dirasakan sehingga apa yang dirasakan keluarga menjadi lebih ringan dan mampu saling menguatkan. Hal terpenting dalam memaknai dan meningkatkan kualitas hidup adalah selalu mendekati diri kepada Allah SWT dan selalu berhusnudzon kepada-Nya.

b. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih memperhatikan kembali terkait dengan metode pengambilan data. Pengisian kuisioner perlu dipantau secara langsung oleh peneliti untuk meminimalisir kesalahan pengisian dan meminimalisir *faking good* dalam memberikan jawaban. Selain itu, penelitian selanjutnya perlu memperhatikan kembali aitem-aitem pada skala ukur yang akan digunakan agar menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh berbagai kalangan. Hal tersebut guna memperoleh informasi data yang sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga aitem-aitem yang diukur dapat mewakili responden penelitian serta dapat meminimalisir adanya jawaban bias.