

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh *hardiness* terhadap stres pada ibu yang memiliki anak autisme di SLB Autisme YPPA kota Padang yaitu:

1. Adanya pengaruh *hardiness* terhadap stres ibu yang memiliki anak autisme di SLB Autisme YPPA kota Padang
2. Secara umum dapat diketahui bahwa stres pada ibu yang memiliki anak autisme di SLB Austisme YPPA kota Padang berada pada kategori rendah, artinya sebagian besar dari ibu sudah cukup mampu mengendalikan diri atas berbagai tuntutan eksternal, tidak mudah putus asa ketika masalah datang secara tiba-tiba, serta tidak merasakan adanya beban yang berlebihan dan menekan selama memiliki anak autisme.
3. Sebagian besar ibu yang memiliki anak autisme dalam penelitian ini memiliki *hardiness* dengan kategori tinggi artinya sebagian besar ibu dapat tangguh dalam mengasuh anak autisme. Ibu yang memiliki anak autisme di SLB Austisme YPPA kota Padang dapat menyikapi dengan bijak permasalahan yang dialaminya, terus melibatkan diri dan berjuang untuk masa depan anak.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka ada beberapa saran yang diberikan peneliti untuk menyempurnakan penelitian selanjutnya antara lain:

5.2.1. Saran Metodologis

Diharapkan peneliti selanjutnya untuk mengadakan penelitian dengan topik yang sama dengan memperhatikan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan stres, karena selain *hardiness* masih banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi stres ibu yang memiliki anak autisme seperti dukungan sosial, penerimaan diri, ataupun faktor lainnya.

5.2.2. Saran Praktis

a. Bagi ibu yang memiliki anak autisme di SLB Autisme YPPA kota Padang diharapkan untuk lebih aktif dalam mengikuti kegiatan atau perkumpulan dari orangtua yang mempunyai anak autisme. Selain mendapatkan ilmu dan informasi mengenai gangguan autisme, ibu juga dapat berbagi cerita dan saran dengan orangtua lainnya sehingga tetap dapat mengurangi stres yang dialaminya.

b. Diharapkan kepada SLB Autisme YPPA kota Padang untuk dapat meningkatkan kerjasama ibu dalam perkembangan anaknya dengan memberikan informasi, memberikan pelatihan berupa pengendalian emosi dan masukan mengenai gangguan autisme sehingga ibu tetap dapat mempertahankan komitmen, kontrol, dan sikap *challenge* dalam dirinya.