

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan mengenai hubungan strategi koping: *mindfull parenting* dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak dengan retardasi mental di SLB-C se-Kota Padang, dengan total sampel sebanyak 165 orang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari sebagian ibu dengan berada pada kategori *parenting stress* yang rendah.
2. Lebih dari sebagian ibu memiliki strategi koping: *mindfull parenting* dengan kategori yang tinggi.
3. Ada hubungan antara strategi koping: *mindfull parenting* dengan *parenting stress* pada ibu yang memiliki anak di SLB-C se-Kota Padang.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi yang bermanfaat bagi institusi pendidikan sehingga dapat menjadi masukan bagi institusi pendidikan dalam menghadirkan program pelatihan *mindfull parenting* untuk menurunkan *parenting stress* bagi orang tua yang memiliki anak dengan masalah retardasi mental.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan kepada perawat komunitas dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai informasi dasar dalam menyusun strategi intervensi untuk meningkatkan coping ibu yang mengasuh anak dengan retardasi mental dan membantu mengurangi stres pengasuhan ibu melalui pendidikan kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian sebagai dasar bagi peneliti selanjutnya untuk memberikan intervensi mengenai pengaruh terapi *mindfull parenting* untuk menurunkan tingkat *parenting stress* pada ibu dengan pengasuhan anak retardasi mental.

