

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Hubungan Stres dengan Kualitas Hidup Orang Tua yang Memiliki Anak Autis di SLB Kota Padang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil distribusi frekuensi dari stress orang tua yaitu berada pada kategori ringan dengan persentase (94,1%).hal ini menunjukkan bahwa pengasuhan anak autis dapat memberikan beban psikologis yang signifikan bagi orang tua.
2. Hasil distribusi frekuensi dari kualitas hidup orang tua yaitu domain fisik berada pada kategori baik dengan persentase (64,4%). Domain psikologis berada pada kategori baik dengan persentase (71,3%). Domain sosial berada pada kategori baik dengan (74,3%). Domain lingkungan berada pada kategori baik dengan persentase (72,3%). Hal ini menunjukkan kualitas hidup orang tua berada pada kategori baik.
3. Hasil dari penelitian didapatkan terdapat hubungan yang signifikan atau hubungan yang bermakna antara stress dan kualitas hidup dengan nilai  $p$  (value) =0,002 ( $p < 0,05$ ).
4. Mayoritas orang tua pada penelitian mengalami stress pada kategori ringan, yang mana hal ini cenderung berdampak pada penurunan aspek emosional dan hubungan sosial, namun tidak secara langsung memengaruhi kondisi fisik.

## B. Saran

### 1. Bagi Profesi Keperawatan

Perawat diharapkan dapat menyediakan layanan dukungan psikososial dan konseling khusus bagi orang tua dengan anak autis, guna membantu orang tua tersebut dalam manajemen stress dan peningkatan kualitas hidup secara menyeluruh.

### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang ramah dan mendukung anak autis serta keluarganya, agar orang merasa didukung dan tidak merasa terasing secara sosial.

### 3. Bagi Orang Tua

Orang tua dengan anak autis diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dalam mengelola stress, terutama karena stress yang tinggi dapat berdampak pada kualitas hidup, khususnya dalam aspek psikologis dan sosial. Orang tua disarankan mencari dukungan sosial, baik dari keluarga, komunitas maupun tenaga profesional.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti dengan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan wilayah yang lebih luas. Penelitian longitudinal juga perlu dilakukan untuk melihat dampak stress jangka panjang terhadap kualitas hidup orang tua yang memiliki anak autis.