

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan hasil uji hipotesis penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa hasil uji hipotesis ditolak. Hal ini ditunjukkan pada hasil uji korelasi *product moment* yang menunjukkan bahwa adanya korelasi positif antara *parenting self-efficacy* dan *parenting stress* pada orang tua dengan anak *down syndrome*. Semakin tinggi *parenting self-efficacy* maka semakin tinggi *parenting stress* yang dialami oleh orang tua dengan anak *down syndrome*.

Orang tua dengan anak *down syndrome* membutuhkan keyakinan kuat, penilaian akan kompetensi diri dengan baik, motivasi, dan usaha untuk mampu mengatasi dan menurunkan *stress*. Pada penelitian ini, orang tua dengan anak *down syndrome* memiliki *self-efficacy* tinggi namun dapat memiliki faktor usaha ataupun motivasi yang kurang dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Pada aspek *parenting self-efficacy* didapatkan kategori sedang yaitu aspek *discipline* sebesar 35,4% dan kategori rendah pada aspek *discipline* sebesar 2,1%.

Orang tua dengan *parenting self-efficacy* tinggi mampu untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pengasuhan anak *down syndrome*. Namun, individu yang hanya mampu mengingat informasi negatif saja lebih mudah mengalami perasaan cemas. Pada penelitian ini ditemukan aspek *parenting stress* pada orang tua dengan anak *down syndrome* berada pada kategori tinggi yaitu aspek *the parent-child dysfunctional interaction* dan *the difficult child* sebesar 41,7%. Penelitian ini juga menemukan bahwa faktor ibu memiliki korelasi

negatif terhadap hubungan antara *parenting self-efficacy* dan *parenting stress* pada orang tua dengan anak *down syndrome* dengan $(r_{xy}) = -0,341$ dan $p = 0,038$. Dari tabel 17 juga dapat diketahui bahwa nilai mean terbesar pada *parenting stress* dimiliki oleh ibu sebesar 58.07 sedangkan ayah sebesar 57.95 yang berarti bahwa ibu memiliki nilai mean *parenting stress* tinggi dibandingkan dengan ayah.

Hal yang perlu dilakukan orang tua untuk menurunkan *parenting stress* selain *parenting self-efficacy* yaitu dengan strategi *emotion-focused coping* seperti individu memperkecil tekanan yang dirasakan berupa perasaan cemas dan meningkatkan emosi positif. Kemudian strategi *problem focused coping* yaitu individu memfokuskan pada masalah dengan strategi pemecahan masalah. Dukungan sosial emosional pada orang tua dengan anak *down syndrome* juga dapat membantu mengurangi dampak *stress* dan perasaan negatif dengan berkomunikasi pada keluarga atau teman.

Orang tua dengan anak *down syndrome* yang berpartisipasi pada penelitian ini memiliki *parenting self-efficacy* yang tinggi. Dibuktikan pada kategorisasi skor *parenting self-efficacy* yang menunjukkan bahwa orang tua dengan anak *down syndrome* sebagian besar memiliki *parenting self-efficacy* sebesar 79.2% dan *parenting stress* rendah sebesar 68,7% serta sedang sebesar 31,3%. Hal ini berarti menunjukkan bahwa orang tua dengan anak *down syndrome* memiliki *parenting self-efficacy* tinggi dan *parenting stress* sedang ke rendah. Pada proses penyebaran skala ini juga peneliti hanya menyebarkan melalui media sosial saja tanpa adanya observasi atau interaksi langsung kepada subjek terkait dengan pengisian skala.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

- a. Penting bagi orang tua dengan anak *down syndrome* untuk memiliki *parenting self-efficacy* selain keyakinan akan kemampuan tetapi juga motivasi, dan usaha untuk mengatasi tekanan atau *stressor* yang dihadapi selama proses pengasuhan serta mampu mengoptimalkan perkembangan anak secara positif. Hal yang perlu dilakukan oleh orang tua adalah dengan mengikuti komunitas orang tua dengan anak *down syndrome*, membaca hal-hal yang berkaitan dengan *parenting* anak *down syndrome*, atau mengikuti seminar *parenting* anak berkebutuhan khusus seperti *down syndrome*.
- b. Penting bagi keluarga ataupun masyarakat agar dapat memberikan dukungan secara emosional, memberikan motivasi kepada orang tua dengan anak *down syndrome*, dan bersedia menjadi tempat untuk berkeluh kesah. Hal ini dilakukan agar orang tua menjadi yakin dengan diri sendiri untuk bisa mengasuh anak dengan baik. Sehingga, orang tua mampu menurunkan *parenting stress* dan meningkatkan *parenting self-efficacy* dalam dirinya.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Penelitian selanjutnya disarankan dapat menambahkan faktor-faktor menarik lainnya yang dapat dijadikan sebagai variabel independen

yang tidak terdapat dalam penelitian ini seperti dukungan sosial dan strategi koping untuk memberikan variasi lain dalam penelitian.

- b. Pada penelitian selanjutnya diharapkan agar peneliti dapat menggunakan metode penelitian *mix methode* yaitu dengan menambahkan metode wawancara. Hal ini dilakukan untuk memperkaya jawaban responden dan hasil penelitian serta lebih valid. Dikarenakan terbatasnya pernyataan yang dicantumkan pada skala.
- c. Pada penelitian selanjutnya diharapkan agar peneliti dapat membagikan skala secara langsung kepada responden agar terdapat interaksi antara peneliti dan responden serta mempermudah responden untuk menanyakan hal-hal yang kurang dimengerti saat pengisian skala.