

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,478 dengan taraf signifikansi ($p < 0.001$) maka dapat disimpulkan bahwa terhadap hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan *psychological well being* pada ibu yang memiliki anak autis. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi pula *psychological well being* yang dimiliki oleh ibu yang memiliki anak autis, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin rendah pula *psychological well being* yang dimiliki oleh ibu yang memiliki anak autis. Ibu yang memiliki anak autis dengan dukungan sosial keluarga yang tinggi diasumsikan lebih dapat menyelesaikan permasalahannya sendiri dan berpikir positif karena merasa tidak sendiri dan diperhatikan oleh orang terdekat seperti keluarga, sehingga dapat menerima keadaan dirinya, terhindar dari stres yang kemudian akan meningkatkan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pada ibu. Sebaliknya, Ibu yang memiliki anak autis dengan dukungan sosial keluarga yang tinggi diasumsikan lebih banyak mengalami tingkat stres dalam kesehariannya yang mengakibatkan rendahnya kesejahteraan psikologis (*psychological well being*).

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian yang telah diuraikan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi subjek penelitian

Saran untuk para ibu agar senantiasa tetap mempertahankan *psychological well being* yang dimiliki dengan dapat melakukan berbagai cara seperti mengisi waktu luang dengan aktivitas bersama teman atau keluarga misalnya berdiskusi, mengikuti acara keluarga, juga aktivitas sosial yang ada di lingkungan tempat tinggal. Aktivitas yang dilakukan tersebut akan menjadikan ibu lebih sering berkumpul dengan teman atau keluarga sehingga dapat saling bertukar cerita, berkeluh kesah, serta saling mendukung satu sama lain. Hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri para ibu dan rasa di perdulikan oleh orang lain, sehingga *psychological well being* yang baik dapat tercapai.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan *psychological well being* pada subjek masih tergolong tinggi yang berarti memungkinkan bahasa yang digunakan dalam skala cenderung normatif, sehingga hasil penelitian tidak sesuai dengan hasil wawancara awal. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mempertimbangkan serta menyesuaikan bahasa yang digunakan sesuai dengan subjek dan kegunaan penelitiannya. Dukungan sosial keluarga dalam penelitian

ini memberikan sumbangan terhadap *psychological well being* sebesar 22,8%. Dengan demikian masih ada faktor lain yang juga memiliki pengaruh besar berkisar 77,2% dalam mempengaruhi *psychological well being* untuk dapat diteliti lebih lanjut. Oleh sebab itu, untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang *psychological well being* dapat mempertimbangkan faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor lokus pengendalian (*locus of control*), faktor demografis, atau evaluasi terhadap pengalaman hidup. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk dapat mempertimbangkan jenis subjek lain.