

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat hubungan yang negatif antara variabel *internal locus of control* dengan depresi pada orangtua anak berkebutuhan khusus. Sehingga semakin tinggi *internal locus of control* maka semakin rendah depresi, sebaliknya semakin rendah *internal locus of control* maka semakin tinggi depresi pada orangtua anak berkebutuhan khusus.

Hasil sumbangan efektivitas menunjukkan bahwa kontribusi *internal locus of control* terhadap depresi yaitu sebesar 61.8%. Hal ini dapat diartikan bahwa depresi pada orangtua anak berkebutuhan khusus dipengaruhi oleh *internal locus of control* sebesar 61.8%, sedangkan 38.2% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi yayasan

Bagi yayasan terkait, dapat diketahui bahwa dari 90 orangtua anak berkebutuhan khusus yang menjadi subjek dalam penelitian masih terdapat

orangtua anak berkebutuhan khusus yang termasuk dalam kategori depresi sedang sebesar 23.3% (21 subjek). Untuk merendahkan tingkat depresi dan mengantisipasi terjadinya depresi pada orangtua anak berkebutuhan khusus dapat dilakukan dengan menggunakan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dan *Problem Solving Therapy* (PST).

## 2. Bagi subjek penelitian

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, orangtua anak berkebutuhan khusus akan terus meningkatkan nilai-nilai positif dalam *internal locus of control* seperti mengontrol pikiran, emosi dan perasaan, mandiri, bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dilakukan, serta berpegang pada ekspektasi positif dalam kehidupan sehari-hari sehingga dengan *internal locus of control* yang tinggi, maka akan membuat orangtua anak berkebutuhan khusus terhindar dari resiko depresi.

## 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi depresi, karena faktor *internal locus of control* hanya berkontribusi sebesar 61.8% terhadap depresi dan masih terdapat 38.2% lainnya yang dipengaruhi oleh faktor lain. Selanjutnya, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengambil referensi-referensi yang lebih baru lagi terutama pada teori *internal locus of control* yang menurut peneliti masih terbatas.