

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *mindful parenting* dengan kesejahteraan subjektif pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0,413 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,050$ ) yang berarti korelasi antara tingkat tinggi rendahnya *mindful parenting* tidak sebanding besarnya terhadap pengaruh kesejahteraan subjektif pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan *neurodevelopmental disorder*.

Berdasarkan hasil kategorisasi diketahui bahwa sebagian besar orang tua memiliki Kesejahteraan Subjektif yang tinggi sebesar 0% (0 subyek), kategorisasi sedang sebesar 0% (0 subyek), dan kategori rendah sebesar 100% (106 subyek). Sedangkan, pada skala *Mindful Parenting* menunjukkan bahwa subyek berada dalam kategori tinggi sebesar 97% (103 subyek), kategori sedang sebesar 3% (3 subyek), dan pada kategori rendah sebesar 0% (0 subyek). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan tidak terbukti dengan melihat hasil kategorisasi penelitian tersebut. *Mindful parenting* memang memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan subjektif pada orang tua namun hanya memiliki sumbangan yang kecil. Hal tersebut disebabkan karena faktor-faktor kesejahteraan subjektif yang lainnya seperti faktor genetik, kepribadian, dan faktor demografis

(Pendapatan, pengangguran, status pernikahan, umur dan jenis kelamin, ada tidaknya anak, hubungan sosial, dukungan sosial, pengaruh masyarakat dan budaya, proses kognitif, tujuan , pendidikan).

## B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut:

a. Bagi subyek penelitian

Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dengan *neurodevelopmental disorder* diharapkan dapat meningkatkan Kesejahteraan Subjektif dengan berfokus pada peningkatan afek positif dan juga kepuasan hidup. Peningkatan pengasuhan positif yang penuh kesadaran akan membuat orang tua menjadi lebih *mindful* dan memiliki kesejahteraan subjektif yang seimbang.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian sejenis atau mengembangkan penelitian ini, disarankan untuk meneliti subyek lain selain subyek yang diteliti oleh peneliti dengan mempertimbangkan jangkauan subyek yang lebih luas dan variabel yang lain yang mungkin memiliki faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya Kesejahteraan Subjektif seperti faktor genetik, kepribadian, dan faktor demografis (Pendapatan, pengangguran, status pernikahan, umur dan jenis kelamin, ada tidaknya anak,

hubungan sosial, dukungan sosial, pengaruh masyarakat dan budaya, proses kognitif, tujuan , pendidikan).