

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autis diperoleh koefisien korelasi $r = 0.618$ dengan taraf signifikansi ($p < 0.001$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autis. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi pula penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autis, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin rendah pula penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak autis.

Ibu dengan anak autis yang memperoleh dukungan sosial keluarga baik secara emosional, instrumental, informasi dan jaringan sosial cenderung merasa lebih diperhatikan dan tidak sendirian dalam menghadapi tantangan pengasuhan. Dukungan tersebut dapat meningkatkan kemampuan ibu untuk memiliki kesadaran diri untuk mengenali kekuatan dan menerima perasaan negatif dan dapat menerima diri tanpa syarat sebagai ibu dari anak autis. Dalam hal ini, dukungan sosial keluarga berperan penting dalam membantu ibu mencapai penerimaan diri yang lebih sehat dan adaptif.

Sebaliknya, ibu yang kurang memperoleh dukungan sosial keluarga akan merasa kewalahan, merasa terasingkan, dan lebih sulit menerima kenyataan yang ada.

Kondisi ini dapat mempengaruhi cara pandang ibu terhadap diri sendiri dan membuat ibu lebih rentan terhadap stres serta penolakan terhadap situasi yang dihadapi. Kurangnya dukungan sosial keluarga dapat menjadi hambatan dalam membentuk penerimaan diri yang utuh.

B. Saran

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

1. Bagi subjek penelitian

Ibu yang memiliki anak autis disarankan untuk membangun komunikasi dan keterbukaan dengan anggota keluarga guna memperoleh dukungan emosional, instrumental, informasi dan jaringan sosial. Hal ini penting karena dukungan sosial keluarga terbukti berperan dalam meningkatkan penerimaan diri yang dapat membantu ibu dalam menghadapi tantangan pengasuhan secara lebih positif. Ibu dapat melibatkan keluarga dalam diskusi terkait kebutuhan anak, membagi peran pengasuhan, serta mengizinkan diri menerima bantuan sebagai bagian dari proses adaptasi.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga hanya berkontribusi sebesar 38,2% terhadap penerimaan diri pada

ibu yang memiliki anak autis, sehingga masih terdapat faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi. Salah satu keterbatasan dalam penelitian ini adalah belum dijelaskannya secara rinci batasan atau konteks mengenai siapa saja yang termasuk dalam kategori "keluarga" sebagai sumber dukungan sosial. Hal ini dapat memengaruhi pemahaman terhadap ruang lingkup dukungan sosial yang dimaksud, sehingga disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk memberikan definisi operasional yang lebih spesifik terkait hal tersebut. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan variabel tambahan seperti usia orang tua, kondisi ekonomi keluarga, latar belakang agama, tingkat pendidikan, dan sikap masyarakat terhadap anak dengan autisme. Penggunaan metode kualitatif atau campuran juga dapat dipertimbangkan untuk menggali dinamika psikologis penerimaan diri secara lebih mendalam.