

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dalam penelitian ini, ketiga orang ibu dengan anak retardasi mental melalui tahapan reaksi emosional depresi dan penerimaan. Selain itu, emosi negatif yang menyertai reaksi emosional ketiga subjek adalah perasaan kecewa, sedih, dan cemas. Dalam hal coping, ketiga subjek menggunakan *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* untuk mengatasi beragam emosi negatif yang muncul dalam dirinya.

Subjek 1 dan subjek 3 mengalami tahapan reaksi emosional marah, depresi, dan penerimaan, sedangkan subjek 2 hanya mengalami tahapan reaksi depresi dan penerimaan karena tidak ada ikatan secara ketat dalam tahapan tersebut dan setiap orang punya pola yang berbeda dalam hal reaksi emosi. Mengenai emosi negatif, ketiga subjek mengalami emosi negatif sedih, kecewa, dan cemas. Emosi negatif marah sendiri hanya dialami oleh subjek 1 dan subjek 3, sedangkan emosi negatif iri hanya muncul pada subjek 2 dan subjek 3. Hal ini dikarenakan setiap orang memiliki pertimbangan batin yang berbeda dalam menghadapi anak retardasi mental. Dalam hal coping, ketiga subjek menggunakan *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* untuk mengatasi beragam emosi negatif yang muncul dalam dirinya. Dalam *emotion-focused coping*, berdoa dan berpikir

positif muncul pada ketiga subjek. Pada *problem-focused coping*, menasihati anak muncul pada ketiga subjek.

B. Saran

1. Bagi Subjek

Subjek 2 diharapkan bisa berbagi beban dengan orang terdekat, misalnya saudara atau tetangga terdekat karena dalam kesehariannya, ia hanya berkuat dengan pekerjaan, ibu dan anak tunggalnya saja. Subjek 1 dan subjek 3 diharapkan terus berjuang bersama suami untuk menyiapkan masa depan anak, misalnya dengan semakin mengenali bakat dan minat anak, serta membantu mencari pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan dan minat anak. Selain itu, ketiga subjek diharapkan memberikan *reward* agar perilaku anak yang diharapkan dapat menguat. Ketika anak subjek 1 mau mendengarkan nasihat, subjek 1 dapat memberikan *reward* berupa pujian agar perilaku tersebut dapat menguat. Begitu pula dengan subjek 2. Ketika anak subjek 2 mampu mengontrol emosi, subjek 2 diharapkan memberikan *reward* berupa pujian agar kemampuan mengontrol emosi dapat menguat. Subjek 3 diharapkan terus mendorong dan mengajak anak untuk ikut melakukan tugas-tugas rumah tangga, serta memberikan *reward* jika anak bersedia melakukannya. Hal ini dimaksudkan agar anak terbiasa hidup mandiri walaupun anak hidup bersama keterbelakangan intelektual dan kekurangan fisik.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan untuk meneliti koping *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* berdasarkan jenis-jenisnya agar hasil temuan yang didapat dapat diklasifikasikan ke dalam jenis-jenis koping *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*.

3. Bagi SLB Hj. Soemiyati Semarang

Dua orang subjek penelitian mencemaskan masa depan anak mereka. SLB Hj. Soemiyati Semarang dapat menambah program tahunan dengan mengadakan kegiatan keluar sekolah untuk peserta didik dengan mencoba bekerja untuk melatih pengalaman bekerja anak. Sekolah membantu mencarikan tempat-tempat kerja sederhana, misalnya rumah makan dan bengkel agar anak memperoleh pengalaman kerja. Kegiatan dilakukan selama seminggu dan bergiliran setiap tiga orang anak agar wali kelas dapat memantau perkembangan anak di tempat kerja. Diperlukan juga kerja sama dengan orang tua siswa dalam hal memantau kegiatan ini.