

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Adik dengan *intellectual disability* dapat memunculkan beberapa *stressor* bagi kakak remaja putri. *Stressor* tersebut dapat berupa masalah yang muncul dari adik, masalah yang muncul berkaitan dengan sikap orang tua, dan masalah yang muncul dari masyarakat.
2. Jenis Stres yang ditemukan dalam penelitian ini adalah *eustress* dan *distress*. Pada *eustress*, coping yang dimaknai informan sebagai proses pendewasaan, proses pembelajaran, pemberian dari Allah, adik sebagai penghibur, dapat menambah teman. Sedangkan pada *distress* adik dimaknai informan sebagai sesuatu yang menyulitkan. Dalam penelitian ini pemaknaan secara positif atau *eustress* lebih banyak digunakan informan daripada pemaknaan secara negatif atau *distress*.
3. Informan menanggapi *stressor* yang berkaitan dengan adik dengan berbagai macam bentuk coping antara lain pada strategi *emotion focused coping*, informan pernah menggunakan menggunakan *self control*, *distancing*, *positive reappraisal*, serta *accepting responsibility*, coping yang paling banyak ditemukan adalah positif *reappraisal* dan *distancing*; pada *problem focused coping*, informan pernah menggunakan *confrontative coping*, *seeking social support*, dan *planfull problem solving*, coping dengan *planfull problem solving* paling banyak ditemukan dalam penelitian ini kemudian *confrontative coping*; Beberapa menggunakan *less usefull coping style*; serta sebagian kecil informan menggunakan *denial*. Secara umum coping *problem focused coping* paling banyak digunakan oleh informan.
4. Coping yang dilakukan informan memiliki dampak sebagai berikut: dampak efektif, berupa coping yang dapat menyelesaikan masalah, serta mengembalikan kenyamanan emosi; dampak sedikit efektif, berupa coping yang sedikit menyelesaikan masalah; serta dampak tidak efektif, berupa coping

yang memunculkan masalah lain, memunculkan ketidaknyamanan emosi, serta tidak berdampak apapun bagi informan.

B. Saran

Berdasarkan hasil, pembahasan dan kesimpulan penelitian tentang stress dan coping kakak remaja putri dari penyandang *intellectual disability* ini, beberapa saran yang diajukan sebagai bahan pertimbangan adalah :

1. Untuk remaja dengan adik penyandang *intellectual disability* di SLB Tunas Bhakti Pleret Bantul

Disarankan untuk remaja agar dapat menggunakan coping yang efektif dalam kehidupan sehari-hari seperti bercerita atau meminta pendapat orang lain, melihat makna positif dari setiap peristiwa, berdoa, serta menyadari tanggung jawab jika suatu kesalahan memang seharusnya menjadi tanggung jawab remaja. Hal ini agar dapat menyelesaikan masalah serta mengembalikan kenyamanan emosi remaja sehingga mencegah terjadinya depresi.

2. Untuk Orang Tua dengan Adik Penyandang *Intellectual Disability*

Sebagai saran untuk orang tua remaja agar dapat memberikan dukungan khususnya secara psikologis kepada remaja dalam menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan adik seperti dengan lebih memperhatikan informan, mengurangi memarahi adik informan di depan informan, serta mendiskusikan masalah berkaitan dengan adik yang dapat mengganggu kenyamanan informan.

3. Untuk Kepala Sekolah SLB Tunas Bhakti Pleret

Salah satu *stressor* dari adik dengan *intellectual disability* bagi remaja adalah karena keterlambatan moral adik sehingga adik sering berperilaku tidak sesuai dengan norma-norma di masyarakat. Sebagai saran untuk Kepala Sekolah SLB Tunas Bhakti Pleret untuk dapat meningkatkan program-program dalam peningkatan keterampilan siswa dalam bersosialisasi dan berperilaku sopan seperti cara menghargai teman, cara berpenampilan yang sopan dan cara duduk yang sopan saat berada di lingkup sosial.

4. Untuk Petugas Kesehatan di Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul

Dalam penelitian ini ditemukan beberapa jenis koping remaja yang tidak efektif dalam mengembalikan keadaan seperti sebelumnya. Sebagai saran bagi petugas kesehatan untuk dapat memberikan penyuluhan bagi anak usia remaja yang memiliki adik *intellectual disability* tentang cara mengidentifikasi stres, manajemen stres, serta mengatur strategi koping yang efektif sehingga tidak terjadi depresi pada remaja.

5. Untuk Peneliti Selanjutnya

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa adik dengan *intellectual disability* pernah mengganggu remaja dalam menjalankan tugas perkembangannya. Hal ini perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui seberapa besar pengaruhnya terhadap pencapaian tugas perkembangan remaja.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YAN
YOGYAKARTA