

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan *Parenting Self-efficacy* berpengaruh untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada Ibu yang memiliki anak kebutuhan khusus. Hasil yang diperoleh sebagai berikut :

1. Tingkat *Parenting Self-efficacy* subjek penelitian yaitu Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB-C Santa Lusia, Bekasi termasuk dalam kategori sedang.
2. Tingkat kesejahteraan psikologis subjek penelitian yaitu Ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus di SLB-C Santa Lusia, Bekasi termasuk dalam kategori sedang.
3. Hasil perhitungan uji *Independent sample t test* sesudah diberikan perlakuan berupa pelatihan *Parenting Self-efficacy* pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kesejahteraan psikologis pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, yaitu tingkat kesejahteraan psikologis kelompok eksperimen sesudah diberikan pelatihan *Parenting Self-efficacy* lebih tinggi dari kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan berupa pelatihan *Parenting Self-efficacy*.
4. Hasil uji *paired sample t test* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa pelatihan *Parenting Self-efficacy* kepada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap tingkat kesejahteraan psikologis sebelum dan sesudah diberikan pelatihan, yaitu tingkat kesejahteraan psikologis kelompok eksperimen sesudah diberikan pelatihan lebih tinggi dari hasil sebelum diberikan pelatihan *Parenting Self-efficacy*.

## B. Saran

Peneliti sangat menyadari bahwa dalam penelitian yang telah dilakukan terdapat banyak kelemahan dan kekurangan, baik dalam proses penelitian maupun penjelasan dan penjabaran hasil penelitian. Namun, hal tersebut dapat menjadi pembelajaran bagi peneliti. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi subjek yang telah mengikuti pelatihan *Parenting Self-efficacy* sebaiknya terus mengaplikasikan materi pelatihan dalam kehidupan sehari-hari, seperti membuat pola kedisiplinan bagi diri sendiri dan anak, berupaya dalam menerapkan pola asuh yang sesuai kebutuhan anak, memfasilitasi anak dengan waktu dan strategi belajar bermain yang tepat, mengatur kondisi emosional secara baik dalam masa pengasuhan anak, serta mempelajari hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan anak kebutuhan khusus secara jelas dan terinci. Ilmu tersebut merupakan beberapa modal utama yang dibutuhkan seorang Ibu dalam masa mengurus anak berkebutuhan khusus, sehingga kesejahteraan psikologis ibu semakin meningkat.
2. Bagi pihak sekolah dapat mengadakan pelatihan *parenting* lain di kemudian hari sebagai salah satu cara untuk mengoptimalkan kemampuan pola asuh Ibu anak kebutuhan khusus, yang mana hal tersebut juga membantu Ibu dalam pemeliharaan kesejahteraan psikologis dalam dirinya.
3. Bagi peneliti lain, penelitian tentang kesejahteraan psikologis masih perlu dikembangkan lagi. Penelitian selanjutnya dapat melanjutkan penelitian ini dengan berbagai variasi dan perbaikan. Variasi dapat dilakukan dengan merancang modul pelatihan menjadi lebih cermat, menarik, komunikatif serta menambah durasi pelaksanaan pelatihan. Dalam penelitian selanjutnya, disarankan agar peneliti dapat mengontrol faktor-faktor yang diperkirakan dapat mempengaruhi proses pemberian pelatihan *Parenting Self-efficacy*, serta waktu yang memadai sehingga tidak mengganggu pelaksanaan pemberian pelatihan *Parenting Self-efficacy*.