

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui dengan melihat hasil signifikansi yaitu sebesar $0,001 < 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dukungan terhadap *parental burnout* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB B dan C Tunas Harapan Karawang. Besaran pengaruh dukungan sosial terhadap *parental burnout* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB B dan C Tunas Harapan Karawang yaitu sebesar 24,7%, sedangkan sisanya 75,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan beberapa keterbatasan yang dimiliki peneliti, maka terdapat beberapa saran yang diberikan yaitu:

1. Bagi orang tua

Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa kurangnya dukungan sosial dapat meningkatkan *parental burnout* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB B dan C Tunas Harapan Karawang, sehingga dapat dilakukan upaya menurunkan tingkat *parental burnout* dengan memperbaiki hubungan bersama keluarga, pasangan, dan teman. Mencari

sumber dukungan, kenyamanan, perhatian, penghargaan serta bantuan dari lingkungan sekitar.

2. Bagi Sekolah Luar Biasa

Berdasarkan hasil penelitian ini, mengenai tingginya tingkat *parental burnout* pada orang tua dengan anak berkebutuhan khusus di SLB B dan C Tunas Harapan Karawang yang disebabkan oleh kurangnya dukungan sosial. Sekolah dapat menyediakan sumber daya dan layanan dukungan untuk orang tua, seperti konselor sekolah atau psikolog yang dapat memberikan konseling individu atau kelompok kepada orang tua yang mengalami *parental burnout*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk mencari dan membaca referensi lain yang lebih banyak lagi dan dapat menambahkan beberapa faktor lain yang mempengaruhi *parental burnout*, seperti perfeksionisme orang tua, welas diri (*self-compassion*), kecerdasan emosional yang rendah, dan praktek pengasuhan yang buruk untuk mendapatkan hasil yang lebih mendalam. Sehingga hasil penelitian selanjutnya akan semakin baik serta dapat memperoleh ilmu pengetahuan yang baru dan disarankan dapat memperoleh responden yang lebih banyak dari penelitian ini.