

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pemaparan penelitian diatas, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Orang tua yang memiliki anak dengan gangguan autis akan berupaya semaksimal mungkin untuk bisa meregulasi emosinya. Keempat subjek memiliki cara yang berbeda-beda untuk merugalasi emosinya, seperti beristigfar, bersabar, berdoa, sholat dan mengaji, menarik napas panjang, menyendiri, keluar rumah mencari udara segar atau melakukan hal yang disukai untuk mengalihkan emosi negative.

Disamping upaya maksimal subjek untuk meregulasi emosinya, tidak jarang tiga dari keempat orang subjek mengalami kesulitan untuk mengontrol emosinya. Subjek memiliki kecenderungan untuk meluapkan emosi negatif yang dimilikinya dengan cara marah, berteriak, memukul dan mencubit anak.

Proses regulasi emosi yang dialami keempat subjek juga berbeda-beda, subjek NA mencoba menerima keadaan, bersabar dan berikhtiar demi kebaikan anak. Subjek MS dengan cara berdamai dan menerima keadaan, berhenti menyalahkan dirinya sendiri dan orang lain, serta mengupayakan untuk lebih bersabar dalam menghadapi anak. Subjek AN mencoba menerima takdir Allah dengan lapang dada dan selalu optimis

bahwa anak bisa sembuh. Hal yang sama juga dialami subjek R yaitu berusaha ikhlas menerima keadaan anak.

2. Kemampuan keempat subjek dalam meregulasi emosi yang dimilikinya dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, jenis kelamin, keluarga, religiusitas, dan dukungan sosial.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan keempat subjek senantiasa bersabar dalam menghadapi, masalah dan hambatan selama merawat dan mengasuh anak. Tidak berputus asa dan mengikhtiarkan yang terbaik untuk anak-anaknya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Diharapkan penelitian selanjutnya, bisa lebih berfokus mengarah pada regulasi emosi dalam islam.
- b. Diharapkan penelitian selanjutnya, bisa menggunakan subjek orang tua anak autis yang juga memiliki indikasi gangguan lain, agar data yang diperoleh tentang regulasi emosi orang tua lebih kompleks.
- c. Diharapkan penelitian selanjutnya, bisa lebih memperhatikan kriteria pemilihan subjek agar lebih fleksibel dari segi waktu.

3. Bagi tempat penelitian

Diharapkan dapat memberikan ataupun mengadakan kegiatan yang bisa membantu orang tua dalam merawat anak gangguan autis, khususnya pada pengelolaan emosi yang dimiliki orang tua.

4. Bagi masyarakat

Diharapkan bisa memahami kondisi yang dialami oleh orang tua, tidak memberikan reaksi yang buruk dan diharapkan bisa memberikan support atau dukungan secara moral pada orang tua.