BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Qana'ah menjadi salah satu nilai Islam yang dapat berperan dalam menjaga kesehatan mental manusia. *Qana'ah* memberikan rasa penerimaan yang tulus terhadap apa yang telah diberikan Allah SWT kepada para hambanya. Meskipun demikian, pengaruh *qana'ah* terhadap stres pengasuhan dipengaruhi berbagai faktor lain, seperti dukungan sosial dan regulasi emosi dapat ikut serta memengaruhi hasil yang dicapai. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dianalisis, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *qana'ah* pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Instalasi Rehabilitasi Medik Rumah Sakit Daerah Idaman (RSDI) Kota Banjarbaru menunjukkan kategori sedang hingga tinggi. Kategori tinggi sebanyak 70,1% atau 68 orang tua memiliki sikap *qana'ah* yang tinggi. Sementara itu, 29,9% atau 29 orang tua memiliki sikap *qana'ah* yang sedang serta pada kategori rendah tidak ditemukan orang tua yang termasuk dalam golongan ini.
2. Tingkat stres pengasuhan pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus di Instalasi Rehabilitasi Medik Rumah Sakit Daerah Idaman (RSDI) Kota Banjarbaru menunjukkan kategori rendah ke sedang. Kategori rendah sebanyak 39,2% atau 38 orang orang tua memiliki stres pengasuhan rendah. Sementara itu, 60,8% atau 59 orang tua termasuk ke dalam kategori stres

pengasuhan sedang. Untuk orang tua yang termasuk kategori stres pengasuhan tinggi tidak ditemukan.

3. Hasil uji regresi linear sederhana mendapatkan nilai F hitung sebesar 45.012 dengan signifikansi 0,001 < 0,05, yang artinya variabel *qana'ah* (X) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel stres pengasuhan (Y). Untuk nilai koefisien arah regresi X (*Qana'ah*) bernilai -0,981 < 0,001 yang berarti *qana'ah* memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap stres pengasuhan. Artinya, semakin tinggi *qana'ah*, maka semakin rendah stres pengasuhan yang dirasakan. Sebaliknya, semakin rendah *qana'ah*, maka semakin tinggi stres pengasuhan. *Qana'ah* memiliki kontribusi terhadap stres pengasuhan sebesar 32,1%, meskipun relatif kecil ini tetap signifikan dan relevan. Sisanya sebesar 67,9% dijelaskan oleh faktor-faktor variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti, dukungan sosial, karakteristik orang tua, dan aspek-aspek lainnya.

B. Rekomendasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti membuat beberapa rekomendasi atau saran yang ditujukan pada beberapa pihak terkait. Berikut rekomendasi dari peneliti diantaranya:

1. Kepada orang tua, diharapkan agar mampu mengamalkan sikap *qana'ah* dengan sepenuhnya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat dimulai dari menumbuhkan rasa syukur, menerima segala ketentuan Allah SWT, dan lebih bersabar lagi dalam menghadapi segala perilaku anak. Dengan

demikian, orang tua dapat melihat kondisi anak dengan lebih positif yaitu sebagai amanah dan anugerah yang diberikan Allah SWT kepada mereka.

2. Kepada pihak UIN Antasari Banjarmasin, diharapkan dapat menyediakan literatur terkait stres pengasuhan dan kajian-kajian psikologi dalam perspektif Islam. Penyediaan tambahan literatur ini diharapkan dapat membantu penelitian selanjutnya untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap.
3. Untuk peneliti selanjutnya dapat menguji variabel independen lain yang berkaitan dengan nilai-nilai Islam seperti sabar, syukur, dan ikhlas. Dari variabel tersebut akan memberikan gambaran komprehensif mengenai nilai-nilai Islam yang dapat mempengaruhi stres pengasuhan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.
4. Penelitian selanjutnya disarankan dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang atau menggunakan desain longitudinal, tujuannya agar dapat melihat pengaruh jangka panjang *qana'ah* terhadap stres pengasuhan. Hal ini penting untuk mengetahui apakah perubahan yang terjadi bersifat menetap atau hanya sementara.
5. Disarankan juga bagi peneliti berikutnya dapat mengkhususkan variasi anak berkebutuhan khusus seperti anak dengan gangguan autis, down syndrom, ADHD, dan lain-lain. Tujuannya agar hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai pengaruh *qana'ah* terhadap stres pengasuhan orang tua berdasarkan karakteristik kebutuhan khusus anak yang berbeda.