

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Terdapat tiga kesimpulan yang didapat dari hasil penelitian ini. *Pertama*, subjek 1 menerima kenyataan hidup yang menimpa dirinya hubungannya dengan kehadiran anak yang mengidap retardasi mental. Ia menjadikan penerimaan diri sebagai proses belajar untuk mencapai kebutuhan hidupnya yaitu bahagia. Penerimaan diri subjek teraktualisasi secara baik dengan lingkungannya, terutama anaknya. Sebaliknya, subjek 2 tidak dapat menerima kenyataan hidup tentang kondisi anaknya yang mengidap retardasi mental. Ia fokus terhadap kekurangan yang dimilikinya sehingga sulit baginya untuk bangkit dari keterpurukannya. *Kedua*, ciri penerimaan diri subjek 1 adalah sabar dan qona'ah. Sedangkan ciri penerimaan diri subjek 2 adalah sabar yang pasif. *Ketiga*, faktor yang mempengaruhi penerimaan diri subjek 1 adalah faktor memahami diri sendiri, memiliki harapan yang realistis, tidak ada halangan dalam lingkungan, perilaku sosial yang mendukung, tidak adanya tekanan emosi yang berat, serta faktor ekonomi yang cukup baik. Subjek 2 memiliki penerimaan diri yang negatif karena kurang bisa mengontrol diri terhadap stimuli eksternal yang masuk pada dirinya. Ia beraktualisasi dengan lingkungannya secara tidak sehat, seperti menampakkan

wajah kusut ketika bertemu dengan orang lain, tidak mempedulikan perkembangan anaknya ketika berada di rumah, selalu buruk sangka terhadap orang lain, dan sebagainya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan, maka peneliti mengemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi ibu yang memiliki anak retardasi mental
 - a. Agar selalu mengontrol perkembangan motorik, kognitif, sosial anak, dan lainnya.
 - b. Melakukan meditasi jiwa agar mendapatkan ketenangan
 - c. Agar mau bersabar merawat, mendidik dan mengasuh anak
2. Bagi peneliti selanjutnya agar lebih berhati-hati dan waspada ketika mewawancarai subjek penelitian