

BAB V

KSEIMPULAN DAN SARAN

Pada bab terakhir ini penulis akan memaparkan hasil kesimpulan dan saran terkait dengan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai “Pemaknaan *Coping Stress* Pada Ibu Yang Memiliki Anak pengguna narkoba”.

5.1 Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian pada tiga ibu yang memiliki anak pengguna narkoba di wilayah JABODETABEK yang tergabung dalam *family support community* dan untuk menjawab pertanyaan penelitian ini maka peneliti menarik kesimpulan bahwa berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka diketahui bahwa dari ketiga subjek penelitian telah menggunakan strategi *coping stress problem focused solving* dan *emotion focused solving*. Ada enam cara coping yang sama yang telah dilakukan oleh ketiga subjek tersebut yaitu *active coping*, *planning*, *positive reframing*, *using social support*, *denial* dan *self control*. Di antara sebelas cara ada dua cara coping yang tidak mereka lakukan yaitu *substance use* dan *behavioural disengagement*. Tiga cara coping yang sebagian dilakukan dan tidak dilakukan oleh ketiga subjek yaitu *distancing*, *self-distr action* dan *escape/avoidance*.

Keberhasilan *coping* yang dilakukan ketiga subjek tidak lepas dari faktor-faktor pendukung yang mempengaruhinya. Faktor external yang mereka punyai ataupun dapatkan yaitu, faktor waktu dan *financial*. Sedangkan faktor penghambat dari faktor eksternal adalah dari keluarga. Untuk Ibu SF selain faktor internal yang menghambat dalam melakukan coping yaitu emosional mudah marah dan memukul anak-anaknya ketika ia sedang marah. Untuk Ibu IS dan ES tidak ada faktor internal yang menghambat dalam proses *coping* sehingga lebih memudahkan dalam membantu anaknya dapat terlepas dari penggunaan narkoba.

Dari hasil analisis data unit makna maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ketiga ibu telah melakukan *coping stress* dengan hasil outcomes positif karena sesuai dengan tujuan dari *coping stress*. Ibu IS, SE dan Ibu SE setelah melalui proses *coping*, ketiga ibu dapat mengurangi stres saat ini dan membantu proses pemulihan lebih baik ketika ada masalah yang terjadi di keluarganya termasuk relasi yang baik dengan anak-anak semakin baik, tidak lagi mengontrol and memaksa kehendak kepada anak akan tetapi menjalin komunikasi dengan membicarakan atau berdiskusi terlebih dahulu. Ketika relasi dan komunikasi dengan anak telah terjalin baik keseimbangan emosional yang baik, ketiga Ibu merasa saat ini telah merubah sikapnya sehingga mereka merasa telah menjadi ibu yang baik saat ini untuk anak-anaknya.

Hasil penelitian yang reliabilitas dengan tidak adanya tema-tema yang deviant (menyimpang) dari tema penelitian, kategori tema dan unit analisis makna maka dapat dinyatakan penelitian ini memiliki reliabilitas yang baik dan menjawab pertanyaan penelitian dan tujuan penelitian yaitu untuk mengungkap dan memahami pemaknaan *coping stress* pada ibu yang memiliki anak pengguna narkoba di Family Support Community Jakarta.

5.2. Saran

Setelah mengetahui dari hasil penelitian dan pembahasan, maka selanjutnya penulis akan memaparkan saran-saran yang mengacu pada manfaat dan tujuan dari penelitian ini yang terbagi menjadi saran praktis dan saran bagi penelitian selanjutnya.

5.2.1 Saran Praktis

Bagi para ibu yang memiliki anak pengguna narkoba yang tergabung dalam *family support community* ataupun tidak tergabung dapat menjadikan penelitian ini sebagai gambaran mengenai *coping stress* yang dapat dilakukan dalam menghadapi permasalahan ini.

Bagi konselor, psikolog dan praktisi profesional yang bergerak atau tergabung dalam *family support community*, penulis berharap penelitian ini dapat membantu dalam memberikan edukasi bagi orangtua umumnya, khususnya para ibu yang mendatangi *family support community* dalam mengatasi stress memiliki anak yang menggunakan narkoba.

5.2.2 Saran bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti dengan tema dan variabel yang sama, penulis sarankan untuk menambah literatur atau kajian pustaka mengenai cara *coping* untuk dapat melengkapi hasil penelitian ini. Tidak menutup kemungkinan untuk peneliti selanjutnya dalam meneliti pemaknaan *coping stress* pada ibu yang memiliki anak pengguna narkoba dengan menggunakan penelitian kualitatif dengan menambah subjek penelitian yang lebih spesifik ataupun kuantitatif sehingga dengan jumlah subjek yang lebih banyak dan instrument yang berbeda diharapkan akan menambah data serta hasil penelitian dan akan melengkapi tentang penelitian mengenai pemaknaan *coping stress*.

