

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Pada bab ini terdapat empat kesimpulan berdasarkan hasil temuan penelitian dan pembahasan. Kesimpulan pertama berkaitan dengan kenyataan yang dialami keluarga, kesimpulan kedua berkaitan dengan harapan yang ingin dicapai keluarga, kesimpulan ketiga berkaitan dengan permasalahan dan tingkat kepuasan yang dicapai dan kesimpulan keempat berkaitan dengan rumusan FQoL pada keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome*. Kesimpulan yang diambil ini merupakan kesimpulan berdasarkan penelitian yang dilakukan pada tiga keluarga sebagai subyek dalam penelitian ini yaitu keluarga A, keluarga B dan keluarga C. Kesimpulan ini hanya berlaku bagi ketiga keluarga tersebut. Kesimpulan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Kenyataan yang dialami keluarga

Kehadiran anak *Down Syndrome* dalam keluarga mempengaruhi seluruh sistem sebuah keluarga secara keseluruhan. Kenyataan hidup yang dialami bukanlah hal yang mudah, banyak tantangan dan hambatan seiring dengan perkembangan anak *Down Syndrome*. Kompleksitas masalah menimbulkan meningkatnya level stres keluarga, khususnya bagi orang tua. Stres orang tua dapat bersumber dari beberapa hal, yaitu : (1) kelahiran tak terduga dari anak *Down Syndrome*, (2) tingkat penerimaan terhadap anak *Down Syndrome*, (3) kebutuhan-kebutuhan yang menyangkut anak *Down Syndrome*, (4) kecemasan akan masa depan, (5) kurangnya pengetahuan mengenai anak

Christine Jely Hartono, 2013

Studi Kasus Tentang Family Quality Of Life (FQOL) Pada Keluarga-Keluarga Yang Memiliki Anak Down Syndrome Di Lembaga Pendidikan X Bandung

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

*Down Syndrome*, (6) pengaruh kehadiran anak *Down Syndrome* terhadap hubungan pernikahan, serta (7) pembatasan sosial terhadap anak *Down Syndrome*.

Semua hal tersebut diatas dapat menimbulkan stres dalam diri orang tua dan saudara kandung dari anak *Down Syndrome*. Dampak dari stres ini diduga akan mempengaruhi tingkat pencapaian FQoL sebuah keluarga. Keluarga yang berhasil mengatasi stres diduga akan mendapatkan kepuasan yang lebih dalam dimensi-dimensi FQoL. Keluarga akan memaknai kesehatan yang lebih baik, kesejahteraan ekonomi yang lebih tinggi, menikmati keharmonisan dalam relasi keluarganya, mendapat dukungan sosial dan dukungan kelembagaan secara optimal, mendapat manfaat dari sistem nilai yang keluarga anut, meluangkan waktu bagi keluarga untuk menikmati kebersamaan dan rekreasi keluarga, serta memiliki interaksi sosial yang lebih memuaskan dengan komunitasnya.

Namun yang terjadi sebaliknya bagi keluarga-keluarga yang tidak berhasil keluar dari tekanan hidup dan memiliki level stres yang tinggi diduga akan mempengaruhi pandangan FQoL sebuah keluarga. Mereka akan memaknai kesehatan keluarga yang buruk, kesejahteraan ekonomi yang rendah, relasi keluarga yang kurang harmonis, sedikit mendapat dukungan sosial dan dukungan kelembagaan bagi anak, keragu-raguan terhadap sistem nilai yang dianut, sedikit meluangkan waktu bagi keluarga untuk kegiatan kebersamaan serta interaksi sosial yang terbatas dengan komunitas.

## 2. Harapan yang ingin dicapai

**Christine Jely Hartono, 2013**

Studi Kasus Tentang Family Quality Of Life (FQOL) Pada Keluarga-Keluarga Yang Memiliki Anak Down Syndrome Di Lembaga Pendidikan X Bandung  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Harapan yang ingin dicapai sebuah keluarga dapat dengan mudah dicapai oleh keluarga tersebut, artinya bahwa keluarga mempunyai akses dan potensi untuk meraih harapan tersebut. Semakin sempit rentang kesenjangan dengan kenyataan yang dialami maka tingkat pencapaian harapan semakin mudah untuk diraih oleh keluarga tersebut. Namun sebaliknya rentang kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang dialami semakin lebar maka tingkat pencapaian harapan semakin sulit untuk dicapai oleh keluarga tersebut.

3. Permasalahan dan tingkat kepuasan yang dihayati oleh keluarga

Kenyataan yang dialami oleh keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome*, harapan-harapan yang ingin dicapai keluarga serta penghayatan setiap anggota keluarga secara individual atas dimensi-dimensi yang ada dalam FQoL berperan serta dalam membangun rumusan akan FQoL keluarga tersebut. Penghayatan yang muncul berkaitan dengan adanya permasalahan dan tingkat kepuasan yang dihayati oleh anggota keluarga untuk setiap dimensi FQoL. Rentang kesenjangan antara kenyataan dan harapan keluarga mempengaruhi tingkat permasalahan yang dialami keluarga. Semakin lebar rentang kesenjangan berarti keluarga memaknai banyak permasalahan yang terjadi dan sulit mencapai kepuasan dalam dimensi FQoL. Dan sebaliknya semakin sempit rentang kesenjangan berarti keluarga memaknai sedikit permasalahan yang terjadi dan dimungkinkan meraih kepuasan dalam dimensi-dimensi FQoL.

Hasil dari penelitian ini yaitu tiga keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome* menghayati adanya permasalahan dan ketidakpuasan hampir di semua dimensi-dimensi dalam FQoL tersebut. Keluarga A menghayati adanya permasalahan dalam tujuh dimensi FQoL dan menghayati adanya kepuasan hanya pada dua dimensi FQoL. Sedangkan keluarga B dan C menghayati adanya permasalahan dalam delapan dimensi FQoL dan menghayati adanya kepuasan hanya pada satu dimensi FQoL.

4. Rumusan FQoL pada keluarga-keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome*
  - a) Dimensi kesehatan keluarga
    - 1) Kepuasan pada dimensi kesehatan keluarga diraih keluarga ketika kesenjangan antara kenyataan yang dialami keluarga dengan harapan yang ingin dicapai memiliki rentang yang sempit, kondisi ini akan meningkatkan FQoL keluarga. Kenyataan bahwa kesehatan keluarga terpelihara dengan baik, kebutuhan kesehatan anggota keluarga terpenuhi, serta aksesibilitas pelayanan kesehatan mudah dicapai dimana hal ini sejalan dengan harapan dari keluarga tersebut.
    - 2) Beberapa faktor yang turut mempengaruhi kepuasan pada dimensi kesehatan keluarga salah satunya adalah derajat keparahan dari hambatan yang dimiliki oleh anak *Down Syndrome*. Semakin berat derajat keparahan hambatan yang dimiliki anak maka kenyataan hidup yang dialami semakin kompleks dan perlu melakukan banyak usaha

untuk mencapai harapan keluarga sehingga rentan menimbulkan ketidakpuasan akan kondisi kesehatan keluarga.

- 3) Dimensi kesehatan fisik ini berkaitan erat dengan dimensi dukungan kelembagaan khususnya dukungan layanan kesehatan. Aksesibilitas layanan kesehatan sesuai kebutuhan keluarga khususnya layanan kesehatan bagi anak *Down Syndrome*, mendukung keluarga dalam mencapai harapan keluarga sehingga kepuasan dalam dimensi kesehatan semakin mudah dicapai.

b) Dimensi kesejahteraan ekonomi keluarga

- 1) Kepuasan pada dimensi kesejahteraan ekonomi ini tercapai ketika kenyataan yang dialami keluarga sejalan dengan harapan yang ingin diraih keluarga tersebut. Dengan kata lain rentang antara kenyataan dengan harapan keluarga adalah sempit. Kenyataan akan pendapatan keuangan yang diperoleh keluarga setiap bulan dapat digunakan untuk memenuhi semua kebutuhan keluarga termasuk kebutuhan keuangan perawatan dan pendidikan anak *Down Syndrome* yang demikian besar. Ketika semua kebutuhan terpenuhi dan hal ini sejalan dengan harapan keluarga maka tercapai kepuasan untuk dimensi kesejahteraan ekonomi keluarga yang akan meningkatkan FQoL. Namun demikian hal-hal apa saja yang menjadi kebutuhan sebuah keluarga bersifat relatif, ditentukan oleh keluarga itu sendiri.

- 2) Dimensi kesejahteraan ekonomi ini berkaitan erat dengan dimensi karir. Ketika keluarga menghayati adanya kepuasan dalam



kesejahteraan ekonomi keluarga maka akan diiringi dengan kepuasan dalam hal karir dan persiapan karir. Keluarga yang menghayati adanya permasalahan dalam pendapatan keuangan maka kepuasan dalam hal dimensi karir dan persiapan juga mengalami penurunan.

c) Dimensi relasi dalam keluarga

- 1) Dinamika relasi dalam keluarga menjadi semakin kompleks dengan kehadiran anak *Down Syndrome* dalam keluarga tersebut. Ketika kenyataan yang terjadi dalam keluarga tercipta kondisi dimana antara anggota keluarga saling mendukung, saling membantu untuk memecahkan masalah, memiliki kepercayaan satu dengan lainnya, mampu bekerjasama mencapai tujuan keluarga, memiliki rasa kepemilikan bersama, dan setiap anggota keluarga melakukan tugas dan tanggungjawabnya masing-masing; dan hal tersebut sejalan dengan harapan keluarga maka kepuasan dalam hal relasi keluarga semakin mudah dicapai. Dengan kata lain rentang kesenjangan yang sempit antara kenyataan dan harapan keluarga memungkinkan tercapainya kepuasan dalam dimensi relasi keluarga.
- 2) Dimensi relasi dalam keluarga berkaitan erat dengan dimensi pemanfaatan waktu luang dan rekreasi, dimensi karir orang tua, dan dimensi sistem nilai. Keluarga yang dapat meluangkan banyak waktu untuk menikmati kebersamaan, melakukan sesuatu aktifitas secara bersama-sama sebagai sebuah keluarga, memiliki kesamaan sistem nilai; akan meningkatkan kualitas relasi dalam keluarga tersebut.

d) Dimensi dukungan orang lain

Keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome* merasakan sedikit pihak yang memberikan dukungan terutama dukungan yang bersifat praktis bagi keluarga. Kenyataan bahwa sedikit dukungan yang keluarga terima dan hal ini tidak sesuai dengan harapan keluarga maka rentang kesenjangan antara kenyataan dan harapan semakin lebar sehingga menimbulkan ketidakpuasan dalam dimensi dukungan orang lain ini. Dukungan secara emosional lebih banyak didapat keluarga dibandingkan dukungan praktis. Dukungan emosional berupa penghiburan dan nasehat ketika masa-masa sulit, pelukan dan dukungan doa ketika beban dirasakan sangat berat menekan batin dan sebagainya. Sedang dukungan praktis hanya didapat dari pengasuh anak *Down Syndrome* dan pembantu rumah tangga yang membantu tugas-tugas rutin rumah tangga.

e) Dimensi dukungan kelembagaan bagi anak berkebutuhan khusus

1) Dukungan kelembagaan dirasakan menjadi sangat penting maknanya bagi perkembangan anak *Down Syndrome*. Namun kenyataannya aksesibilitas keluarga untuk mendapatkan dukungan kelembagaan yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan anak *Down Syndrome* tidak semudah yang diharapkan keluarga. Ini berarti bahwa terdapat kesenjangan antara kenyataan dengan harapan keluarga sehingga menimbulkan ketidakpuasan dalam dimensi ini.

2) Dimensi dukungan kelembagaan ini juga dipengaruhi oleh keuangan keluarga. Ketika keluarga memiliki sumber dana yang mencukupi

maka memungkinkan anak *Down Syndrome* mendapat layanan sesuai kebutuhan perkembangannya. Namun demikian, aksesibilitas layanan tersebut tetap menjadi faktor utama yang menentukan, walaupun keluarga memiliki sumber dana yang cukup namun bila tidak ada akses untuk mendapatkannya maka semuanya menjadi sia-sia.

f) Dimensi pengaruh sistem nilai

1) Sistem nilai yang berlaku dalam masyarakat Indonesia pada umumnya adalah nilai-nilai keagamaan. Bagi keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus, pengembangan nilai-nilai spiritualitas, salah satunya melalui nilai-nilai keagamaan menjadi hal yang sangat penting maknanya bagi keluarga. Manfaat nilai-nilai spiritualitas adalah menjadi sumber kekuatan, pegangan hidup yang memungkinkan keluarga menghadapi kompleksitas dalam kehidupan berkaitan adanya anak *Down Syndrome* dalam keluarga.

2) Semakin banyak manfaat yang keluarga dapat dari sistem nilai yang dianut dan semakin mudah sebuah keluarga mendapat akses pengembangan spiritualitas khususnya keterlibatan anak *Down Syndrome* dalam aktifitas keagamaan maka rentang kesenjangan dengan harapan yang ingin dicapai semakin sempit sehingga keluarga memaknai kepuasan dalam dimensi ini. Pengembangan nilai-nilai spiritualitas ini berlaku baik untuk orang tua, kakak maupun bagi anak *Down Syndrome* itu sendiri.

g) Dimensi karir dan persiapan karir



- 1) Dalam hal karir orang tua, tuntutan untuk memenuhi kebutuhan keuangan yang besar membuat kedua orang tua anak *Down Syndrome* merasa perlu untuk sama-sama bekerja mencari nafkah. Walaupun ada pula orang tua yang rela menyerahkan karir dengan berhenti kerja demi perkembangan anak *Down Syndrome*.
- 2) Dimensi karir ini berkaitan erat dengan dimensi kesejahteraan ekonomi keluarga. Karir yang cenderung meningkat dengan pendapatan keuangan keluarga yang juga cenderung meningkat merupakan harapan yang ingin diraih oleh keluarga anak *Down Syndrome* mengingat kebutuhan hidup yang sangat besar berkaitan dengan adanya anak *Down Syndrome* dalam keluarga. Namun bila kenyataan yang terjadi tidaklah demikian maka rentang kesenjangan antara kenyataan dan harapan pun semakin lebar sehingga menimbulkan ketidakpuasan dalam dimensi karir yang mempengaruhi pandangan akan FQoL.
- 3) Dalam hal persiapan karir, khususnya bagi persiapan karir anak *Down Syndrome*, orang tua merasa perlu mempersiapkan karir seoptimal mungkin, apalagi bagi anak yang usianya mulai menginjak dewasa maka persiapan karir merupakan prioritas utama bagi anak tersebut. Semakin optimal persiapan karir yang dilakukan bagi anak maka rentang kesenjangan dengan harapan yang ingin dicapai semakin sempit sehingga tingkat kepuasan dalam dimensi ini akan meningkat.

h) Dimensi pemanfaatan waktu luang dan rekreasi

- 1) Dimensi pemanfaatan waktu luang dan rekreasi ini berkaitan erat dengan dimensi relasi dalam keluarga. Keluarga yang menghayati adanya kepuasan dalam relasi antara anggota keluarga, mereka akan sering meluangkan waktu untuk pergi bersama, menikmati kebersamaan, dan melakukan sesuatu aktifitas secara bersama-sama sebagai sebuah keluarga.
- 2) Faktor yang mempengaruhi tingkat kepuasan pada dimensi pemanfaatan waktu luang dan rekreasi ini adalah adanya ketidakharmonisan dalam relasi antar anggota keluarga. Selain itu dimensi karir orang tua juga turut mempengaruhi dimensi ini. Semakin sibuk orang tua dengan pekerjaannya dalam rangka tuntutan pemenuhan kebutuhan keluarga yang amat besar, maka semakin banyak waktu tersedot untuk mengerjakan tugas-tugas pekerjaan, ini berarti bahwa rentang kesenjangan dalam hal pemanfaatan waktu luang dan rekreasi semakin lebar sehingga kepuasan pada dimensi ini mengalami penurunan.
  - i) Dimensi interaksi dengan masyarakat
    - 1) Beberapa faktor yang mempengaruhi interaksi keluarga dengan masyarakat, salah satunya adalah kesibukan orang tua dalam pekerjaannya sehingga sedikit waktu diluangkan untuk membina interaksi dengan komunitasnya, membuat lingkungan pergaulan orang tua terbatas hanya pada pihak-pihak yang berkaitan dengan pekerjaan saja. Faktor lainnya adalah adanya rasa rendah diri dalam membangun

interaksi dengan komunitasnya yang muncul karena ada perasaan gagal dalam membangun keluarga yang sesuai dengan harapan mereka dikarenakan kompleksitas masalah berkaitan adanya anak *Down Syndrome* dalam keluarga. Perasaan-perasaan seperti itu seringkali menghalangi keluarga untuk membangun interaksi dengan komunitas.

- 2) Dari hal tersebut diatas dapat dikatakan bahwa semakin banyak kesempatan untuk berinteraksi dan semakin percaya diri keluarga untuk berinteraksi dengan komunitas maka rentang kesenjangan dengan harapan yang ingin dicapai semakin sempit sehingga tingkat kepuasan dalam dimensi ini semakin meningkat.

## B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan yang berkenaan dengan FQoL pada keluarga-keluarga yang memiliki anak *Down Syndrome*, maka diberikan saran kepada pihak-pihak yang terkait, sebagai berikut :

### 1. Saran bagi keluarga

Sangat sulit bagi sebuah keluarga untuk mencapai kepuasan dalam dimensi-dimensi FQoL ketika keluarga tersebut mengalami stres dan tantangan yang berat dalam realita hidup sehari-hari. Beberapa saran konkrit bagi keluarga, khususnya bagi orang tua diharapkan keluarga mampu mengadakan perubahan dalam keluarganya.

- a) Menghubungi tenaga profesional bidang bimbingan konseling keluarga yang keluarga percayai untuk mengkonsultasikan permasalahan yang keluarga hadapi sehingga dapat dirancang program bimbingan konseling yang spesifik dalam meningkatkan FQoL keluarga dan sesuai dengan kebutuhan keluarga tersebut. Antara pihak keluarga dan konselor hendaknya memiliki keterbukaan dan rasa saling percaya sehingga proses bimbingan berlangsung dengan baik.
- b) Bekerjasama dengan pihak sekolah khususnya dalam memantau perkembangan anak serta mengkonsultasikan kebutuhan belajar dan perkembangan anak *Down Syndrome*. Adanya keterbukaan dengan pihak sekolah dalam mengkomunikasikan masalah-masalah yang berkaitan dengan kebutuhan dan harapan yang ingin diraih keluarga berkaitan dengan anak *Down Syndrome*.

- c) Membina interaksi yang harmonis dengan komunitas masyarakat tertentu yang dapat memberikan dukungan praktis maupun dukungan emosional bagi keluarga, misalnya dengan lembaga keagamaan atau organisasi perkumpulan orang tua anak *Down Syndrome* sebagai media berbagi pengalaman antara sesama orang tua dan sebagai perluasan wawasan serta informasi yang berguna bagi keluarga dan secara spesifik bagi perkembangan anak *Down Syndrome*.
- d) Menyatukan kekuatan sebagai sebuah tim dan dengan kebersamaan sebagai sebuah keluarga membantu perkembangan anak *Down Syndrome*, dan membantu anak berjuang mengatasi keterbatasannya. Komunikasi dalam keluarga merupakan kunci kebersamaan. Komunikasi tidak hanya berarti sekedar berbicara, namun arti yang lebih dalam adalah mendengar dengan empati, hal ini akan memberikan dukungan bagi setiap anggota keluarga sehingga mereka dapat bertoleransi dan mengakomodasikan kebutuhan dari anggota keluarga yang memiliki kebutuhan khusus.
- e) Mencari informasi dan pengetahuan-pengetahuan baru seputar kebutuhan perkembangan anak *Down Syndrome* juga mencari tahu berbagai layanan apa yang dibutuhkan oleh anak.

## 2. Saran bagi tenaga ahli bimbingan konseling

Salah satu layanan yang sangat diperlukan oleh keluarga untuk meningkatkan FQoL keluarga adalah melalui layanan bimbingan konseling keluarga. Pembuatan program bimbingan konseling keluarga ini dapat dibuat dengan



mengacu pada rumusan FQoL yang telah diperoleh dalam penelitian ini berdasarkan sembilan dimensi dalam FQoL. Tujuan dari program bimbingan konseling ini adalah untuk mempersempit rentang kesenjangan antara kenyataan dan harapan keluarga dalam sembilan dimensi FQoL dengan tujuan akhir adalah peningkatan FQoL keluarga tersebut. Adapun saran berdasarkan sembilan dimensi FQoL tersebut adalah :

a) Dimensi kesehatan keluarga

Dalam dimensi kesehatan ini melingkupi kesehatan fisik dan juga kesehatan mental. Dalam hal pemeliharaan kesehatan fisik dapat dibantu dengan memberikan informasi yang tepat dalam hal perawatan medis oleh dokter ahli dan berbagai informasi mengenai kesehatan fisik lainnya. Sedangkan untuk usaha pemeliharaan kesehatan mental perlu dibuatkan program bimbingan konseling yang hendaknya dirancang untuk meningkatkan kesehatan mental setiap anggota keluarga berupa bimbingan untuk orang tua keluar dari tekanan batin, meningkatkan kemampuan untuk mengatasi stres akibat kompleksitas permasalahan yang dihadapi berkaitan adanya anak *Down Syndrome* dalam keluarga serta membantu keluarga dalam menerima kenyataan yang dialami sehingga rentang kesenjangan dengan harapan yang ingin dicapai semakin sempit dan kepuasan keluarga atas kesehatan akan meningkat.

b) Dimensi kesejahteraan ekonomi keluarga

Ketika sebuah keluarga merasa adanya ketidakpuasan dengan kondisi keuangannya berkaitan dengan besarnya kebutuhan perkembangan anak

*Down Syndrome*, maka program bimbingan konseling yang dibuat hendaknya dapat membimbing orang tua dalam menentukan prioritas kebutuhan. Kebutuhan mana yang utama harus dipenuhi dan kebutuhan mana yang dapat ditunda. Selain itu program bimbingan juga dirancang meningkatkan kepercayaan diri untuk mengembangkan karir dengan menggali potensi-potensi internal yang orang tua miliki.

c) Dimensi relasi dalam keluarga

Pada dimensi ini, Program bimbingan konseling hendaknya dirancang untuk menemukan akar masalah, kemudian membangun kepercayaan dan komunikasi yang jujur dan terbuka antar anggota keluarga, membantu untuk membangun suasana keluarga yang kondusif dan kerjasama yang baik dengan semua anggota keluarga. Usaha peningkatan kenyataan hidup keluarga melalui program bimbingan ini mempersempit rentang kesenjangan dengan harapan keluarga sehingga kepuasan pada dimensi ini pun akan meningkat.

d) Dimensi dukungan orang lain

Ketika kenyataan yang terjadi adalah keluarga mendapatkan sedikit dukungan dari orang lain maka program bimbingan konseling dapat dirancang untuk membangkitkan daya juang, kreatifitas dan inovasi dalam menghadapi kesulitan-kesulitan keluarga sehari-hari. Saat kenyataan yang terjadi bahwa sedikit pihak yang memberi dukungan, ini tidak akan menjadi kendala bagi keluarga ketika mereka memiliki energi untuk tetap aktif dan kreatif dalam mencari solusi pemecahan masalah.

e) Dimensi dukungan kelembagaan

Untuk dimensi dukungan kelembagaan, keluarga khususnya orang tua dibimbing untuk secara aktif mencari pengetahuan serta informasi-informasi baru mengenai berbagai hal yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak *Down Syndrome*. Sedikitnya dukungan kelembagaan yang keluarga dapatkan salah satunya dapat disebabkan karena keluarga pasif dalam mencari informasi-informasi baru, namun dengan bimbingan untuk selalu aktif dalam mencari informasi dan berbagai pengetahuan baru bagi anak maka rentang kesenjangan dengan harapan akan semakin sempit dan kepuasan pada dimensi ini akan meningkat.

f) Dimensi pengaruh sistem nilai

Pada dimensi ini, keluarga dibimbing untuk menentukan suatu sistem nilai tertentu yang sesuai dengan keyakinan keluarga yang dapat dijadikan pegangan dan kekuatan saat menghadapi kehidupan sehari-hari khususnya saat-saat sulit dalam keluarga. Setelah keluarga menentukan suatu sistem nilai tertentu maka disarankan untuk membangun interaksi dengan komunitas sesuai sistem nilai yang keluarga anut. Bila itu merupakan sistem nilai yang dipilih merupakan nilai-nilai keagamaan maka keluarga dapat membangun komunikasi dan keterbukaan dengan tokoh-tokoh keagamaan dan melakukan pengembangan nilai-nilai spiritualitas dan aktif terlibat dengan aktifitas-aktifitas keagamaan.

g) Dimensi karir dan persiapan karir

Berkaitan dengan dimensi karir dan persiapan karir, perlu dibuatkan program bimbingan konseling agar keluarga khususnya orang tua dapat mengoptimalkan potensi yang mereka miliki untuk membina karir seoptimal mungkin sesuai dengan kapasitas dan kesempatan yang mereka miliki. Orang tua juga perlu dibimbing untuk strategi pencapaian karir namun tetap memberikan waktu dan perhatian untuk memantau kebutuhan belajar dan perkembangan anak *Down Syndrome*. Sehingga terjadi keseimbangan dalam peningkatan kepuasan dimensi karir sejalan dengan peningkatan kepuasan pada dimensi relasi keluarga serta dimensi pemanfaatan waktu luang dan rekreasi.

h) Dimensi pemanfaatan waktu luang dan rekreasi

Perlu dibuat rancangan program bimbingan konseling yang membantu orang tua dalam mengatur pembagian waktu (*time management*) antara waktu untuk pekerjaan, urusan-urusan pribadi, membagi perhatian pada semua anak, dan secara khusus waktu untuk mencurahkan perhatian bagi anak *Down Syndrome* yang sangat membutuhkan pantauan dari orang tua. Tujuannya adalah agar orang tua mampu memanfaatkan waktu luang secara efektif bagi seluruh anggota keluarga dan dapat meningkatkan relasi yang harmonis dalam keluarga melalui saat-saat kebersamaan dalam aktifitas rekreasi ataupun aktifitas sehari-hari seperti acara makan malam bersama, pergi jalan-jalan ke pusat perbelanjaan, acara menonton televisi bersama, dan sebagainya.

i) Dimensi interaksi masyarakat

Perlu dirancang program bimbingan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri orang tua untuk membangun interaksi dengan masyarakat atau dengan komunitas tertentu. Menyadarkan keluarga bahwa kehadiran anak *Down Syndrome* dalam keluarga bukan sebagai penghalang dalam berinteraksi dengan komunitas masyarakat namun justru melalui interaksi dengan masyarakat terbuka peluang mendapatkan berbagai informasi dan pengetahuan baru yang menunjang perkembangan anak *Down Syndrome*.

3. Saran bagi lembaga pendidikan

- a) Menyediakan tenaga ahli bimbingan konseling bagi keluarga-keluarga yang membutuhkan. Bimbingan yang diberikan tidak hanya berkaitan dengan kebutuhan belajar dan perkembangan anak *Down Syndrome* namun lebih luas lagi yang berkaitan dengan masalah-masalah yang keluarga hadapi, bila hal ini dimungkinkan untuk dilakukan.
- b) Mensosialisasikan pentingnya usaha peningkatan FQoL pada semua keluarga-keluarga peserta didik dan bila memungkinkan pada masyarakat sekitar lingkungan komunitas sekolah dalam rangka meningkatkan kesejahteraan hidup seluruh anggota keluarga yang pada akhirnya meningkatkan kualitas *family outcomes* dan salah satunya adalah optimalisasi perkembangan dan belajar anak *Down Syndrome*.
- c) Menyediakan program belajar lanjutan bagi anak *Down Syndrome* khususnya bagi anak yang berusia memasuki masa dewasa awal berupa



persiapan masuk dunia kerja. Lembaga pendidikan harus mempertimbangkan tantangan dan dukungan yang harus diberikan bagi anak dan keluarganya dalam rangka masa transisi masuk dunia kerja dengan memberikan informasi yang adekuat dan merencanakan program transisi secara matang. Lembaga pendidikan perlu membuat Program Pembelajaran Individual yang bertujuan mempersiapkan siswa berkebutuhan khusus masuk dunia kerja dengan pembekalan keterampilan kerja dan persiapan kerja magang. Komunikasi yang jujur dan terbuka antara lembaga pendidikan dengan keluarga merupakan suatu hal yang vital dan perlu intensif dilakukan. Perlu adanya *partnership* antara keluarga dengan lembaga pendidikan untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

#### 4. Saran bagi lembaga keagamaan

Berkaitan dengan masalah yang dialami keluarga C tentang sulitnya anak terlibat dalam kegiatan ibadah maka saran yang secara spesifik ditujukan bagi lembaga keagamaan adalah dapat ikut melibatkan anak berkebutuhan khusus dalam berbagai kegiatan keagamaan, bila memungkinkan menyediakan sarana khusus bagi anak *Down Syndrome*, misalnya dengan adanya ruang ibadah khusus dengan kegiatan khusus disesuaikan dengan kebutuhan dan tingkat pemahaman anak, dan sebagainya.

5. Saran bagi penelitian selanjutnya :

- a) Penelitian selanjutnya hendaknya bertujuan untuk merancang sebuah program bimbingan konseling keluarga yang berfungsi untuk meningkatkan FQoL bagi keluarga-keluarga yang membutuhkannya. Rancangan program bimbingan konseling keluarga ini dapat dibuat mengacu pada rumusan kesimpulan untuk sembilan dimensi FQoL yang telah diperoleh dalam penelitian ini.
- b) Perlu dilakukan penelitian FQoL untuk wilayah cakupan penelitian yang lebih luas, dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan karakteristik sampel yang lebih bervariasi sehingga hasil penelitian mampu merepresentasikan kondisi suatu kelompok sampel tertentu. Variasi karakteristik sampel misalnya dalam hal umur anak, status ekonomi keluarga, tingkat keparahan hambatan yang dimiliki anak, kondisi lingkungan tempat tinggal, jenis hambatan perkembangan lainnya, dan sebagainya. Kajian ini menjadi penting dilakukan mengingat belum ditemukan penelitian mengenai FQoL yang dilakukan di Indonesia. Dengan dilakukannya penelitian FQoL pada keluarga-keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus memungkinkan adanya peningkatan pada kualitas hidup keluarga mengingat beratnya tekanan dan tantangan yang dihadapi keluarga akibat masyarakat Indonesia yang belum inklusif bagi kebutuhan perkembangan anak berkebutuhan khusus.
- c) Berkaitan dengan bidang pendidikan, FQoL dan QoL sebagai suatu konsep belum banyak dikaitkan dengan pendidikan. Peneliti selanjutnya

dapat mengembangkan atau melanjutkan penelitian mengenai peran-peran yang dapat dijalankan sekolah dalam mengembangkan FQoL keluarga dan secara khusus QoL siswa *Down Syndrome*. Kajian ini menjadi krusial mengingat sekolah-sekolah hanya melakukan evaluasi hasil belajar siswa. Eksplorasi mengenai bagaimana sekolah membantu mengembangkan QoL siswa *Down Syndrome* dapat dimulai oleh peneliti selanjutnya. Pada akhirnya muncul rancangan program-program di sekolah yang menyertakan hasil asesmen faktor-faktor yang berasosiasi dengan QoL siswa *Down Syndrome*.

