BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan hasil interpretasi dan analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya beserta saran yang terarah sesuai dengan hasil penelitian.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai derajat *Psychological Well-Being* (PWB) yang dilakukan pada *single-mothers* di Komunitas "X", maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

2. *Psychological Well-Being* pada *single-mothers* di Komunitas "X" tersebar hampir merata, yaitu sebagian menunjukkan PWB tinggi dan sebagian lainnya menunjukkan PWB rendah. *Single-mothers* di Komunitas "X" yang menunjukkan PWB tinggi sebagian besar memiliki anak yang berusia di atas 5 tahun, menjadi *single-mothers* dalam jangka waktu di atas 3 tahun, puas terhadap pekerjaan mereka, menjadi *single-mother* karena perceraian dengan status janda serta berada di status sosio-ekonomi menengah ke bawah. Sedangkan single-*mothers* di Komunitas "X" yang menunjukkan PWB rendah, sebagian besarnya adalah mereka yang memiliki anak berusia balita, menjadi *single-mothers* dalam jangka waktu 0-3 tahun, tidak puas terhadap pekerjaan mereka, menjadi *single-mother* karena hamil di luar nikah dengan

status tidak menikah serta berada di status sosio-ekonomi menengah.

3. *Single-mothers* di Komunitas "X" yang menunjukkan derajat PWB tinggi pada umumnya menunjukkan derajat tinggi pula pada dimensi *Environmental Mastery*. Hal tersebut berkaitan dengan kondisi sebagai *single-mother* yang memicu mereka berusaha memaksimalkan diri menjalankan peran dan tugas-tugasnya dengan baik sehingga berpengaruh pula pada penilaian diri bahwa mereka mampu menguasai lingkungan..
4. Semakin tinggi nilai *Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness* dan *Openness to Experience single-mothers* di Komunitas "X", semakin tinggi pula PWB mereka. Sedangkan semakin tinggi nilai *Neuroticism single-mothers* di Komunitas "X", maka semakin rendah pula PWB mereka.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Perlu dipertimbangkan melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh kepribadian *Big Five Personality* dengan PWB pada *single-mothers* di Komunitas "X".
2. Perlu dipertimbangkan melakukan penelitian untuk mengetahui kontribusi dimensi-dimensi PWB terhadap derajat PWB secara keseluruhan.

5.2.2 Saran Praktis

1. *Single-mothers* dengan derajat PWB yang tinggi perlu mempertahankannya sedangkan *single-mothers* dengan derajat PWB yang rendah perlu melakukan usaha untuk meningkatkannya melalui pengembangan dimensi-dimensi PWB. Pengembangan tersebut dapat dengan mengikuti Seminar atau *training* pengenalan diri (*Self-Acceptance*, *Autonomy*), mengikuti kegiatan-kegiatan yang sesuai bakat dan minat untuk mengasah kemampuan mereka (*Personal Growth, Purpose in Life, Environmental Mastery*) dan melibatkan diri pada kegiatan Komunitas (*Positive Relation with Others*).
2. Pihak Komunitas "X" dapat menggalakkan kembali kegiatan *gathering* bagi anggota dan mendorong mereka agar berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Kegiatan dapat berupa *talkshow, sharing* pengalaman dari *single-parent* yang dinilai sukses dan dapat menjadi inspirasi maupun motivasi para anggota serta kegiatan rekreasi bersama yang dapat menumbuhkan keakraban antar anggota dalam rangka meningkatkan PWB mereka.