

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Psychological well being yang ada pada *working mom* berdasarkan dimensi yaitu dimana dalam aspek penerimaan diri ini kesehatan mental menjadi poin utama seperti bagaimana *working mom* menerima kelebihan dan kekurangan pada dirinya. Dimana hampir lima *working mom* dapat menerima dengan baik setiap kelebihan yang ada pada diri mereka tanpa mereka harus membandingkan kehidupan mereka dengan orang lain disisi lain mereka juga mempunyai prinsip bahwa apa yang menjadi kelebihan saya mungkin itu yang menjadi kekurangan orang lain.

Satu dari empat *working mom* sering mendapatkan tekanan yang datang dari orang-orang terdekat, namun tidak membuat ia untuk tidak mencapai apa yang menjadi tujuan hidupnya, dan berbagai cara dilakukan yang oleh *working mom* dalam hal mencapai *psychological well being*. *Working mom* mampu memberikan dukungan serta mampu memotivasi orang terdekat dalam keberhasilan atau dalam hal menghadapi permasalahan yang ada dalam mencapai *psychological well being* dan berupaya memenuhi setiap aspek yang ada, mampu menjalankan dua dan tanggung jawab besar sekaligus.

B. Saran

Dari hasil penelitian yang dipaparkan, peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang *psychological well being* dan *working mom* untuk mencari refensi dan berusaha melakukan pembaharuan, agar kedepannya lebih berkembang lagi pengetahuan akan *psychological well being* pada *working mom* dalam mengingatkan ilmu psikologi.