

BAB 5

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa menunjukkan :

1. Terdapat adanya hubungan antara *mindful parenting* dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang ada di Kecamatan Regol dengan sigifikansi sebesar 0,001 dan *pearson correlation* -0.486. Maka derajat korelasi *mindful parenting* dan stres pengasuhan dapat dikategorikan berada pada taraf hubungan yang sedang
2. Ibu bekerja memiliki tingkat rata-rata *mindful parenting* dengan kategori sedang dalam pengasuhan
3. Ibu bekerja memiliki tingkat rata-rata stres pengasuhan dengan kategori sedang dalam pengasuhan

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dengan adanya keterbatasan dalam penelitian ini, maka peneliti mengajukan beberapa saran agar dapat dijadikan sebagai pertimbangan

1. Ibu Bekerja
Ibu bekerja lebih memahami kebutuhan dirinya terlebih dahulu, agar ketika berinteraksi dengan anak dapat tercipta suasana yang lebih menyenangkan dan harmonis bagi ibu dan anak.
2. Sekolah
Bagi pihak sekolah khususnya Taman Kanak-Kanak yang terlibat dalam penelitian ini dapat menjadi salah satu fasilitator untuk meningkatkan pengasuhan dan pengelolaan stres pengasuhan kepada orang tua khususnya ibu yang bekerja dengan memberikan wawasan atau mengadakan pelatihan.
3. Peneliti selanjutnya

Dalam penelitian ini masih banyak hal yang harus diperbaiki, maka untuk itu peneliti selanjutnya meneliti secara lebih mendalam dengan menggunakan variabel berbeda dan metode kualitatif agar informasi yang di dapat digali lebih dalam dan lebih memperkaya teori. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian pada ibu bekerja dengan sesuai dengan kriteria tertentu.