

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

1. Berdasarkan kajian skripsi yang berjudul Peran Bimbingan dan Dukungan Keluarga Dalam Mencapai *Work Life Balance* Bagi *Single Mother* di Desa Sidomulyo¹, Peran Bimbingan bagi *single mother* mempunyai peran penting dalam hal menyeimbangkan dua peran yang dijalani *single mother*, peran bimbingan mempunyai tujuan untuk membantu agar *single mother* dapat mencapai pertumbuhan, perkembangan dan mencapai kemajuan pada diri individu, bimbingan disini berperan sebagai pengarah untuk *single mother* agar mandiri, bertanggung jawab dan berperilaku baik.
2. Adapun peran bimbingan dan dukungan keluarga secara khusus bagi *single mother* ada empat bentuk. *Pertama*, dukungan informasional (memberikan nasihat, saran dan petunjuk. *Kedua*, dukungan penilaian (memberikan perhatian dan tempat keluh kesah *single mother*. *Ketiga*, dukungan instrumental (simpati, memberikan finansial, bantuan tenaga dan kebutuhan fisiologis). *Keempat*, dukungan emosional (kasih sayang, *supprot* dan perhatian).
3. Hambatan *single mother* dalam mencapai *work life balance* ada tiga *pertama*, dari diri sendiri (stress, minder dan rendah diri) dari lingkungan (lingkungan toxic, stigma yang dianggap rendah dan kurangnya komunikasi sosial) dari finansial (kebutuhan fisiologis, membagi waktu dan tuntutan ekonomi). Adapun solusi dari hambatan dalam mencapai *work life balance* adalah dengan selalu berfikir positif terhadap hidupnya meminta solusi terhadap orang terdekat, selalu semangat menjalani dua perannya dan tetap percaya diri untuk terus mengembangkan potensi.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang sudah dilaksanakan oleh peneliti mengenai peran bimbingan dan dukungan keluarga dalam mencapai *work life balance* bagi *single mother* di Desa Sidomulyo Jakenan Pati. Maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi *single mother* agar tetap mempertahankan keseimbangan dalam membagi waktu antara bekerja dan mengurus rumah

tangga. Peristiwa ini sangat penting dilaksanakan, dapat dijaga dengan melakukan hal-hal yang memang prioritas, dimulai dari hal-hal yang dianggap penting dan sangat berbahaya jika ditinggalkan hingga beresiko kecil jika tidak dilakukan. Paling utama *single mother* harus tetap mengembangkan diri supaya dapat membangun rasa bangga dalam diri agar mempunyai kekuatan dalam menjalani peran ganda *single mother* yang mencari nafkah untuk mensejahterakan hidup bagi dirinya maupun keluarganya.

2. Bagi anggota keluarga untuk terus memberikan dukungan kepada *single mother*, keluarga berperan penting dalam memberikan dorongan motivasi terhadap *single mother*, peran anggota keluarga tidak dapat terganti oleh sembarang orang dan kedudukannya sebagai penguat mereka untuk terus semangat dalam menjalani hidup.
3. Bagi peneliti selanjutnya supaya dapat memperluas penelitian tentang bimbingan dan dukungan keluarga bagi *single mother*, mengembangkan subyek penelitian supaya memperoleh data yang banyak dan menggunakan metode yang lain.

