

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian yang telah dilakukan terhadap permasalahan yang berjudul Stress Pengasuhan Pada Ibu yang Bekerja Dalam Mendampingi Anak Selama Pembelajaran *Hybrid*, maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata tingkat stress ibu yang bekerja dalam mendampingi anak selama pembelajaran *hyrbid* berada pada kategori normal. Ibu yang bekerja mengalami stres normal dikarenakan stres pada saat mendampingi belajar anak baik tatap muka maupun daring, membagi waktu yang tepat antara bekerja dan mengantar anak ke sekolah, membantu mengerjakan tugas-tugas dari guru. Tetapi ibu yang bekerja sudah dapat mengendalikan stress pengasuhan yang dialaminya. Anak yang dimiliki oleh ibu yang bekerja rata-rata jenjang SD (usia 7-10 tahun), dimana harus selalu didampingi selama belajarnya, karena masih belum bisa memahami materi yang diberikan oleh guru di sekolah.

Implikasinya, selama pembelajaran *hybrid* dilakukan ibu yang bekerja disarankan mendampingi anak belajar sampai selesai agar anak sebagai siswa dapat fokus dalam belajar, terkontrol, dan tidak tertinggal pembelajaran. Selain itu agar ibu yang bekerja tidak terlalu jenuh dan dapat konsentrasi kembali ketika mendampingi anak selama belajar, disarankan meregangkan otot (*stretching*) secara berkala, menjalin kedekatan ibu dan anak.

## **B. SARAN**

Berdasarkan penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan , maka saran yang dapat disampaikan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Bagi Ibu yang bekerja, diharapkan agar dapat mengatur waktu dan jadwal pada anak, yang mana waktu dalam mendampingi anak dan waktu mulai bekerja. Mengontrol emosi disaat mendampingi anak belajar, agar tidak ada munculnya kekerasan pada anak. Selain itu gunakan waktu senggang ibu untuk berkomunikasi dengan anak, ibu bisa mempelajari materi terlebih dulu agar nantinya bisa lebih mudah dalam menjelaskan kepada anak.
2. Bagi pembaca, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan terkait stress pengasuhan pada ibu yang bekerja dalam mendampingi anak selama pembelajaran *hybrid*.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait stress pengasuhan pada ibu yang bekerja dalam mendampingi anak selama pembelajaran *hybrid* agar hasil penelitiannya dapat lebih baik dan lebih lengkap lagi.