

ABSTRAK

Psychological Well-Being pada Ibu Bekerja

Oleh: Wiza Asivaturahmah

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya fenomena ibu bekerja yang memiliki *psychological well-being* yang rendah. *Psychological well-being* merupakan suatu kondisi dimana seseorang memiliki tujuan dalam hidupnya agar lebih bermakna, menyadari potensi-potensi yang dimiliki, menciptakan dan mengatur kualitas hubungannya dengan orang lain, sejauh mana mereka bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri, serta berusaha mengembangkan dan mengeksplorasi dirinya.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif menggunakan metode kuantitatif, sampel dalam penelitian ini 35 orang ibu bekerja di RT 03 RW 02 kel. Koto Panjang Ikua Koto yang dipilih menggunakan teknik *Proportional Random Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket *psychological well-being* yang mengukur aspek penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa *psychological well-being* ibu bekerja pada umumnya berada pada kategori tinggi dengan persentase (77,14%) yang berarti sebagian besar ibu bekerja memiliki *psychological well-being* yang tinggi. Dilihat dari masing-masing aspek, aspek penerimaan diri (*self-acceptance*) berada pada kategori tinggi dengan persentase (57,14%), aspek hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with others*) berada pada kategori sangat rendah dengan persentase (85,7%), aspek kemandirian (*autonomy*) berada pada kategori tinggi dengan persentase (48,6%), aspek penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) berada pada kategori tinggi dengan persentase (57,1%), aspek tujuan hidup (*purpose in life*) berada pada kategori tinggi dengan persentase (57,1%), dan aspek pertumbuhan pribadi (*personal growth*) berada pada kategori tinggi dengan persentase (51,4%). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, ditemukan bahwa ibu bekerja memiliki *psychological well-being* tinggi yang berarti ibu bekerja mampu menerima dirinya, memiliki hubungan yang baik, mandiri, menguasai lingkungannya, dan memiliki tujuan yang jelas dalam hidup.

Kata Kunci : PSYCHOLOGICAL, IBU BEKERJA