

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *helicopter parenting* dengan kecemasan pada generasi milenial di masa *emerging adulthood*. Korelasi positif tersebut mengandung pengertian bahwa semakin tinggi orangtua menerapkan *helicopter parenting* menurut persepsi generasi milenial, maka semakin tinggi kecemasan pada generasi milenial di masa *emerging adulthood*. Sebaliknya semakin rendah orangtua menerapkan *helicopter parenting* menurut persepsi generasi milenial, maka semakin rendah pula kecemasan generasi milenial saat berada pada masa *emerging adulthood*.

Hal ini berarti hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara *helicopter parenting* dengan kecemasan pada generasi milenial di masa *emerging adulthood* dapat diterima. Variabel *helicopter parenting* memberikan sumbangan sebesar 55,5% terhadap kecemasan, sedangkan 44,5% lainnya diasumsikan memiliki hubungan dengan sejumlah variabel lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka saran yang diberikan oleh peneliti :

### 1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penemuan dalam peneliti ini, diketahui bahwa *helicopter parenting* memiliki hubungan positif terhadap kecemasan. Oleh karena itu, diharapkan untuk generasi milenial di masa *emerging adulthood* yang memersepsikan orangtua menerapkan *helicopter parenting* yang tinggi agar dapat menetapkan batasan antara diri sendiri dan orangtua dengan cara bersikap asertif yaitu tegas dan percaya diri dalam mengkomunikasikan segala sesuatu mengenai aspek kehidupan. Komunikasikan kepada orangtua hal yang dirasa nyaman atau tidak nyaman. Sesekali mencoba untuk mengatakan “tidak” sesuai dengan keinginan, dengan memberikan alasan yang jelas agar para orangtua tidak mengontrol, memaksakan kehendaknya ataupun terlalu terlibat dalam urusan pribadi generasi milenial, sehingga dapat meminimalisir dan mengurangi kecemasan yang ada pada diri individu.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Di Indonesia, penelitian mengenai variabel kecemasan sudah banyak dilakukan. Namun, untuk penelitian mengenai *helicopter parenting* masih jarang diteliti. Sehingga untuk peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan agar dapat menggali lebih dalam secara kuantitatif ataupun kualitatif mengenai variabel *helicopter parenting* khususnya.

Peneliti juga menyarankan, untuk memperhatikan faktor-faktor lain dalam kecemasan yang dapat mempengaruhi generasi milenial di masa *emerging adulthood*, Misalnya faktor biologi dan psikologi yang berkaitan dengan faktor predisposisi. Faktor presipitasi mengenai ancaman terhadap integritas individu seperti ketidakmampuan atau penurunan fungsi fisiologi atau menurunnya kemampuan untuk melaksanakan kehidupan sehari-hari dan mengancam sistem dua pribadi yang membahayakan identitas harga diri dan integrasi fungsi sosial (Stuart, Budi, & Jesika., 2016; Stuart & Sundden, 1998). Selain itu faktor kecemasan lainnya yaitu kepribadian di masa kanak-kanak, pengalaman buruk, penyakit mental orangtua, penyalahgunaan zat adiktif, kriminalitas, kekerasan pada keluarga, pelecehan, kesulitan ekonomi (Leblanc, Brown, & Henin. 2020). Selain itu kecemasan muncul disebabkan adanya kepercayaan yang irrasional sehingga mempengaruhi pola perilaku, pikir dan emosi pada individu, fisik, trauma dan konflik, kondisi, heriditas dan lingkungan yang tidak baik (Isnaini, 2015; Prihastuti & Rachmawati, 2012).