

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial orang tua dengan regulasi emosi mahasiswa yang sedang menjalani perkuliahan daring pada masa pandemi COVID-19, dimana semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka akan semakin tinggi regulasi emosi yang dimiliki, dan sebaliknya. Kemudian dari hasil kategorisasi diketahui bahwa mahasiswa yang saat ini sedang melakukan perkuliahan online atau daring memiliki dukungan sosial orang tua dan regulasi emosi yang sedang. Berdasarkan hasil kategorisasi dukungan sosial orang tua dapat diketahui bahwa sebanyak 0 subjek pada kategorisasi rendah, sebanyak 17 subjek pada kategori sedang, dan terdapat 83 subjek pada kategori tinggi. Sedangkan untuk hasil pengkategorisasi pada regulasi emosi mahasiswa terdapat 0 subjek pada kategori rendah, 70 subjek pada kategori sedang dan 30 subjek pada kategori tinggi. Hasil perhitungan nilai determinasi ( $R^2$ ) diketahui kontribusi dukungan sosial orang tua terhadap regulasi emosi yaitu sebesar 37,2%, dan sisanya yang mempengaruhi regulasi emosi pada mahasiswa yang sedang terdampak pandemi COVID-19 dan belajar di rumah secara daring atau online.

## **B.SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti mengajukan beberapa saran terkait dengan hasil penelitian ini antara lain:

### **a. Bagi Subjek Penelitian**

Bagi para mahasiswa yang saat ini sedang melakukan perkuliahan secara online atau daring diharapkan bisa meningkatkan kedekatan bersama kedua orang tua, dan sebaliknya sebaiknya orang tua juga mulai memperhatikan anaknya dan memberi dukungan sesuai dengan yang anak butuhkan, kedekatan yang dibangun bisa berupa saling memberikan, pengertian, keterbukaan, komunikasi, waktu, penghargaan dan sebagainya, sehingga bisa saling memberikan dukungan dan perhatian untuk menciptakan dukungan sosial orang tua dan regulasi emosi yang positif. Sehingga hal tersebut dapat memberikan dampak positif bagi orang tua dan mahasiswa yang sedang melakukan perkuliahan online.

### **b. Bagi Peneliti Selanjutnya**

1. Peneliti menyarankan kepada para peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan jumlah populasi serta sampel yang lebih banyak, sehingga data yang diperoleh dapat digeneralisasikan lebih baik. Dengan demikian hasil penelitian yang dibuat peneliti selanjutnya dapat menggambarkan dari setiap variabel yang dibuat lebih akurat.
2. Peneliti menyarankan kepada para peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut faktor diluar variabel yang diteliti

seperti faktor usia dan lingkungan serta peneliti selanjutnya mengambil teori-teori yang lain.