

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial yang signifikan pada mahasiswa rantau apabila ditinjau dari gaya pengasuhan orang tua yang diterima.
2. Mahasiswa rantau yang diasuh dengan gaya pengasuhan otoritatif (authoritative), yaitu gaya pengasuhan yang memiliki kehangatan dan tuntutan (kontrol) yang seimbang, memiliki tingkat kecemasan sosial yang paling rendah dibandingkan mahasiswa dengan gaya pengasuhan neglectful yang ditandai dengan rendahnya kehangatan dan kontrol sehingga orang tua cenderung kurang terlibat dalam pengasuhan anak, permissive yang ditandai dengan kehangatan yang tinggi tetapi tuntutan atau kontrol yang rendah sehingga anak diberi kebebasan tanpa batasan yang jelas, maupun otoriter (authoritarian) yang ditandai dengan kontrol yang tinggi tetapi kehangatan yang rendah sehingga orang tua lebih menekankan kepatuhan
3. Mahasiswa rantau yang diasuh dengan gaya pengasuhan neglectful, yaitu gaya pengasuhan yang ditandai dengan rendahnya kehangatan dan tuntutan (kontrol) sehingga orang tua cenderung kurang terlibat dalam pengasuhan anak, memiliki tingkat kecemasan sosial yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa dengan gaya pengasuhan permissive, yaitu gaya pengasuhan yang ditandai dengan kehangatan yang tinggi tetapi tuntutan (kontrol) yang rendah sehingga orang tua cenderung memberikan kebebasan yang luas tanpa batasan yang jelas.
4. Tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial antara mahasiswa rantau yang diasuh dengan gaya pengasuhan neglectful, yaitu gaya pengasuhan yang ditandai dengan rendahnya

kehangatan dan tuntutan (kontrol) sehingga orang tua cenderung kurang terlibat dalam pengasuhan anak, dan gaya pengasuhan otoriter (authoritarian), yaitu gaya pengasuhan yang ditandai dengan tuntutan (kontrol) yang tinggi tetapi kehangatan yang rendah sehingga orang tua lebih menekankan kepatuhan. Selain itu, tidak terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial antara mahasiswa yang diasuh dengan gaya pengasuhan permissive, yaitu gaya pengasuhan yang ditandai dengan kehangatan yang tinggi tetapi tuntutan (kontrol) yang rendah sehingga orang tua cenderung memberikan kebebasan yang luas tanpa batasan yang jelas, dan gaya pengasuhan otoriter (authoritarian).

B. Saran

Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan adalah:

1. Bagi orang tua atau wali

Diharapkan dari penelitian ini orang tua dapat menerapkan gaya pengasuhan yang efektif dalam mencegah timbulnya kecemasan sosial pada anak, khususnya ketika anak memasuki masa dewasa awal dan menjalani kehidupan sebagai mahasiswa rantau. Gaya pengasuhan yang efektif adalah gaya pengasuhan yang orang tuanya memberikan kehangatan (*responsiveness*) dan kontrol (*demandingness*) yang seimbang, yaitu gaya pengasuhan *otoritatif*, karena terbukti berkaitan dengan tingkat kecemasan sosial yang lebih rendah pada mahasiswa rantau. Orang tua diharapkan dapat membangun komunikasi yang terbuka, memberikan dukungan emosional yang hangat, sekaligus menetapkan batasan dan aturan yang jelas agar anak tumbuh dengan kepercayaan diri dan kemampuan adaptasi sosial yang baik.

2. Bagi lembaga pendidikan dan konselor kampus

Diharapkan lembaga pendidikan tinggi dapat menyediakan program pendampingan dan layanan kesehatan mental yang memadai bagi mahasiswa rantau, terutama pada masa-masa awal perkuliahan ketika proses adaptasi sosial sedang berlangsung. Program tersebut dapat berupa pelatihan keterampilan sosial, konseling individual, maupun kelompok dukungan sebaya yang membantu mahasiswa rantau menghadapi tantangan psikologis di lingkungan baru, terutama bagi individu yang berasal dari latar belakang pengasuhan yang kurang suportif.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial ditinjau dari gaya pengasuhan orang tua pada mahasiswa rantau, namun tidak semua kelompok gaya pengasuhan menunjukkan perbedaan yang signifikan satu sama lain. Maka dari itu, peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya melakukan penelitian sejenis dengan mempertimbangkan variabel-variabel lain yang turut memengaruhi kecemasan sosial seperti kelekatan orang tua (*parent attachment*), regulasi emosi, kepercayaan diri, maupun faktor budaya dan konteks daerah asal mahasiswa rantau.