

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan negatif yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan regulasi emosi. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian yang berbunyi “terdapat hubungan negatif antara pola asuh otoriter dengan regulasi emosi remaja” dinyatakan ditolak. Sehingga pada penelitian ini, tidak terdapat hubungan negatif antara pola asuh otoriter dengan regulasi emosi pada remaja.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Remaja

Remaja diharapkan dapat terus mengembangkan kemampuan regulasi emosi secara mandiri. Salah satu upaya yang dapat dilakukan ialah menerapkan strategi penilaian kembali kognitif (*cognitive reappraisal*), yakni dengan memaknai suatu permasalahan dari perspektif yang lebih positif, serta memanfaatkan dukungan dari lingkungan sosial yang suportif, sehingga kemampuan regulasi emosi tetap dapat berkembang secara optimal terlepas dari pola asuh yang diterapkan orang tua.

2. Bagi Orang Tua

Meskipun pada hasil penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan antara pola asuh otoriter dengan regulasi emosi pada sampel penelitian, orang tua tetap disarankan untuk menerapkan pola asuh yang suportif, seimbang antara kontrol dan kehangatan emosional, serta bekerja sama dengan profesional bila diperlukan, guna membantu remaja mengembangkan regulasi emosi yang sehat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan pada temuan penelitian ini yang tidak menunjukkan adanya hubungan antara pola asuh otoriter dan regulasi emosi remaja, peneliti selanjutnya yang tertarik mengkaji topik serupa disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang berpotensi lebih relevan memengaruhi regulasi emosi remaja pada konteks

budaya kolektivistik, seperti pola asuh otoritatif, kelekatan (*attachment*) dengan orang tua atau dukungan sosial teman sebaya, mengingat hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa kontrol orang tua yang tinggi tidak selalu dimaknai negatif oleh remaja dalam budaya kolektif seperti Indonesia.