

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh dan diolah, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif sangat kuat dan signifikan antara pola asuh permisif dengan regulasi emosi pada dewasa awal yang sedang menjalin hubungan romantis, dengan arah hubungan yang positif. Hubungan positif ini dapat diartikan bahwa pemberian kebebasan dan dukungan dalam pola asuh permisif dapat membantu individu dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosinya secara mandiri dalam konteks hubungan romantis

Hal ini dapat disebabkan oleh faktor lain seperti pengalaman hidup, kepribadian, serta lingkungan sosial yang tidak dikendalikan dalam penelitian. Mayoritas responden dalam penelitian ini juga berada pada kategori sedang untuk kedua variabel, yang menandakan bahwa regulasi emosi dan pola asuh permisif cenderung stabil pada fase dewasa awal

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran yaitu sebagai berikut:

1. Saran bagi subjek penelitian

Penelitian ini memberikan gambaran bahwa pola asuh permisif yang cenderung memberikan kebebasan dapat berdampak positif pada kemampuan regulasi emosi individu, terutama pada dewasa awal. Oleh

karena itu, bagi individu yang sedang berada dalam fase dewasa awal dan menjalin hubungan romantis, diharapkan dapat mengenali pola asuh yang mereka terima serta mengembangkan kemampuan regulasi emosi sebagai bekal dalam membangun hubungan yang sehat secara emosional.

2. Saran bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, seperti tidak dikendalikannya faktor latar belakang keluarga, serta pengumpulan data yang dilakukan secara *online*. Untuk itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk lebih memperhatikan karakteristik subjek, seperti latar belakang keluarga atau pola relasi masa kecil, serta menggunakan metode pengambilan data yang lebih bervariasi seperti wawancara atau observasi. Selain itu, disarankan untuk menambahkan variabel lain yang mungkin berperan sebagai faktor mediasi atau moderasi dalam hubungan antara pola asuh dan regulasi emosi.