

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Peneliti melakukan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku agresif anak dengan tingkat *parental stress* pada orang tua generasi alpha di Yogyakarta. Hasil akhir yang dapat disimpulkan yaitu adanya hubungan positif antara perilaku agresif anak dengan *parental stress* pada orang tua generasi alpha di Yogyakarta. Berdasarkan hasil data, diketahui hipotesis alternatif (H1) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, peneliti memiliki beberapa saran yang diajukan berdasarkan hasil penelitian, sebagai berikut:

1. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan lebih memahami pentingnya regulasi emosi, baik pada diri sendiri maupun pada anak. Orang tua dapat mengikuti pelatihan atau kelas parenting mengenai manajemen stres dan pengasuhan positif. Selain itu, orang tua perlu menyediakan waktu berkualitas untuk membangun hubungan yang hangat dan terbuka dengan anak, serta menghindari respon reaktif terhadap perilaku agresif anak.

2. Bagi Pendidik

Pendidik perlu membekali diri dengan pemahaman tentang karakteristik generasi Alpha, terutama dalam menangani perilaku agresif di lingkungan sekolah. Guru dapat menerapkan pendekatan pembelajaran yang ramah emosi, seperti teknik *restorative discipline* dan komunikasi asertif, agar siswa merasa aman secara psikologis dan terarah secara sosial.

3. Bagi Sekolah

Sekolah dapat menginisiasi program kolaboratif antara guru dan orang tua, misalnya melalui kelas *parenting*, seminar regulasi emosi, dan forum diskusi bulanan. Sekolah juga disarankan menyediakan layanan konselor sekolah yang mampu menjembatani persoalan perilaku anak dengan kondisi psikologis orang tua secara preventif dan solutif.

4. Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan membentuk lingkungan sosial yang suportif dan tidak menghakimi terhadap orang tua yang mengalami tantangan dalam pengasuhan. Akses terhadap informasi seputar *parenting*, kesehatan mental, dan perkembangan anak sebaiknya diperluas melalui media sosial, posyandu, atau kegiatan komunitas. Dukungan kolektif ini bisa membantu meringankan beban psikologis orang tua dan mengurangi potensi stigma.