

BAB 6

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara keberfungsian keluarga dengan regulasi emosi pada mahasiswa. Semakin tinggi keberfungsian keluarga maka regulasi emosi pada mahasiswa akan semakin tinggi pula, begitupun sebaliknya. Pengaruh dari keberfungsian keluarga menyumbangkan secara efektif sebanyak 2,86% terhadap regulasi emosi mahasiswa.

6.2. Saran

6.2.1. Bagi Orang Tua

Peneliti menyarankan agar orang tua tidak mudah puas dengan keberfungsian keluarga yang dimiliki saat ini dan mampu lebih meningkatkan lagi keberfungsian keluarganya, sesuai dengan temuan pada penelitian ini berupa keberfungsian keluarga dan regulasi emosi mahasiswa yang terletak pada kategori yang sedang. Fungsi orang tua dapat menjadi teman ataupun pendengar yang baik bagi anak, mengembangkan komunikasi yang jelas, mengajak untuk terbiasa menyelesaikan masalah secara bersama-sama, mengatur dan memerhatikan perilaku anaknya, mengatur tugas dan tanggung jawab dalam keluarga, dan juga melibatkan diri secara emosional dalam kegiatan-kegiatan anak. Hal tersebut mampu mengembangkan regulasi emosi, serta mencegah perilaku-perilaku menyimpang dan dampak negatif dari regulasi emosi yang buruk.

6.2.2. Bagi Praktisi dalam Bidang Keluarga dan Klinis

Praktisi dalam bidang keluarga dan klinis dapat memberikan informasi dan wawasan terkait hubungan keberfungsian keluarga dan regulasi emosi, dengan menjadikan penelitian ini sebagai rujukan dalam memberikan penyuluhan bagi orang tua agar mampu memiliki fungsi keluarga yang baik sejak dini untuk membentuk regulasi emosi yang tepat dalam perkembangan anaknya.

6.2.3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti dapat mendalami faktor-faktor regulasi emosi lainnya dengan variabel bebas lain guna mengetahui variabel-variabel bebas lainnya yang mempunyai pengaruh kuat terhadap regulasi emosi. Sehingga, nantinya peneliti dapat mengetahui hubungan faktor-faktor lainnya yang dapat memengaruhi regulasi emosi mahasiswa dan memberikan sumbangsih lebih banyak berkaitan dengan regulasi emosi pada mahasiswa.

