

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Karakteristik responden menunjukkan mayoritas remaja putri berada pada rentang usia remaja tengah (15–17 tahun), dengan sebagian besar orang tua memiliki pendidikan terakhir kategori sedang (SMA/SMK) dan pendapatan keluarga pada kategori menengah.
2. Pola asuh yang paling dominan diterapkan oleh orang tua pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kalasan adalah pola asuh demokratis. Tingkat *self-regulation* remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kalasan mayoritas berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri remaja masih dalam proses perkembangan.
3. Terdapat hubungan positif lemah antara pola asuh orang tua dengan tingkat *self-regulation* pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kalasan. Pola asuh demokratis menghasilkan tingkat *self-regulation* sedang pada remaja putri, karena perkembangan *self-regulation* tidak hanya dipengaruhi oleh pola asuh, melainkan juga oleh faktor lain seperti karakteristik individu, teman sebaya dan lingkungan sekolah.

B. Saran

1. Bagi Orang Tua

Orang tua disarankan untuk menerapkan pola asuh demokratis yang ditandai dengan komunikasi yang terbuka, pemberian dukungan emosional, pengawasan yang konsisten, serta pemberian kesempatan kepada remaja untuk belajar bertanggung jawab. Pola asuh yang tepat diharapkan dapat membantu meningkatkan kemampuan *self-regulation* remaja putri.

2. Bagi Remaja Putri

Remaja putri diharapkan mempersiapkan diri sebagai calon ibu untuk menerapkan pola asuh yang positif dan demokratis di masa mendatang dan mampu meningkatkan kemampuan *self-regulation* melalui pengendalian emosi, pengaturan perilaku, serta kemampuan mengambil keputusan secara lebih matang agar dapat mendukung perkembangan psikologis yang sehat.

3. Bagi Bidan Puskesmas Kalasan

Puskesmas Kalasan diharapkan dapat meningkatkan program promosi kesehatan remaja dan edukasi parenting bagi orang tua mengenai pentingnya pola asuh yang suportif dan demokratis dalam mendukung perkembangan *self-regulation* remaja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi *self-regulation* remaja, seperti pengaruh

teman sebaya, penggunaan media sosial, kondisi kesehatan mental, dan faktor lingkungan keluarga lainnya.