

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 4 Kota Bengkulu mengenai *Pola Komunikasi Orang Tua dalam Membangun Resiliensi Psikologis Remaja Pengguna Smartphone*, dapat disimpulkan bahwa orang tua pada umumnya menerapkan pola komunikasi yang ditandai dengan keterbukaan, dukungan, dan pendekatan demokratis dalam berinteraksi dengan remaja.

Pola komunikasi tersebut terlihat melalui adanya keterbukaan dalam menyampaikan informasi dan perasaan, empati terhadap kondisi yang dialami remaja, pemberian dukungan emosional, sikap positif dalam berkomunikasi, serta adanya kesetaraan dalam proses diskusi terkait penggunaan smartphone. Bentuk komunikasi ini membuat remaja merasa didengarkan, dihargai, dan mendapatkan dukungan dari lingkungan keluarga.

Dalam pengalaman para informan, komunikasi yang terjalin secara terbuka, empatik, dan suportif membantu remaja dalam mengelola emosi, menghadapi tekanan, menyelesaikan masalah, mengambil keputusan, serta menghadapi berbagai tantangan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, remaja juga menunjukkan kemampuan untuk bangkit kembali ketika menghadapi kesulitan.

Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif antara orang tua dan remaja merupakan bagian penting dalam proses pembentukan resiliensi psikologis pada remaja pengguna smartphone.

Komunikasi yang terbuka, empatik, suportif, positif, dan setara menjadi pengalaman yang dirasakan informan dalam menghadapi tantangan penggunaan smartphone di era digital.

5.2 Saran

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

1. Bagi orang tua

Orang tua diharapkan dapat meluangkan waktu untuk membangun komunikasi yang terbuka dan hangat dengan anak. Selain memberikan aturan mengenai penggunaan smartphone, orang tua juga perlu memberikan perhatian, dukungan, dan pemahaman terhadap kondisi serta kebutuhan remaja.

2. Bagi Remaja

Remaja diharapkan dapat menggunakan smartphone secara bijak dan bertanggung jawab. Selain itu, remaja juga diharapkan lebih terbuka kepada orang tua ketika menghadapi permasalahan sehingga komunikasi dalam keluarga dapat terjalin dengan baik.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan terus memberikan perhatian terhadap perkembangan perilaku dan kondisi psikologis siswa yang berkaitan dengan penggunaan smartphone. Guru dan guru BK juga dapat memperkuat kerja sama dengan orang tua dalam mendampingi dan membimbing remaja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

5. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian mengenai pola komunikasi orang tua dan resiliensi psikologis remaja dengan melibatkan informan yang lebih beragam serta konteks penggunaan teknologi digital yang lebih luas sehingga diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena tersebut.

