

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, respon serta dukungan yang diberikan oleh masing-masing orang tua Informan sangat beragam seperti pemberian motivasi, nasihat, kebebasan dalam menentukan pilihan, hingga teguran sebagai bentuk arahan. Akan tetapi, dukungan tersebut tidak selalu dapat mendorong anak sulung untuk terbuka mengenai permasalahan yang dihadapinya. Keterbukaan anak sangat dipengaruhi oleh cara anak memaknai respon dari orang tua, terutama berkaitan dengan rasa aman, penerimaan dan kenyamanan emosional yang terbentuk dalam komunikasi interpersonal. Dukungan yang disampaikan oleh orang tua bersifat empatik, yang di mana sifat tersebut memicu adanya komunikasi yang terbuka. Begitupun sebaliknya, dukungan yang disertai oleh tuntutan, tekanan maupun teguran yang kurang tepat dapat membuat anak memilih untuk memendam masalah karena khawatir mengecewakan maupun membebani. Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa komunikasi yang ada di dalam keluarga bersifat dinamis dan dapat mengalami perubahan seiring meningkatnya pemahaman orang tua terhadap kebutuhan emosional anak sulung. Komunikasi interpersonal yang efektif antara orang tua dan anak sulung dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* tidak hanya ditentukan oleh adanya dukungan, tetapi juga kualitas dan cara penyampaian suatu dukungan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan adanya karakteristik komunikasi interpersonal yang empatik, suportif, terbuka dan tidak

menghakimi agar anak sulung merasa aman untuk mengungkapkan suatu kecemasan, kegagalan serta tekanan yang sedang dialaminya.

5.2.1 Saran bagi Anak Sulung

Anak sulung diharapkan dapat lebih mengenali kondisi emosional diri sendiri ketika mengalami *Quarter Life Crisis*. Perasaan bingung, cemas, takut gagal atau merasa tertinggal merupakan bagian dari proses transisi menuju kedewasaan yang wajar dialami. Namun, perasaan tersebut sebaiknya tidak terus-menerus dipendam sendiri. Anak sulung perlu mencoba membangun komunikasi yang lebih terbuka dengan orang tua.

5.2.2 Saran bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat membangun komunikasi yang lebih terbuka, empatik dan tidak menghakimi dengan anak sulung. Dalam menghadapi anak yang sedang berada pada fase *Quarter Life Crisis*, orang tua sebaiknya tidak hanya memberikan nasihat atau tuntutan, tetapi juga menyediakan ruang untuk mendengarkan perasaan anak secara utuh, terutama anak sulung.

5.2.3 Saran bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian ini dengan melibatkan jumlah informan yang lebih luas dan latar belakang keluarga yang lebih beragam. Hal tersebut penting agar dinamika komunikasi interpersonal anak sulung dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* dapat dipahami secara lebih mendalam dari berbagai konteks sosial, ekonomi dan budaya keluarga. Peneliti selanjutnya juga dapat membandingkan pengalaman anak sulung dengan anak Tengah atau anak

bungsu untuk melihat perbedaan peran keluarga dalam membentuk pengalaman *Quarter Life Crisis*. Sehingga, peneliti serupa juga dapat mengkaji tentang *Quarter Life Crisis* yang dapat dipahami secara lebih menyeluruh sebagai fenomena yang tidak hanya bersifat personal, tetapi juga relasional.