

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, peneliti menarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan resiliensi mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan gear budaya. Sebagian besar resiliensi mahasiswa rantau berdasarkan gear budaya berada pada kategori sedang (35,7%). Selain itu, diketahui dari hasil pengujian hipotesis menggunakan uji *Kruskal Wallis Test* pada SPSS IBM 26 diperoleh nilai *Asymp Sig* sebesar 0,000 ( $p < 0,005$ ). Perbedaan yang signifikan juga terlihat pada uji beda pada setiap komponen resiliensi.

Adapun mahasiswa rantau dengan gear budaya sangat tinggi memperoleh persentase terendah pada komponen regulasi emosi (12,4%) dan kontrol impuls (12,4%), sedangkan persentase tertinggi pada komponen analisis kausal (28,6%). Mahasiswa rantau dengan gear budaya tinggi memperoleh persentase terendah pada komponen empati (8,9%) dan analisis kausal (8,9%), sedangkan komponen tertinggi pada komponen pencapaian (*reaching out*) sebesar 34,2%. Mahasiswa rantau dengan gear budaya sedang memperoleh

persentase terendah pada komponen optimisme (2,8%) dan komponen tertinggi efikasi diri (32,2%). Mahasiswa rantau dengan gegar budaya rendah memperoleh persentase terendah pada komponen empati (7,6%), dan komponen tertinggi analisi kausal (31,2%). Selanjutnya, mahasiswa rantau dengan gegar budaya sangat rendah memperoleh persentase terendah pada komponen optimisme (5,3%) dan komponen tertinggi regulasi emosi (30,3%).

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa faktor yang mempengaruhi gegar budaya tidak hanya mengenai hilangnya nilai, kebiasaan, gaya hidup, bahasa, dan simbol. Namun, resiliensi juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya gegar budaya.

#### **A. Implikasi**

Berbeda dengan mahasiswa yang berasal dari daerahnya sendiri, mahasiswa rantau ketika berada pada lingkungan yang baru akan merasakan perubahan yang sangat signifikan. Mulai dari cara berbicara, cara berpakaian, makanan, tingkah laku, kebiasaan, dan lain-lain. Perubahan-perubahan tersebut dapat menyebabkan mahasiswa rantau mengalami situasi-situasi yang sulit. Apalagi mahasiswa rantau tidak memiliki kemampuan resiliensi yang baik dan mahasiswa rantau tersebut mengalami kekagetan budaya. Segala bentuk perubahan yang dialami akan memberikan dampak yang sulit bagi mahasiswa rantau.

Situasi-situasi sulit tersebut yang dirasakan oleh mahasiswa rantau hendaknya lebih diperhatikan oleh Bidang Kemahasiswaan Universitas Negeri Jakarta, para dosen, dan khususnya bagi Dosen Bimbingan dan Konseling. Penelitian ini penting untuk bidang Bimbingan dan Konseling karena di dalamnya juga terdapat konseling multikultur di mana konselor memiliki kontribusi besar untuk dapat membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa rantau.

Resiliensi dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam beradaptasi dan bangkit kembali dari keterpurukan serta memperbaiki diri sehingga mampu menghadapi permasalahan yang dialami sehari-hari. Agar dapat bertahan dalam menghadapi situasi yang sulit tersebut, mahasiswa rantau harus memiliki resiliensi yang baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 212 mahasiswa rantau memiliki resiliensi rendah, 493 mahasiswa rantau memiliki resiliensi sedang, dan 295 mahasiswa rantau memiliki resiliensi tinggi. Selain itu, sebanyak 105 mahasiswa rantau mengalami gegar budaya sangat tinggi, 225 mahasiswa rantau mengalami gegar budaya tinggi, 357 mahasiswa rantau dengan kategori sedang, 237 mahasiswa rantau memiliki gegar budaya rendah, dan 76 mahasiswa rantau memiliki resiliensi sangat rendah. Dari data ini, diharapkan mahasiswa rantau yang memiliki resiliensi rendah dan mahasiswa rantau yang mengalami

gegar budaya, khususnya mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya dan memiliki resiliensi yang rendah akan mendapatkan perhatian khusus dari pihak Universitas.

Dalam hal ini, langkah-langkah yang dapat dilakukan oleh pihak kampus untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa rantau yang mengalami gegar budaya antara lain dengan membantu mahasiswa rantau meningkatkan kemahiran bahasa, memperluas jaringan sosial, memfasilitasi kegiatan akademik mahasiswa rantau, dan memberikan pemahaman mengenai kebudayaan baru melalui webinar, seminar, ataupun *workshop* mengenai resiliensi dan gegar budaya.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti mengemukakan saran yang dapat dijadikan pertimbangan:

### **1. Saran Bagi Mahasiswa Rantau**

Bagi mahasiswa rantau yang memiliki resiliensi rendah, dibutuhkan usaha untuk dapat meningkatkan resiliensi khususnya bagi mahasiswa rantau yang juga mengalami gegar budaya. Pada hal ini, mahasiswa rantau dapat berlatih sendiri mengenai cara-cara untuk menghadapi masalah dan mempertahankan diri. Jika memang diperlukan, mahasiswa rantau dapat meminta bantuan

kepada psikolog (*professional helper*) untuk meningkatkan kemampuan resiliensinya. Adapun peningkatan resiliensi mahasiswa rantau akan sangat berpengaruh pada cara mahasiswa rantau menghadapi masalah. Baik masalah gegar budaya, masalah dalam keseharian, ataupun masalah akademik.

## 2. Saran Bagi Dosen Bimbingan dan Konseling

Bagi dosen bimbingan dan konseling, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai *pilot project* dalam pengembangan program perkuliahan multikultur. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan serta tambahan informasi dalam melakukan layanan konseling berbasis multikultur.

## 3. Saran Bagi Bidang Kemahasiswaan Universitas Negeri Jakarta

Bagi bidang kemahasiswaan Universitas Negeri Jakarta, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk data pendukung dalam pembuatan program atau kegiatan yang dapat membantu mahasiswa rantau untuk mengatasi gegar budaya dan meningkatkan resiliensi mahasiswa rantau. Dalam hal ini, bidang kemahasiswaan dapat melakukan kolaborasi dengan berbagai pihak, khususnya pihak-pihak yang lebih profesional mengenai fenomena gegar budaya dan resiliensi.

#### 4. Saran Bagi Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian tindak lanjut kepada mahasiswa rantau yang memiliki resiliensi rendah karena faktor gegar budaya dengan menggunakan metode eksperimen.

