

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat Resiliensi Mahasiswa Perantau Tahun Pertama dan Tahun kedua ke atas

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat resiliensi antara mahasiswa perantau tahun pertama dan mahasiswa perantau tahun kedua ke atas. Mahasiswa perantau tahun kedua ke atas memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa perantau tahun pertama. Hal ini ditunjukkan melalui distribusi kuartil, di mana mayoritas mahasiswa tahun kedua ke atas berada pada kuartil keempat (most resilient) sebesar 53%, sementara mahasiswa tahun pertama lebih banyak berada di kuartil pertama (least resilient) sebesar 40%. Selain itu, hasil uji Independent Samples t-test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat resiliensi antara kedua kelompok ($t = -6,246$, $df = 114$, $p < 0,05$) dengan nilai Mean Difference sebesar $-11,874$. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau tahun pertama memiliki tingkat resiliensi yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa perantau tahun kedua ke atas. Temuan ini sejalan dengan teori Connor dan Davidson (2003) yang menyatakan bahwa pengalaman hidup dapat memperkuat resiliensi individu.

2. Perbedaan Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat resiliensi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan. Namun, distribusi kuartil menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki lebih banyak berada di kuartil keempat (49%) dibandingkan

mahasiswa perempuan (26%), sementara mahasiswa perempuan lebih tersebar dalam berbagai kategori resiliensi. mendukung temuan ini penelitian Safitri & Arswimba (2024), yang menemukan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam resiliensi berdasarkan jenis kelamin, namun laki-laki cenderung lebih dominan dalam kategori resiliensi tinggi, sedangkan perempuan lebih tersebar dalam berbagai kategori resiliensi.

3. Tingkat Resiliensi Berdasarkan Situasi

Berdasarkan asal geografis, mahasiswa perantau dari luar Pulau Jawa memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dari Pulau Jawa selain Jabodetabek. Mahasiswa dari luar Pulau Jawa lebih banyak berada di kuartil keempat (42%), sedangkan mahasiswa dari Pulau Jawa selain Jabodetabek memiliki proporsi yang lebih besar di kuartil pertama (37%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang menghadapi tantangan adaptasi budaya yang lebih besar cenderung mengembangkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahayu (2020), yang menemukan bahwa mahasiswa perantau yang berasal dari wilayah dengan perbedaan budaya yang lebih besar cenderung mengembangkan resiliensi lebih tinggi karena mereka lebih terdorong untuk beradaptasi dengan lingkungan baru.

Dari segi tempat tinggal, mahasiswa yang tinggal di kos memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang tinggal bersama saudara. Sebanyak 69% mahasiswa yang tinggal di kos berada di kuartil keempat (most resilient), sementara mahasiswa yang tinggal bersama saudara lebih banyak berada di kuartil kedua (46%). Hasil ini mengindikasikan bahwa kemandirian dan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari berkontribusi terhadap peningkatan resiliensi mahasiswa. Hasil ini mendukung penelitian Fauzia, Asmaran, & Komalasari (2020), yang menemukan bahwa mahasiswa yang tinggal sendiri lebih cepat mengembangkan kemandirian dan keterampilan

koping yang lebih kuat dibandingkan mereka yang tinggal dengan keluarga atau saudara.

B. Saran

1. Untuk Mahasiswa Perantau

Mahasiswa perantau disarankan untuk aktif mengembangkan kesadaran diri terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi mereka, seperti dukungan sosial, strategi koping, dan refleksi diri. Berdasarkan penelitian Wosnitza et al. (2018), refleksi diri berperan penting dalam meningkatkan ketahanan individu. Oleh karena itu, mahasiswa dapat menerapkan teknik refleksi diri secara terstruktur, misalnya dengan mencatat pengalaman adaptasi dan strategi yang mereka gunakan untuk mengatasi tantangan. Selain itu, mereka disarankan untuk bergabung dalam komunitas mahasiswa perantau dan memanfaatkan layanan konseling kampus guna memperoleh bimbingan yang lebih terarah dalam membangun ketahanan psikologis.

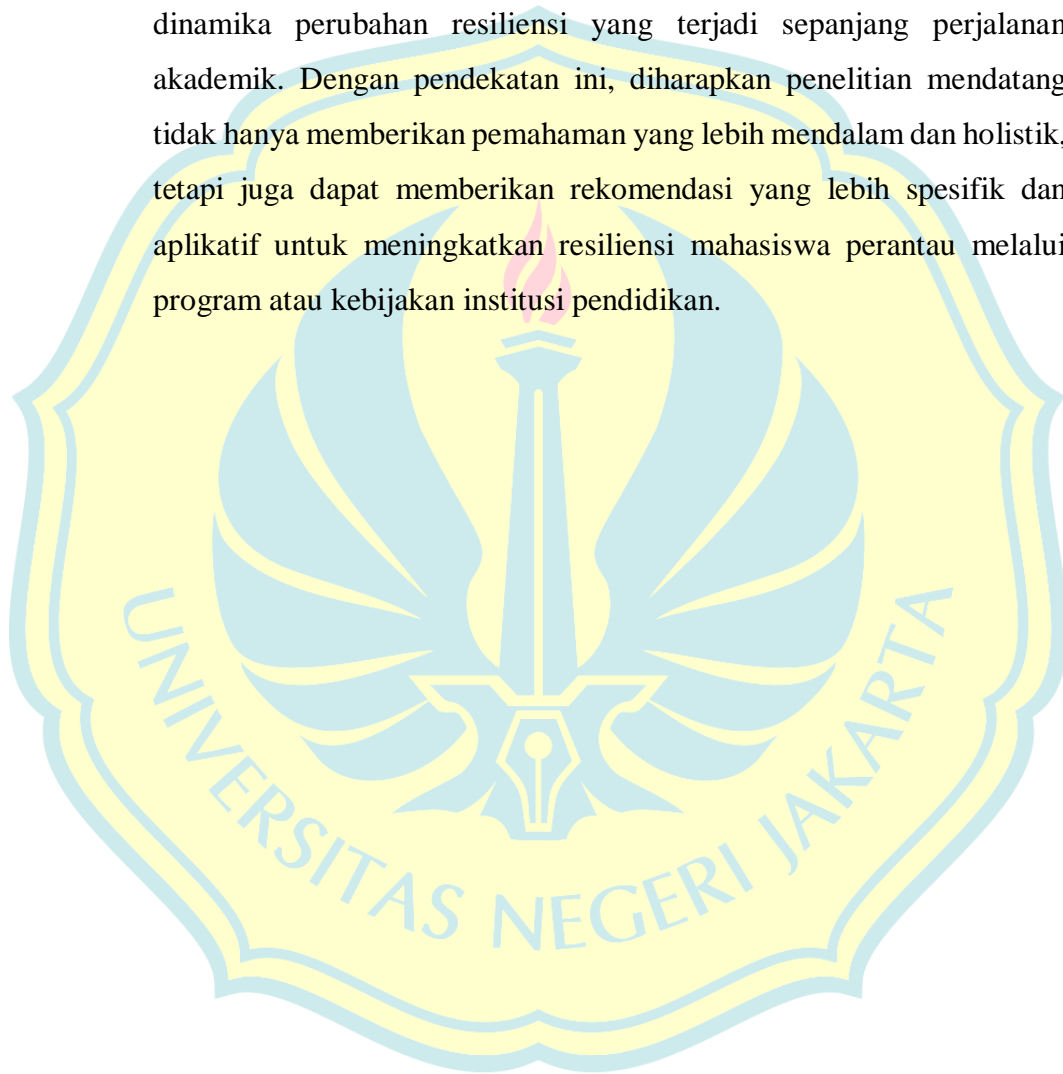
2. Untuk Universitas

Institusi pendidikan disarankan untuk mengembangkan program penguatan resiliensi berbasis refleksi diri, seperti yang diusulkan dalam penelitian Wosnitza et al. (2018), Program ini dapat berupa lokakarya refleksi resiliensi yang memungkinkan mahasiswa untuk mengidentifikasi faktor pelindung dan risiko dalam proses adaptasi mereka. Selain itu, universitas dapat mengadopsi pendekatan TRSR (*Teacher Resilience Self-Reflection*) dan menyesuaikannya untuk mahasiswa, dengan menyediakan platform refleksi digital yang memberikan umpan balik individual tentang aspek resiliensi yang dapat ditingkatkan. Program ini dapat dikombinasikan dengan pelatihan adaptasi budaya, mentoring oleh mahasiswa senior, serta layanan konseling khusus bagi mahasiswa perantau agar mereka dapat lebih siap menghadapi tantangan akademik dan sosial.

3. Untuk Penelitian Selanjutnya

Disarankan untuk menggunakan metode campuran (*mixed methods*), sehingga selain data kuantitatif, faktor-faktor subjektif seperti

pengalaman emosional, gegar budaya, dan pengaruh dukungan sosial dari keluarga, teman, serta komunitas kampus dapat dieksplorasi lebih dalam. Penelitian mendatang juga dapat memperluas fokus dengan menganalisis mahasiswa pada tahapan studi yang berbeda (tahun pertama, kedua ke atas, dan tingkat akhir) untuk menggali lebih dalam dinamika perubahan resiliensi yang terjadi sepanjang perjalanan akademik. Dengan pendekatan ini, diharapkan penelitian mendatang tidak hanya memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan holistik, tetapi juga dapat memberikan rekomendasi yang lebih spesifik dan aplikatif untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa perantau melalui program atau kebijakan institusi pendidikan.



Intelligentia - Dignitas