

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Resiliensi akademik mahasiswa international student change asal Gambia di Universitas Jambi terlihat melalui tujuh faktor utama: pengaturan emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian. Mahasiswa Gambia menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengelola emosi dengan berbagai strategi seperti berbicara dengan teman atau keluarga, melakukan aktivitas yang menyenangkan, dan bermeditasi.

Informan mampu mengendalikan dorongan negatif seperti keinginan untuk pulang atau berhenti kuliah berkat dukungan dari keluarga dan teman, serta memiliki tujuan yang jelas dan keyakinan bahwa setiap kesulitan bisa diatasi. Secara keseluruhan, faktor-faktor ini menunjukkan bahwa dukungan sosial, strategi pengaturan emosi, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pengalaman positif sangat mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa Gambia di Universitas Jambi. Faktor-faktor ini membantu informan bertahan dan berhasil dalam menghadapi tantangan akademik serta adaptasi budaya di Indonesia.

2. Selain tujuh faktor utama resiliensi akademik, ada beberapa faktor lain yang turut mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa international student change asal Gambia di Universitas Jambi. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan dosen memainkan peran penting dalam membantu informan

mengatasi tantangan akademik dan adaptasi budaya. Kemampuan beradaptasi dengan budaya lokal, termasuk belajar bahasa Indonesia dan memahami norma sosial, juga memudahkan integrasi dan mengurangi stres.

Teknologi komunikasi memungkinkan informan tetap terhubung dengan keluarga di negara asal, mengurangi rasa rindu dan memberikan dukungan emosional. Keterlibatan dalam aktivitas ekstrakurikuler di kampus membantu informan mengembangkan keterampilan sosial dan membangun jaringan. Pengalaman hidup dan pendidikan sebelumnya di Gambia memberikan dasar yang kuat untuk menghadapi tantangan baru, sementara motivasi pribadi untuk mencapai tujuan akademik dan impian pribadi memberikan dorongan kuat untuk bertahan dan berhasil. Dengan dukungan sosial, kemampuan adaptasi, teknologi komunikasi, keterlibatan dalam kegiatan kampus, pengalaman sebelumnya, dan motivasi pribadi, mahasiswa Gambia dapat memperkuat resiliensi akademik informan dan menghadapi tantangan di Indonesia dengan sukses.

B. Implikasi

Penelitian tentang resiliensi akademik mahasiswa asal Gambia yang berkuliah di Universitas Jambi mengungkapkan implikasi yang signifikan dalam konteks ilmu pengetahuan Bimbingan dan Konseling. Temuan ini menunjukkan perlunya pengembangan program-program intervensi yang dapat meningkatkan resiliensi mahasiswa internasional, termasuk strategi pengaturan emosi, pengembangan dukungan sosial, dan adaptasi budaya. Hal ini mendukung

pentingnya lingkungan pendidikan yang inklusif dan mendukung, yang dapat memfasilitasi proses adaptasi kultural mahasiswa internasional. Selain itu, penelitian ini menyoroti peran penting dukungan sosial dari teman sebaya dan komunitas dalam membangun resiliensi mahasiswa, serta pentingnya menggalakkan sikap mental positif dan tekad kuat dalam mencapai tujuan akademik. Implikasi ini memberikan arahan bagi pengembangan strategi Bimbingan dan Konseling yang dapat memperkuat kesejahteraan psikologis dan prestasi akademik mahasiswa internasional, sekaligus mendukung upaya untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang lebih inklusif dan berkeadilan bagi semua mahasiswa.

C. Saran

Saran-saran untuk pengembangan lebih lanjut dari penelitian ini dapat dirangkum sebagai berikut. Pertama, perlu adanya pengembangan program Bimbingan dan Konseling yang spesifik untuk mahasiswa internasional, terutama mereka yang berasal dari Gambia dan menghadiri Universitas Jambi. Program ini harus difokuskan pada pengembangan resiliensi akademik melalui pelatihan keterampilan pengaturan emosi, manajemen stres, dan teknik coping yang adaptif, sehingga dapat membantu mahasiswa mengatasi tantangan akademik dan adaptasi kultural dengan lebih efektif. Selain itu, diperlukan upaya untuk memperkuat sistem dukungan sosial di lingkungan kampus, termasuk pendekatan kolaboratif antara mahasiswa, staf pengajar, dan unit layanan mahasiswa dalam menyediakan dukungan yang berkelanjutan. Hal ini penting untuk menciptakan lingkungan yang

mendukung pertumbuhan pribadi dan akademik mahasiswa internasional, sehingga mereka dapat merasa lebih diterima dan termotivasi dalam mengejar prestasi akademik mereka di lingkungan pendidikan yang baru.