

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai perbandingan resiliensi akademik mahasiswa yang bekerja berdasarkan jenis kelamin di institute islam ma'arif jambi, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat resiliensi akademik mahasiswa yang bekerja di institute islam ma'arif jambi menunjukkan secara umum mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hal ini terlihat dari nilai rata-rata keseluruhan sebesar 70,87 yang berada dalam rentang skor 60-77. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang bekerja memiliki kemampuan yang baik dalam mengatasi tekanan akademik dan tanggung jawab pekerjaan secara bersamaan, serta mampu beradaptasi dengan tantangan yang mereka hadapi selama proses pendidikan.
2. Tingkat resiliensi akademik mahasiswa laki-laki yang bekerja berada dalam kategori tinggi, dengan nilai persentase sebesar 72,01%. Ketiga aspek resiliensi akademik yang diteliti, yaitu kegigihan, refleksi dan kemampuan mencari bantuan, serta pengaruh negatif dan respon emosional, seluruhnya berada dalam kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki memiliki kapasitas adaptif yang baik dalam menghadapi tantangan akademik dan mampu mengelola tekanan maupun emosi dengan efektif, meskipun mereka juga menjalani tanggung jawab sebagai pekerja.

3. Tingkat resiliensi akademik mahasiswa perempuan yang bekerja termasuk dalam kategori tinggi, dengan nilai persentase sebesar 74,76%. Ketiga aspek resiliensi, yaitu kegigihan, refleksi dan pencarian bantuan, serta pengaruh negatif dan respon emosional, semuanya berada dalam kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki kapasitas yang baik dalam mengelola tekanan akademik dan emosi, serta menunjukkan kecenderungan untuk lebih aktif dalam mencari dukungan sosial dan melakukan refleksi diri.
4. Perbandingan resiliensi akademik antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang bekerja menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik. Hasil uji independent sample t-test menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,053 < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin bukanlah faktor utama yang membedakan tingkat resiliensi akademik mahasiswa yang bekerja di Institut Islam Ma'arif Jambi. Baik mahasiswa laki-laki maupun perempuan memiliki tingkat resiliensi yang relatif setara dan mampu menunjukkan kemampuan adaptif dalam menghadapi tantangan akademik maupun pekerjaan..

B. Saran

Berdasarkan penelitian mengenai perbandingan resiliensi akademik mahasiswa yang bekerja berdasarkan jenis kelamin, adapun saran yang dapat peneliti berikan yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa yang Bekerja, mahasiswa diharapkan dapat terus mengembangkan keterampilan resiliensi, khususnya dalam mengelola waktu, stres akademik, dan tekanan pekerjaan. Refleksi diri dan keberanian untuk mencari dukungan juga perlu ditingkatkan, tanpa memandang jenis kelamin.

2. Bagi Pihak Kampus Institut Islam Ma'arif Jambi, disarankan agar kampus, khususnya bagian layanan bimbingan dan konseling, memberikan perhatian lebih kepada mahasiswa yang bekerja dengan menyediakan program pendampingan khusus, pelatihan manajemen waktu, dan layanan konseling akademik berbasis pendekatan solutif. Selain itu, perlu adanya pemetaan data mahasiswa yang bekerja setiap semester untuk mengetahui kebutuhan dan hambatan belajar mereka.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian mendatang dapat mempertimbangkan variabel lain seperti jenis pekerjaan, jam kerja, dukungan sosial, dan motivasi intrinsik, serta memperluas sampel ke institusi pendidikan lain agar mendapatkan hasil yang lebih general. Metode campuran (mixed methods) juga dapat digunakan agar memperoleh pemahaman yang lebih mendalam.

C. Implikasi Terhadap Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini memiliki implikasi langsung dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling, khususnya pada pelayanan yang ditujukan kepada mahasiswa yang bekerja. (Capuzzi & Gross, 2017) menyatakan bahwa salah satu peran penting konselor di perguruan tinggi adalah memfasilitasi mahasiswa dalam membangun resiliensi akademik, terutama melalui pendekatan penguatan karakter, keterampilan adaptif, dan pencegahan masalah psikologis sejak dini. Konselor kampus dapat merancang program pengembangan resiliensi akademik dengan pendekatan yang sesuai dengan kondisi mahasiswa. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC), yang membantu mahasiswa mengenali kekuatan mereka dan membangun solusi atas permasalahan akademik yang dihadapi

secara singkat, praktis, dan terarah. Selain itu, konselor dapat menyelenggarakan bimbingan kelompok dengan tema seperti manajemen stres, pengembangan strategi koping, serta penguatan support system. Kegiatan ini tidak hanya membantu mahasiswa dalam aspek akademik, tetapi juga dalam menjaga kesehatan mentalnya selama menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja.