

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh *self-concept* terhadap *academic buoyancy* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri angkatan 2024, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat *academic buoyancy* mahasiswa sebagian besar berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 62,7%. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa telah memiliki kemampuan yang cukup dalam menghadapi tekanan akademik sehari-hari, seperti tuntutan tugas, ujian, maupun kesulitan dalam memahami materi. Namun, kemampuan tersebut belum sepenuhnya optimal dan masih bersifat fluktuatif, sehingga dalam kondisi tertentu mahasiswa masih dapat mengalami kesulitan dalam mengelola tekanan akademik.
2. Tingkat *self-concept* mahasiswa juga didominasi pada kategori sedang, yaitu sebesar 63,4%. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa memiliki persepsi diri yang cukup baik, namun belum sepenuhnya stabil dan positif. Sebagian mahasiswa masih mengalami keraguan terhadap kemampuan dirinya serta belum memiliki keyakinan diri yang konsisten dalam berbagai situasi akademik.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-concept* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *academic buoyancy* pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri angkatan 2024. Hal ini ditunjukkan hasil perbandingan menunjukkan bahwa nilai t hitung (5,768) lebih besar daripada t tabel (1,978). Selain itu, nilai signifikansi yang diperoleh sebesar $p = 0,000$ lebih

kecil dari 0,05. Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 50,094 + 0,492X$, yang menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan *self-concept* akan meningkatkan *academic buoyancy* sebesar 0,492 satuan. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,201 mengindikasikan bahwa *self-concept* memberikan kontribusi sebesar 20,1% terhadap *academic buoyancy*, sedangkan 79,9% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, semakin positif *self-concept* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan dan tekanan akademik sehari-hari.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat lebih mengembangkan *self-concept* yang positif dengan cara meningkatkan kepercayaan diri, mengenali potensi yang dimiliki, serta membangun pola pikir yang lebih adaptif dalam menghadapi berbagai tantangan akademik. Selain itu, mahasiswa juga perlu meningkatkan kemampuan dalam mengelola tekanan akademik sehari-hari, seperti mengatur waktu, menjaga motivasi belajar, serta tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan, sehingga kemampuan *academic buoyancy* dapat berkembang secara lebih optimal.

2. Bagi Dosen dan Tenaga Pendidik

Dosen dan tenaga pendidik diharapkan dapat memberikan dukungan yang lebih optimal kepada mahasiswa, baik dalam bentuk motivasi, bimbingan, maupun pemberian umpan balik yang konstruktif. Selain itu, penting untuk menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif, suportif, dan tidak menekan,

sehingga mahasiswa dapat merasa lebih percaya diri serta mampu menghadapi tekanan akademik dengan lebih baik.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Pihak institusi pendidikan diharapkan dapat menyediakan berbagai program yang mendukung pengembangan diri mahasiswa, seperti pelatihan manajemen stres, peningkatan motivasi belajar, serta layanan bimbingan dan konseling yang lebih optimal. Selain itu, lingkungan kampus yang mendukung secara akademik maupun psikologis perlu terus dikembangkan agar mahasiswa dapat meningkatkan *self-concept* dan *academic buoyancy* secara lebih maksimal.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi *academic buoyancy*, seperti *self-efficacy*, motivasi belajar, regulasi diri, serta dukungan sosial. Mengingat penelitian ini mengalami kendala keterbatasan waktu operasional di lapangan sehingga metode total sampling tidak dapat terpenuhi secara utuh dan hanya terkumpul 134 dari 202 populasi, maka peneliti selanjutnya disarankan untuk memperpanjang durasi pengumpulan data serta menggunakan pendekatan langsung secara intensif (jemput bola) agar partisipasi responden dapat maksimal mencapai 100%. Selain itu, penggunaan metode penelitian yang lebih beragam serta perluasan subjek penelitian diharapkan dapat memberikan hasil yang lebih komprehensif dan mendalam.