

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran resilien mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri tingkat akhir yang mengerjakan skripsi sambil bekerja dalam penelitian ini yang berjumlah 6 subjek dapat dilihat dari kemampuan regulasi emosi, dan pengendalian impuls yang lebih menonjol dimana subjek mampu menghadapi permasalahan eksternal atau tekanan yang berasal dari dalam diri sendiri dengan tetap tenang dan fokus terhadap penyelesaian masalah. Subjek WD, AZ, dan HB mampu mengontrol diri mereka untuk tetap tenang dan fokus pada penyelesaian permasalahan, sedangkan subjek AF, SV, dan LD merasa sedih dan tertekan karena belum mampu menyelesaikan skripsinya. Selain itu kemampuan resiliensi 6 subjek WD, AF, SV, LD, AZ dan juga HB dapat dilihat dari sikap optimis, empati, dan kemampuan analisa penyebab serta memiliki efikasi diri dan mampu mencapai hal positif setelah selama ini mengerjakan skripsi sambil bekerja.
2. Resiliensi pada mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri tingkat akhir yang mengerjakan skripsi sambil bekerja sangat dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri dimana 6 subjek dalam penelitian ini memiliki citra diri dan kemampuan sosial, setiap

subjek juga yakin terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mampu mengatasi permasalahan yang dihadapi baik dalam proses penyusunan skripsi atau permasalahan di tempat kerja serta mampu membangun hubungan yang baik dengan orang lain. Rasa percaya diri dan kemampuan sosial yang dimiliki mempengaruhi aspek-aspek resiliensi yang ada terutama pada aspek optimis, efikasi diri, dan juga rasa empati pada orang lain. Namun selain faktor individu ada faktor keluarga dan juga masyarakat yang mempengaruhi kemampuan resiliensi subjek penelitian. Ketika subjek WD, AF, SV, AZ dan juga HB mengalami masalah atau sedang merasa *down* ada orang-orang disekitarnya yang memberikan motivasi. Sedangkan Subjek LD tidak mendapatkan dukungan dari orang tuanya sehingga hal ini mempengaruhi kemampuan regulasi emosi dan pengendalian impulsnya, LD merasa tertekan dan terbebani dengan keadaan dimana LD harus membiayai kuliahnya serta biaya hidupnya secara mandiri.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dituliskan di atas. Peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian lebih lanjut tentang resiliensi, selain itu diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat menentukan kriteria subjek yang memiliki keadaan permasalahan yang lebih kompleks, misalnya keadaan dimana seorang mahasiswa yang mengerjakan skripsi dan juga

bekerja yang sudah menikah dan memiliki anak, sehingga peneliti dapat melihat kemampuan resiliensi subjek secara lebih maksimal ketika subjek mengalami keadaan yang sangat tidak menyenangkan atau menekan.

2. Bagi Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri Tingkat Akhir Yang Mengerjakan Skripsi Sambil Bekerja

Mahasiswa yang mengerjakan skripsi sambil bekerja diharapkan mampu mengontrol hal yang dapat menyebabkan stres selama penyusunan skripsi dan juga bekerja dengan cara menyadari tanggung jawab atas pilihan yang mahasiswa tentukan. Mahasiswa juga diharapkan mampu menghadapi tekanan yang dialami dengan cara fokus terhadap proses permasalahan yang dihadapi.

3. Bagi Instansi atau Perguruan Tinggi dan Lingkungan Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bagi lembaga pendidikan mengenai pentingnya resiliensi bagi seorang mahasiswa, terutama bagi mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi sambil bekerja, sehingga dapat menyediakan wadah bagi mahasiswa yang ingin melakukan konsultasi mengenai permasalahan-permasalahan yang dialami.