

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, bagian ini menyajikan kesimpulan penelitian secara naratif yang disusun untuk menjawab secara langsung dan berurutan ketiga rumusan masalah yang telah diajukan pada Bab I, yaitu mengenai pengaruh resiliensi, pengaruh dukungan sosial, serta pengaruh simultan resiliensi dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Kota Madiun.

Menjawab rumusan masalah pertama, yaitu mengenai apakah resiliensi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Kota Madiun, hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi tidak berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Universitas PGRI Madiun. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji t parsial yang menunjukkan nilai t hitung sebesar -0,197, lebih kecil dari t tabel sebesar 1,970, serta nilai signifikansi sebesar 0,844, yang lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, sehingga hipotesis pertama (H_1) yang menyatakan bahwa resiliensi berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dinyatakan ditolak. Dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi yang dimiliki mahasiswa perantau belum mampu

memberikan pengaruh yang bermakna terhadap kesejahteraan psikologis mereka.

Selanjutnya, untuk menjawab rumusan masalah kedua, yaitu mengenai apakah dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Kota Madiun, hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial juga tidak berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Universitas PGRI Madiun. Hal ini ditunjukkan oleh hasil uji t parsial yang memperoleh nilai t hitung sebesar -0,381, lebih kecil dari t tabel sebesar 1,970, dengan nilai signifikansi sebesar 0,703, yang lebih besar dari 0,05, sehingga hipotesis kedua (H_2) yang menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dinyatakan ditolak. Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial yang diterima mahasiswa belum menjadi faktor yang secara langsung memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka.

Menjawab rumusan masalah ketiga, yaitu mengenai apakah resiliensi dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Kota Madiun, hasil penelitian menunjukkan bahwa secara bersama-sama kedua variabel tersebut juga tidak berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Universitas PGRI Madiun. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji F yang menunjukkan nilai F hitung sebesar 0,098, lebih kecil daripada F tabel sebesar 3,03, serta nilai signifikansi

sebesar 0,907, yang lebih besar dari 0,05, sehingga hipotesis ketiga (H_3) yang menyatakan bahwa resiliensi dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dinyatakan ditolak. Dapat disimpulkan bahwa baik secara parsial maupun simultan, resiliensi dan dukungan sosial belum terbukti menjadi faktor penentu bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau di Kota Madiun, sehingga diduga terdapat faktor-faktor lain di luar kedua variabel tersebut yang berperan lebih dominan dalam memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas serta selaras dengan manfaat penelitian, baik secara teoritis maupun praktis, yang telah dikemukakan pada Bab I, peneliti mengajukan beberapa saran yang ditujukan kepada berbagai pihak terkait sebagai berikut.

1. Bagi Mahasiswa Perantau

Mahasiswa perantau diharapkan untuk lebih aktif dalam mengembangkan kapasitas diri secara holistik, tidak hanya mengandalkan kemampuan bertahan (resiliensi) maupun dukungan dari lingkungan sosial, tetapi juga memperhatikan aspek-aspek lain yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, seperti kemampuan menerima diri sendiri, menetapkan tujuan hidup yang bermakna, mengembangkan potensi pribadi, serta membangun hubungan sosial yang berkualitas. Mahasiswa juga disarankan untuk secara proaktif

memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling yang tersedia di kampus apabila mengalami tekanan psikologis selama menjalani kehidupan perantauan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sejalan dengan manfaat teoritis penelitian ini, yaitu kontribusinya terhadap pengembangan ilmu psikologi pendidikan dan bimbingan konseling sebagaimana dikemukakan pada Bab I, peneliti selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan beberapa hal berikut guna menghasilkan penelitian yang lebih komprehensif dan bernilai ilmiah tinggi.

Pertama, perlu menambahkan variabel-variabel prediktor lain yang kemungkinan lebih dominan memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau, seperti regulasi emosi, *self-efficacy*, strategi koping, kepuasan akademik, motivasi belajar, dan karakteristik kepribadian.

Kedua, mengingat nilai Cronbach's Alpha pada penelitian ini tergolong sangat tinggi (di atas 0,95) untuk seluruh variabel, peneliti selanjutnya disarankan melakukan pengecekan ulang terhadap variasi jawaban responden pada data uji coba, untuk memastikan nilai reliabilitas tersebut benar-benar mencerminkan konsistensi pengukuran dan bukan akibat pola respons yang kurang bervariasi antar responden.

Ketiga, peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan penggunaan desain penelitian longitudinal untuk menangkap dinamika perubahan kesejahteraan psikologis mahasiswa perantau dari waktu ke waktu, atau menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*) untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman psikologis mahasiswa perantau.

Keempat, uji variabel mediasi atau moderasi, seperti regulasi emosi antara resiliensi dan kesejahteraan psikologis, serta *self-efficacy* antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis, perlu dieksplor dalam penelitian mendatang untuk memperoleh gambaran hubungan antar variabel yang lebih utuh.