

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data terkait pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi akademik mahasiswa tahun pertama jurusan bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Medan T.A 2025/2026 yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

Dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi akademik mahasiswa tahun pertama jurusan bimbingan dan konseling FIP Universitas Negeri Medan T.A 2025/2026 memiliki pengaruh sebesar 32,8%. Hasil analisis deskriptif variabel dukungan sosial teman sebaya, berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden dalam kategori sedang dengan persentase laki-laki sebesar 72,7% dan perempuan sebesar 78,7%. Begitu juga dengan variabel resiliensi akademik, berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden dalam kategori sedang dengan persentase laki-laki sebesar 63,6% dan perempuan sebesar 68,1%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap resiliensi akademik dan berkorelasi positif. Dengan asumsi bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang didapatkan mahasiswa, maka resiliensi akademik juga akan semakin tinggi, dan begitu pun sebaliknya.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dalam membangun hubungan sosial yang positif dengan teman sebaya di lingkungan

perkuliahan. Dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik yang seringkali menimbulkan tekanan dan kesulitan selama proses perkuliahan. Melalui hubungan pertemanan yang baik, mahasiswa dapat saling memberikan bantuan, baik berupa dukungan emosional, motivasi, maupun bantuan dalam memahami materi perkuliahan.

Mahasiswa juga diharapkan dapat lebih terbuka dalam berbagi pengalaman dan kesulitan akademik yang mereka hadapi kepada teman sebaya. Sikap saling mendukung, bekerja sama dalam kegiatan belajar, serta saling memberikan dorongan positif dapat membantu mahasiswa mengembangkan resiliensi akademik yang lebih baik. Dengan adanya dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya, mahasiswa diharapkan mampu menghadapi tantangan akademik dengan lebih percaya diri, tidak mudah menyerah ketika mengalami kesulitan, serta mampu bangkit kembali ketika mengalami kegagalan dalam proses belajar.

Selain itu, mahasiswa juga perlu mengembangkan sikap saling menghargai, empati, dan kepedulian terhadap teman sebaya sehingga tercipta lingkungan belajar yang positif dan suportif. Lingkungan sosial yang demikian dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan bertahan dan beradaptasi terhadap berbagai tekanan akademik yang mereka alami selama menjalani proses pendidikan di perguruan tinggi.

5.2.2 Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling

Program Studi Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat berperan aktif dalam menciptakan lingkungan akademik yang mendukung

perkembangan resiliensi akademik mahasiswa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memfasilitasi kegiatan yang dapat meningkatkan interaksi dan dukungan sosial antar mahasiswa, seperti kegiatan mentoring mahasiswa baru, pembentukan kelompok belajar, maupun kegiatan pengembangan soft skills yang melibatkan kerja sama dan komunikasi antar mahasiswa.

Selain itu, program studi juga dapat mengembangkan layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada penguatan resiliensi akademik mahasiswa. Layanan tersebut dapat berupa bimbingan kelompok, pelatihan manajemen stres, pelatihan keterampilan coping, serta kegiatan yang membantu mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik secara lebih efektif. Dengan adanya berbagai program tersebut, diharapkan mahasiswa dapat memperoleh dukungan yang memadai dalam menghadapi berbagai tantangan akademik yang mereka alami selama masa perkuliahan.

Program studi juga diharapkan dapat memberikan perhatian khusus kepada mahasiswa yang mengalami kesulitan akademik dengan menyediakan layanan pendampingan atau konseling yang tepat. Melalui dukungan yang diberikan oleh program studi, mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam mengatasi berbagai hambatan akademik serta mengembangkan sikap pantang menyerah dalam mencapai keberhasilan belajar.

5.3.3 Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih lanjut mengenai berbagai faktor lain yang berpotensi memengaruhi resiliensi

akademik mahasiswa. Hal ini dikarenakan dalam penelitian ini dukungan sosial teman sebaya hanya memberikan kontribusi sebagian terhadap resiliensi akademik mahasiswa, sehingga masih terdapat faktor lain yang turut berperan dalam membentuk kemampuan resiliensi akademik.

Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk meneliti variabel lain seperti self-efficacy, motivasi belajar, dukungan keluarga, regulasi emosi, maupun kesejahteraan psikologis yang kemungkinan memiliki hubungan dengan resiliensi akademik mahasiswa. Dengan menambahkan variabel-variabel tersebut, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi akademik.

Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan pendekatan metode penelitian yang berbeda, seperti pendekatan kualitatif atau metode campuran (mixed methods), sehingga dapat menggali informasi yang lebih mendalam mengenai pengalaman mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik. Penelitian dengan cakupan responden yang lebih luas atau pada program studi yang berbeda juga dapat dilakukan untuk memperoleh hasil penelitian yang lebih beragam dan dapat digeneralisasikan secara lebih luas.