

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang telah diuraikan di atas, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat *hardiness* pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam berada pada kategori tinggi dengan tingkat ketercapaian sebesar 79,76%. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa pekerja paruh waktu dengan *hardiness* tinggi memiliki kemampuan dalam mengelola stres secara efektif, beradaptasi dengan berbagai tekanan baik dari lingkungan akademik maupun dunia kerja, serta mampu mempertahankan sikap positif dalam menghadapi tantangan. Mahasiswa dengan *hardiness* tinggi cenderung melihat tekanan sebagai peluang untuk tumbuh dan berkembang menjadi lebih baik, bukan sebagai hambatan. Selain itu, mereka menunjukkan tingkat komitmen yang tinggi terhadap tanggung jawab yang diembannya, memiliki kontrol atas situasi yang dihadapi, dan mampu mengambil keputusan secara tepat berada dalam tekanan. Hal ini dapat membantu mereka untuk tetap aktif dan mampu membagi waktu dengan baik antara kuliah dan pekerjaan. Selain itu, mahasiswa dengan *hardiness* tinggi memiliki motivasi yang kuat dan memiliki keyakinan diri yang tinggi dalam mengatasi berbagai masalah.
2. Tingkat resiliensi pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam berada dalam kategori sedang dengan tingkat ketercapaian sebesar 59,90%. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa pekerja paruh waktu dengan tingkat resiliensi sedang umumnya menunjukkan kemampuan dalam mengenali dan mengelola emosi negatif, namun masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi tersebut, terutama saat menghadapi tekanan besar dari pekerjaan, kuliah ataupun pertemanan. Mahasiswa

dengan resiliensi sedang akan berusaha untuk tetap semangat, tetapi terkadang merasa putus asa saat menghadapi banyaknya rintangan. Meskipun mampu mengidentifikasi sumber stres dan memiliki keinginan untuk bangkit kembali, mahasiswa dengan tingkat resiliensi sedang masih membutuhkan waktu untuk pulih dari permasalahan dan memerlukan dukungan eksternal seperti dari teman ataupun keluarga untuk mempertahankan motivasi dalam dirinya.

3. Hasil penelitian yang diperoleh melalui uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa nilai probabilitas 0,001 lebih besar dari nilai signifikansi 0,05 ($0,05 > 0,001$). Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang signifikansi antara *hardiness* terhadap resiliensi mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon. Besarnya pengaruh *hardiness* terhadap resiliensi, dapat dilihat dari nilai determinasi (*R Square*) sebesar 0,511, ini berarti bahwa *hardiness* dapat mempengaruhi resiliensi sebesar 51,1% terhadap peningkatan atau penurunan resiliensi mahasiswa yang bekerja. Sementara itu, sisanya sebesar 48,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan di atas, peneliti memiliki beberapa saran maka memberikan saran guna membangun

1. Bagi Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu

Diharapkan mahasiswa yang bekerja memiliki perencanaan waktu yang terstruktur. Gunakan jadwal harian atau mingguan untuk membagi waktu antara kuliah, pekerjaan, dan waktu istirahat agar tidak kewalahan dan tetap produktif.

2. Bagi Fakultas

Penting bagi Fakultas untuk menyediakan layanan bimbingan konseling secara aktif guna membantu mahasiswa dalam menghadapi

tekanan akademik dan pekerjaan. Selain itu, pelatihan pengembangan diri seperti manajemen stres, manajemen waktu, dan pelatihan peningkatan *hardiness* sangat disarankan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada ruang lingkup variabel dan jumlah responden yang terbatas pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam yang bekerja paruh waktu. Oleh karena itu, untuk penelitian selanjutnya diharapkan agar penelitian mendatang dapat mempertimbangkan atau menambahkan variabel lain yang berpengaruh terhadap resiliensi, seperti dukungan sosial, efikasi diri, stres akademik, atau kesejahteraan psikologis guna memberikan gambaran yang lebih menyeluruh.

