

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Pengalaman kesepian mahasiswa perantau

Hasil penelitian mengenai pengalaman kesepian mahasiswa perantau menghasilkan empat tema, yaitu pengalaman awal merantau, pengalaman kesepian, faktor yang memperkuat perasaan kesepian dan strategi mengatasi perasaan kesepian.

2. Proses adaptasi mahasiswa perantau

Hasil penelitian mengenai proses adaptasi mahasiswa perantau menghasilkan dua tema, yaitu proses adaptasi di lingkungan baru serta perubahan setelah proses adaptasi.

5.2 Saran

5.2.1. Bagi Mahasiswa Perantau

Mahasiswa perantau diharapkan lebih aktif membangun hubungan sosial dengan teman maupun lingkungan sekitar dengan mengikuti kegiatan kampus, menjaga komunikasi dengan keluarga minimal seminggu 2 kali, serta memanfaatkan berbagai kegiatan positif di luar kampus sebagai upaya mengurangi perasaan kesepian dan mempercepat proses adaptasi.

5.2.2. Bagi Dosen

Khususnya dosen pembimbing akademik, diharapkan dapat berperan aktif dalam mendampingi mahasiswa perantau sejak awal masa perkuliahan melalui komunikasi yang terbuka, pemantauan terhadap proses adaptasi, serta identifikasi dini terhadap mahasiswa yang mengalami kesulitan beradaptasi atau menunjukkan tanda-tanda kesepian. Selain itu, dosen diharapkan dapat memberikan motivasi, dukungan psikososial, serta mengarahkan mahasiswa untuk memanfaatkan layanan konseling maupun sumber dukungan yang tersedia di lingkungan kampus apabila diperlukan.

5.2.3. Bagi Institusi Perguruan Tinggi

Universitas diharapkan dapat menyediakan program atau kegiatan yang mendukung proses adaptasi mahasiswa perantau, seperti kegiatan pendampingan, penguatan hubungan antar mahasiswa, maupun kegiatan yang mendorong interaksi sosial sehingga mahasiswa perantau lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus.

5.2.4. Bagi Profesi Keperawatan

Perawat, khususnya perawat jiwa dan perawat komunitas, diharapkan dapat menerapkan hasil penelitian ini dengan melakukan pengkajian terhadap respons psikososial mahasiswa perantau sejak awal masa perantauan, mengidentifikasi faktor yang memengaruhi proses adaptasi, memberikan edukasi mengenai strategi koping yang adaptif,

serta mendorong pemanfaatan dukungan sosial sehingga mahasiswa mampu mencapai respons adaptif sesuai Roy Adaptation Model.

5.2.5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempersiapkan jadwal wawancara dengan lebih baik dan melakukan komunikasi dengan partisipan sejak awal agar proses penjadwalan lebih mudah serta mengurangi kemungkinan perubahan jadwal secara mendadak. Selain itu, peneliti juga disarankan memilih tempat wawancara yang nyaman dan kondusif agar proses wawancara dapat berjalan dengan lancar.

Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menyediakan waktu wawancara yang lebih panjang atau melakukan wawancara lanjutan apabila diperlukan. Hal ini bertujuan agar pengalaman partisipan dapat digali lebih mendalam sehingga data yang diperoleh menjadi lebih lengkap dan sesuai dengan tujuan penelitian. Selain itu, kemampuan melakukan *probing* dan klarifikasi selama wawancara juga perlu terus ditingkatkan agar informasi yang diperoleh lebih mendalam dan mampu memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai pengalaman mahasiswa perantau.