

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini menjelaskan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai *academic buoyancy* mahasiswa pendidikan bahasa Arab. Jawaban dari pertanyaan penelitian secara keseluruhan akan dibahas dalam bab ini serta rekomendasi yang diberikan berdasarkan hasil penelitian.

5.1 Simpulan

Penelitian ini mengungkapkan kelima profil mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab yang memiliki perbedaan latar belakang pendidikan terakhir, alasan pemilihan program studi, serta pengalaman sebagai mahasiswa. Tantangan akademik yang paling banyak dialami oleh para partisipan yaitu adanya pengelolaan waktu dan perubahan cara belajar selama perkuliahan. Adapun kesulitan akademik sehari-hari yang paling banyak dihadapi oleh kelima mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab yaitu penguasaan materi dan aktivitas belajar.

Adapun dinamika *academic buoyancy* para mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab ini ditinjau dari dimensi *confidence*, *coordination*, *commitment*, *composure*, dan *control*. Dinamika *academic buoyancy* mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab yang ditinjau dari dimensi *confidence* ini menunjukkan adanya pengalaman ketidakpercayaan pada partisipan dalam menghadapi tantangan dan kesulitan akademik sehari-hari yang mengancam kepercayaan diri mereka. Hal ini disebabkan oleh adanya perbandingan sosial (*social comparison*) terhadap kemampuan berbahasa Arab yang dilatarbelakangi oleh latar belakang pendidikan terakhir, dan adanya *self-confidence* yang rendah. Akan tetapi, para partisipan menggunakan kapasitas mereka untuk menghadapi tantangan dan kesulitan akademik sehari-hari agar meningkatkan kepercayaan dirinya, yaitu: menumbuhkan sikap optimis dan growth mindset, serta adanya dukungan teman.

Pada dimensi *coordination* menunjukkan bahwa cara pengelolaan waktu dalam mengerjakan tugas dan belajar pada para partisipan berdasarkan prioritas tugas dari tingkat kesulitan dan tenggat waktu (*deadline*) serta adanya pemanfaatan waktu.

Sedangkan dari dimensi *coordination* menunjukkan bahwa adanya pengelolaan waktu (*time management*) dalam perencanaan tugas pada para partisipan. Cara mereka mengatur waktu tersebut yaitu: menentukan prioritas tugas dan belajar akademik yang dilihat dari *deadline* dan tingkat kesulitan tugas.

Adapun dimensi *commitment* terkait seberapa keras usaha mereka dalam memahami materi atau tugas yang sulit. Adanya bantuan teman menjadi cara yang paling dilakukan dalam berusaha memahami materi atau tugas yang sulit. Selain cara tersebut juga partisipan mencari tempat kursus di lembaga non-formal baik dari lembaga luar program studi maupun dalam program studi yang dikenal dengan 'Lisanul Arab' (Lisan). Selain lembaga, penggunaan sumber belajar sekunder seperti Google atau Youtube menjadi cara partisipan untuk memahami materi yang sulit.

Dari segi *composure* terkait penyebab kecemasan mereka dalam akademik yang disebabkan oleh kurangnya kemampuan berbahasa Arab, tugas karya ilmiah yang sulit, kehilangan bantuan teman dan lembaga, serta adanya *learning-related expectation*. Terlepas dari rasa cemas yang dialami, tiga partisipan mengatasi rasa cemas tersebut dengan cara menanamkan motivasi untuk menguasai materi, berpandangan religius (*religious orientation*), serta menetapkan tujuan.

Sedangkan dari dimensi *control* yang di mana para partisipan mengalami kesulitan dalam mengendalikan distraksi. Hal ini disebabkan dari luar kendali mereka seperti: kondisi fisik dan psikis, organisasi mahasiswa, masalah angkatan, hingga adanya pengaruh negatif dari sosial media. Meskipun demikian, cara mereka untuk mengendalikan diri agar meningkatkan pengerjaan tugas atau belajar yang maksimal yaitu dengan cara mencari informasi, membuat *list*, memiliki keyakinan kendali (*locus of control*) dan orientasi bertindak (*action-orientation*).

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan adanya temuan dari hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab IV, rekomendasi yang bisa peneliti berikan untuk beberapa pihak yang terkait diantaranya:

5.2.1 Program Studi Pendidikan Bahasa Arab

Penelitian ini direkomendasikan untuk program Studi Pendidikan Bahasa Arab untuk mengaktifkan kembali lembaga kursus dalam program studi yang membantu dalam penyelesaian tugas dan meningkatkan pemahaman materi pada mahasiswa yang membutuhkan peningkatan kemampuan berbahasa Arab. Hal ini dapat ditinjau dari pernyataan dua partisipan mengenai peran 'Lisan Arab' untuk kehidupan akademik mereka, namun tidak berjalan efektif sebagaimana sebelumnya. Diharapkan dengan adanya pengaktifan kembali lembaga Lisan disesuaikan dengan kemampuan para mahasiswa yang membutuhkan, agar dapat membantu prestasi akademik mahasiswa khususnya mereka yang belum pernah belajar bahasa Arab.

Selain itu, hasil dari penelitian ini mendapati bahwa kesulitan akademik sehari-hari yang paling dialami adalah perubahan cara belajar dan penguasaan materi yang mana berkaitan dengan proses pembelajaran bahasa Arab di kelas. Dengan demikian, berasal dari hasil penelitian ini direkomendasikan untuk memberikan strategi pembelajaran yang sesuai. Dilihat dari ketiga partisipan yang berlatar belakang pendidikan terakhir dari non-pesantren adanya kesulitan dalam memahami materi kebahasaaraban. Sebagaimana Martin (2014) turut merekomendasikan secara umum untuk meningkatkan *academic buoyancy* yaitu salah satunya dengan cara menyeimbangkan tugas yang serius namun menyenangkan dan membuat tugas tersebut menarik untuk dikerjakan. Misalnya, dengan cara mengolaborasikan metode *grammar translation method* (GTM) dengan pembelajaran dari sumber belajar video *YouTube* untuk menerjemahkan teks atau video yang berkaitan dengan tujuan pembelajaran mata kuliah guna meningkatkan pemahaman materi yang mendalam tentang struktur bahasa.

5.2.2 Mahasiswa

Berdasarkan penelitian ini, ditemukan adanya hal-hal yang membuat mahasiswa tidak fokus atau distraksi selama kegiatan belajar dan pengerjaan tugas salah satunya penggunaan sosial media yang berlebihan. Agar mahasiswa lebih mampu mengendalikan distraksi tersebut, maka mahasiswa direkomendasikan untuk menerapkan teknik *self-management* yang merupakan bagian dari teknik modifikasi perilaku dalam membuat strategi pengelolaan diri yang dapat disampaikan melalui pengaturan yang disediakan dengan berbagai cara seperti: dalam kelompok, individu, digital, ataupun biblioterapi (Armour, et al., 2019; Lean, 2019). Teknik ini digunakan untuk menghindari distraksi dari sosial media dalam kegiatan belajar dan pengerjaan tugas yang terdiri dari beberapa tahap dimulai dari *self monitoring*, *self reward*, hingga *stimulus control*.

Selain itu, penggunaan teknik *pomodoro* juga direkomendasikan untuk mahasiswa untuk meningkatkan tingkat fokus saat kegiatan belajar dan pengerjaan tugas. Dengan adanya teknik *pomodoro* untuk metode pengelolaan waktu, mahasiswa mampu mengatur *timer* untuk mengerjakan tugas atau belajar dengan penuh konsentrasi kemudian apabila *timer* selesai dilanjutkan dengan istirahat sejenak dan diulangi kembali dari awal. Teknik ini mampu melatih fokus saat bekerja, belajar untuk mengatur prioritas melatih berpikir cepat, dan belajar lebih teratur (Arviani, et al., 2021).

Lebih lanjut, dalam penelitian ini ditemukan adanya bantuan teman berupa dukungan (*peer factor*) yang menjadi cara para mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab dalam memahami tugas atau materi yang sulit dan belum dipahami yang dapat direkomendasikan untuk membuat kelompok belajar di luar perkuliahan. Dengan adanya kelompok belajar ini dapat memberikan *support* kepada mahasiswa satu sama lain baik dalam bantuan tugas dan materi maupun memotivasi mahasiswa satu sama lain.

5.2.3 Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi sebuah referensi untuk penelitian selanjutnya dengan topik yang sama namun kepada kelompok penelitian yang berbeda. Berdasarkan temuan penelitian ini, diharapkan adanya penelitian yang mengkaji mengenai *academic buoyancy* mahasiswa terhadap *sense of purpose* dengan

penelitian fenomenologi untuk mengangkat esensi dari penelitian tersebut. Kemudian, diharapkan adanya penelitian yang mengkaji peran *peer help* terhadap *academic buoyancy* mahasiswa dengan penelitian fenomenologi, sehubungan dengan kurangnya penelitian mengenai *academic buoyancy* yang dikaji secara kualitatif.