

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan gambaran *culture shock* rendah 38 (90%) dan proses adaptasi tinggi 38 (90%) pada mahasiswa/I perawat dan fisioterapi tahun pertama di asrama putera/I STIKES Suaka Insan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pengurus asrama

Pengurus asrama diharapkan dapat memahami dan memaklumi keadaan *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa/I baru, yang akan tinggal di asrama. Setiap individu, memiliki proses adaptasinya masing-masing, ada yang cepat, ada yang lambat dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan asrama, dan dalam membiasakan diri dengan nilai-nilai hidup di asrama. Oleh sebab itu, peneliti menyarankan kepada pengurus asrama untuk menyiapkan kegiatan atau aktivitas yang dapat meningkatkan upaya bersosialisasi seperti *sharing* asal daerah, hobi, kebiasaan, hal yang disukai dan tidak disukai pada saat orientasi asrama agar bisa saling mengenal, dan pengurus dapat

memahami cara berkomunikasi dengan mahasiswa baru dari satu individu dengan yang lainnya.

Jika ada pelanggaran atau masalah asrama yang dilakukan oleh anggota asrama, hukuman berupa denda bisa saja dilakukan. Akan tetapi, saran peneliti adalah sanksi pelanggaran yang positif dan bisa berdampak secara personal untuk membangun karakter diri seseorang adalah dengan hukuman menulis refleksi. Melalui tulisan refleksi diri, anak-anak asrama akan melihat kedalam diri mereka, merenungkan perbuatan mereka yang salah, dan dapat mengambil hikmah serta nilai-nilai pembelajaran dari kesalahan yang mereka lakukan, hal ini tentu akan jauh lebih baik dan mudah diterima oleh semua orang.

Terkait cita rasa makanan yang masih dinyatakan kurang sesuai dengan selera lidah mereka, sebaiknya untuk mahasiswa baru selanjutnya setiap pengurus asrama bisa mendata mahasiswa/I baru terkait makanan yang disukai atau tidak disukai, dan makanan yang sengaja dihindari karena alasan alergi serta melaporkan hal ini kepada penanggungjawab asrama. Hal ini diharapkan supaya bisa menjadi pertimbangan dan masukkan bagi para ibu dapur yang memasak atau pada saat pemilihan bahan makanan yang akan di masak, selain itu juga untuk mengupayakan pengeluaran anggaran yang maksimal dan tepat guna.

2. Bagi Suster-suster SPC

Suster-suster SPC sebagai pemilik, yang menaungi asrama diharapkan dapat mempertahankan program-program yang sudah ada, terutama program rekoleksi setiap satu bulan sekali. Peneliti juga menyarankan agar pada saat rekoleksi, suster dapat membawakan materi terkait gambaran diri yang positif karena hal ini masih rendah ditemukan pada anak-anak asrama. Untuk kegiatan lainnya, suster-suster juga dapat menginisiasi hubungan sosial dan fungsi sosialisasi, karena sosialisasi yang baik antar semua anak-anak asrama membantu mereka beradaptasi dengan baik. Kecenderungan mereka untuk ingin memiliki teman yang baru bisa diimplementasikan dalam bentuk kegiatan yang membangun keakraban dan kebersamaan.

3. Bagi Institusi pendidikan

Salah satu tujuan mahasiswa/I baru tinggal di asrama dalam kurun waktu tertentu adalah agar mereka dapat dengan mudah beradaptasi dengan kehidupan asrama, dengan harapan agar mereka juga dapat mencapai prestasi belajar yang baik. Peneliti meyakini bahwa ketika anak asrama mampu mengatasi *culture shock* dan bisa beradaptasi dengan baik terhadap kehidupan lingkungan asrama, maka hal yang sama pasti akan bisa dicapai dalam upaya untuk beradaptasi dengan kehidupan akademik di kampus.

Penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu sumber rujukan bagi institusi, dalam melakukan penelitian-penelitian selanjutnya dan

digunakan sebagai salah satu referensi di perpustakaan STIKES Suaka Insan. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bekal bagi seorang perawat professional yang sedang dalam masa pendidikan di institusi pendidikan keperawatan STIKES Suaka Insan untuk melakukan promosi atau penyuluhan terkait dengan pengenalan asrama dan bagaimana adaptasi di asrama.

4. Bagi peneliti lain

Peneliti lainnya dapat mengembangkan penelitian ini ke penelitian yang lebih lebih lanjut, khususnya yang berkaitan dengan:

- a. Hubungan *culture shock* dan proses adaptasi pada mahasiswa/I asrama putera/I STIKES Suaka Insan.
- b. Faktor-faktor yang mempengaruhi *culture shock* dan proses adaptasi mahasiswa/I asrama puter/I STIKES Suaka Insan.
- c. Hubungan antara data demografi dengan *culture shock* dan proses adaptasi pada mahasiswa/I asrama putera/I STIKES Suakan Insan.