

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian mengenai pengaruh *adversity quotient* terhadap *mental agility* pada mahasiswa akhir di Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Komunikasi dan Penyiaran Islam, dan Pengembangan Masyarakat Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang telah peneliti lakukan kepada 87 mahasiswa akhir Fakultas Dakwah dengan memberikan kuesioner *adversity quotient* dan *mental agility*. Maka didapatkan hasil bahwa *adversity quotient* berpengaruh terhadap *mental agility* mahasiswa akhir di Fakultas Dakwah. Hal ini dilihat dari perolehan skor rata-rata atau *mean* pada *adversity quotient* sebesar 72,5 dan *mental agility* sebesar 62,5. Berdasarkan uji normalitas data yang dilakukan menggunakan SPSS versi 26 maka diperoleh hasil output nilai *Kolmogorov-Smirnov* dengan signifikansi adalah 0,200 nilai ini berada pada rentang  $> 0,05$ , maka data tersebut berdistribusi normal. Adapun hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana dengan hasil sebesar  $0,000 < 0,05$ . Sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan kata lain, terdapat pengaruh *adversity quotient* terhadap *mental agility* pada mahasiswa akhir di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan maka peneliti memberikan beberapa saran yaitu:

### 1. Bagi Perguruan Tinggi

Kampus atau Universitas sebagai sarana dan prasarana mahasiswa, harus lebih aware terhadap kesehatan mental bagi mahasiswa-mahasiswanya dengan kata lain *adversity quotient* ini bisa digunakan oleh Perguruan Tinggi untuk meningkatkan *mental agility*.

### 2. Bagi mahasiswa akhir

Mahasiswa harus memiliki *mental agility* yang bisa diperkuat dengan *adversity quotient* yang artinya mahasiswa harus memiliki daya juang yang tinggi untuk melewati masa-masa yang sulit, sehingga mempunyai kemampuan untuk mengatasi permasalahan menjadi suatu tantangan yang harus diselesaikan.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya, semoga penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya. Dan peneliti berharap isi dari penelitian ini dapat dipadukan dengan variabel lain yang sesuai dengan fenomena yang terjadi.