

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial dengan dimensi dari *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang ada di Indonesia. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa tingkat akhir, maka tingkat *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy* pada dimensi *burnout* akademik yang dimiliki semakin rendah. Sebaliknya, apabila semakin rendah tingkat dukungan sosial yang diterima, maka tingkat *burnout* akademik pada setiap dimensi yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir akan semakin tinggi.

B. Saran

1. Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu untuk membantu mahasiswa yang berada pada tingkat akhir dan sedang mengerjakan tugas akhir, sebab selama proses mengerjakan tugas akhir seperti proses bimbingan, revisi, seminar, proses pengambilan data dan proses pengolahan data, adalah hal yang dapat membuat mahasiswa tingkat akhir akan merasakan stres yang berkepanjangan dan dapat mengarah kepada kondisi *burnout* akademik.

Dukungan sosial penting dan sangat dibutuhkan oleh mahasiswa tingkat akhir, agar dapat mengurangi tingkat *burnout* akademik dan bahkan dapat mencegah terjadinya *burnout* akademik. Mahasiswa yang

memiliki dukungan sosial yang tinggi, akan merasa bahwa dirinya dipedulikan, dan dihargai oleh orang lain. Hal tersebut membuktikan bahwa seseorang yang tidak memiliki dukungan sosial yang baik, akan mengakibatkan *burnout* akademik yang tinggi.

2. Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam lagi terkait dengan tema yang sama dengan yang diteliti pada penelitian ini. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan, sehingga peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan agar menciptakan penelitian yang lebih baik lagi dengan tema yang sama.

Peneliti juga berharap agar peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan tema yang serupa, akan tetapi karakteristik subjek serta metode yang digunakan berbeda. Peneliti selanjutnya bisa menggunakan dukungan sosial secara spesifik lagi, dan memilih salah satu dimensi dalam *burnout* akademik apabila ingin melakukan penelitian dengan tema yang serupa.