

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang telah diteliti oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti diterima yaitu:

1. Terdapat pengaruh efikasi diri pada dimensi tingkat, keluasan dan kekuatan terhadap *burnout* akademik pada dimensi *exhasution* pada mahasiswa tingkat akhir. Artinya, Semakin tinggi efikasi diri pada dimensi tingkat, keluasan dan kekuatan yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, maka akan semakin rendah terjadinya *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion* pada mahasiswa tingkat akhir dan sebaliknya.
2. Terdapat pengaruh efikasi diri pada dimensi tingkat, keluasan dan kekuatan terhadap *burnout* akademik pada dimensi *cynicism* pada mahasiswa tingkat akhir. Artinya, Semakin tinggi efikasi diri pada dimensi tingkat, keluasan dan kekuatan yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, maka akan semakin rendah terjadinya *burnout* akademik pada dimensi *cynicism* pada mahasiswa tingkat akhir dan sebaliknya.
3. Terdapat pengaruh efikasi diri pada dimensi tingkat, keluasan dan kekuatan terhadap *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir. Artinya, Semakin tinggi efikasi diri pada dimensi tingkat, keluasan dan kekuatan yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, maka

akan semakin rendah terjadinya *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir dan sebaliknya.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, ada beberapa saran yang dapat dibagikan oleh peneliti:

### 1. Bagi Subjek

Dapat dimanfaatkan mahasiswa tingkat akhir untuk mengatasi masalah akademik ketika mereka hadapi saat menyusun skripsi, terutama yang berkaitan dengan mental yang dapat menyebabkan mahasiswa menjadi *burnout* akademik. selain itu, dimanfaatkan untuk menyelaraskan kemampuan mahasiswa tingkat akhir untuk menyusun skripsi mereka sendiri.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Upayakan untuk mendapatkan lebih banyak responden dari berbagai provinsi di Indonesia. Hal ini dapat dilakukan dengan memperpanjang waktu penelitian, meningkatkan riset, atau bekerja sama dengan peneliti di provinsi lain.
- b) Meningkatkan minat responden dengan membuat kuesioner yang menarik, mudah dipahami, dan relevan dengan pengalaman responden. Berikan insentif kepada responden yang berpartisipasi dalam penelitian
- c) Mengamati berbagai aspek tambahan yang berpotensi memengaruhi

tanggapan dari partisipan yang menjadi sasaran, dengan tujuan memperoleh hasil studi yang sesuai dengan harapan peneliti.

- d) Pastikan untuk melakukan tinjauan literatur yang komprehensif dan luas tentang penelitian terkait efikasi diri dan *burnout* akademik. Pendekatan ini mampu berkontribusi pada proses analisis yang lebih mendalam dan efisien, serta tentunya sejalan dengan tujuan yang ditetapkan oleh peneliti.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA