

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kegigihan dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r_{xy}) = - 0,303 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,050$) yang berarti ada hubungan yang negatif antara kegigihan dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Artinya semakin tinggi kegigihan maka akan semakin rendah *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah kegigihan maka akan semakin tinggi *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

Hasil kategorisasi pada variabel kegigihan dapat diketahui bahwa mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi memiliki kegigihan yang cenderung tinggi. Sedangkan hasil kategorisasi pada variabel *academic burnout* disimpulkan bahwa *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi cenderung sedang. Hasil penelitian ini memperoleh koefisien determinan (R^2) sebesar 0,092 yang menunjukkan bahwa variabel kegigihan memberikan sumbangan sebesar 9,2% terhadap *academic burnout* dan sisanya 90,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan peneliti, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian

Bagi subjek yang memiliki *academic burnout* dengan kecenderungan sedang perlu meningkatkan kegigihan dengan cara menetapkan tujuan dalam proses penyelesaian skripsi, mengubah pandangan terkait dengan proses penyelesaian skripsi, memandang suatu kesulitan atau kegagalan proses penyelesaian skripsi sebagai suatu proses dalam hidup, dan memberikan makna pada setiap proses penyelesaian skripsi. Ketika beberapa hal tersebut dilakukan, maka mahasiswa akan semakin tekun dan konsisten pada tujuan yang sudah ditetapkan. Sehingga dengan meningkatnya ketekunan dan konsisten pada mahasiswa yang mengalami *academic burnout* dengan tingkat sedang akan cenderung rendah dan diharapkan dapat mengurangi tingkat *academic burnout* yang ada pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan untuk dapat meneliti tentang variabel *academic burnout* dengan lebih mengkaji referensi yang lebih luas lagi dengan menghubungkan faktor-faktor lain yang berkontribusi terhadap *academic burnout*. Selain itu, dalam pelaksanaan penelitian diharapkan dalam penyebaran skala lebih ditekankan lagi pada prosedur pengisian

skala untuk sesuai dengan kondisi atau keadaan subjek agar data yang diperoleh lebih menyakinkan lagi.