

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif antara konsep diri akademik dengan *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Artinya semakin tinggi konsep diri akademik, maka semakin rendah tingkat *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sebaliknya semakin rendah konsep diri akademik, maka semakin tinggi tingkat *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil perhitungan koefisien determinasi diperoleh ( $R^2$ ) sebesar 0,340 dengan artian sumbangan konsep diri akademik terhadap *burnout* akademik sebesar 34% dan sisanya 66% dipengaruhi oleh variabel lain.

Berdasarkan hasil kategorisasi *burnout* akademik menunjukkan kategori tinggi sebesar 33,3% (40 subjek), kategori sedang sebesar 56,70% (68 subjek), dan kategori rendah sebesar 10% (12 subjek). Hal ini dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki tingkat *burnout* akademik dalam kategori sedang, kemudian kategori tinggi dan terakhir pada kategori rendah. Sedangkan konsep diri akademik menunjukkan kategori tinggi sebesar 46,7% (56 subjek), kategori sedang sebesar 51,70% (62 subjek), dan kategori rendah sebesar 1,7% (2 subjek). Hal ini dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki tingkat konsep diri akademik dalam kategori sedang, kategori tinggi dan kategori rendah.

## B. Saran

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

1. Bagi subjek penelitian

Konsep diri akademik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *burnout* akademik, sehingga untuk mencegah terjadinya *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi diharapkan agar mahasiswa dapat melakukan usaha-usaha untuk meningkatkan konsep diri akademiknya.

2. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara konsep diri akademik dengan *burnout* akademik. Hal ini berarti konsep diri akademik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *burnout* akademik. Sehingga hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bahwa konsep diri akademik dapat menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan terkait dengan *burnout* akademik terutama pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dalam penelitian ini, konsep diri akademik hanya memberikan sumbangan efektif sebesar 34% terhadap *burnout* akademik. Hal tersebut membuka peluang bagi peneliti selanjutnya untuk mengkaji lebih luas mengenai *burnout* akademik. Peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi atau berkaitan dengan *burnout* akademik

yakni *self-efficacy*, *self-esteem*, dukungan sosial, resiliensi dan sikap prokrastinasi akademik.