

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Temuan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *academic burnout* pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diterima oleh mahasiswa, maka akan semakin rendah *academic burnout*. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi tingkat *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa. Dukungan sosial teman sebaya memberikan kontribusi sebesar 15,8% terhadap variabel *academic burnout* dan sisanya sebesar 84,2% dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada penelitian ini, saran yang dapat diberikan, yakni :

1. Bagi mahasiswa dan teman sebaya

Berdasarkan hasil penelitian ini terbukti bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *academic burnout*. Bagi mahasiswa, disarankan untuk dapat membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya dengan saling memberikan dukungan, baik dalam konteks akademik maupun

emosional. Dukungan tersebut dapat berupa saling berbagi informasi, memberikan motivasi, bantuan, maupun bantuan emosional selama menjalani aktivitas akademik. Peneliti berharap mahasiswa dapat mempertahankan dan meningkatkan dukungan sosial dari teman sebaya sebagai salah satu sumber kekuatan dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan mengkaji faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi *academic burnout*, mengingat hasil kontribusi variabel dukungan sosial teman sebaya sebesar 15,8% terhadap *academic burnout*. Sehingga, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti hal serupa dapat mengadakan penelitian lanjutan terhadap faktor lainnya atau menjadikan faktor lain sebagai variabel mediasi yang dapat menunjang kontribusi yang lebih besar pada variabel *academic burnout*.