

## **BAB 6**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari penelitian dan analisis yang telah dilakukan, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *burnout* pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Semarang dengan Universitas Katolik Soegijapranata sebagai sampel. Hal tersebut berarti semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diperoleh, semakin rendah tingkat *burnout* yang akan dialami. Sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan sosial yang diperoleh, semakin tinggi pula tingkat *burnout* yang dialami seseorang. Dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan 15,7% terhadap *burnout* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Katolik Soegijapranata.

#### **6.2 Saran**

##### **6.2.1 Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir**

Dalam rangka menekan terjadinya *burnout*, peneliti memberi saran kepada mahasiswa tingkat akhir untuk mencari dukungan sosial, khususnya dari teman sebaya. Contohnya mencari teman yang memilih satu dosen pembimbing yang sama supaya dapat berdiskusi terkait penyusunan tugas akhir. Jika sudah mendapat dukungan sosial tersebut, hendaknya mahasiswa tingkat akhir dapat memanfaatkannya dengan bijak. Dukungan sosial dari teman sebaya ini dapat berupa

waktu untuk hadir dan menemani, pemberian informasi ataupun saran, dan kesediaan untuk mendengar cerita ketika mengalami masalah.

### **6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik penelitian ini, diharapkan mampu untuk melakukan pengambilan data secara langsung. Dengan begitu, peneliti selanjutnya dapat mengontrol pengisian skala secara langsung.

Peneliti juga memberikan saran apabila peneliti selanjutnya tertarik dengan topik *burnout* pada mahasiswa tingkat akhir, diharapkan mampu meneliti dari faktor-faktor yang lain (selain dukungan sosial teman sebaya) yang juga berpengaruh terhadap *burnout*.

