

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan *self-efficacy* dengan *burnout akademik* pada mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dapat disimpulkan:

- a. Hampir seluruh Mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana memiliki tingkat *self-efficacy* sedang.
- b. Sebagian besar Mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana memiliki tingkat *burnout* akademik tinggi.
- c. Terdapat hubungan negatif yang signifikan p-value 0,035 antara *self-efficacy* dengan *burnout* akademik pada mahasiswa Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

5.2 Saran

a. Bagi Mahasiswa

Disarankan mahasiswa dapat meningkatkan *self-efficacy* melalui pengelolaan waktu, pengalaman sukses akademik, dan penggunaan strategi belajar yang adaptif agar mampu mengurangi risiko *burnout* akademik.

b. Bagi Program Studi Keperawatan

Program studi diharapkan dapat menyusun program pembinaan psikologis seperti seminar motivasi, pelatihan coping stress, atau bimbingan akademik guna meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa dan mencegah *burnout* akademik.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut terkait sebab-akibat secara longitudinal, faktor-faktor lain yang berhubungan dengan *burnout* akademik, seperti stres akademik,

dukungan sosial, atau resiliensi akademik dengan menggunakan metode campuran (*mixed-method*).