

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada penelitian mengenai “*Gambaran Academic Burnout Syndrome Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Tahun 2024*” maka peneliti menyimpulkan bahwa mayoritas reponden mengalami *Academic Burnout Syndrom (ABS)* dengan kategori sedang dengan jumlah sebanyak 40 (72,73%) orang.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa keperawatan

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas mahasiswa mengalami *Academic Burnout Syndrom (ABS)* dengan kategori sedang sehingga diharapkan mahasiswa meningkatkan kesadaran diri terhadap tanda-tanda *academic burnout syndrome* dan mengenali gejala *academic burnout syndrome* pada tahap awal melalui *screening* kesehatan mental ke bagian unit BK (Bimbingan Konseling).

2. Bagi Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan program studi ilmu keperawatan dan ners dapat menerapkan topik ini sebagai referensi atau bahan pembelajaran kelas. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi data dasar bagi Prodi untuk melakukan evaluasi terkait kurikulum, beban

tugas serta metode pembelajaran yang efektif sehingga mencegah terjadinya *Academic Burnout Syndrom* (ABS) kategori *burnout* tinggi.

3. Bagi Pembimbing Akademik Dan BK (Bimbingan Konseling)

Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang gambaran *academic burnout syndrome* pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir. Kiranya sebagai pembimbing akademik dapat mengevaluasi mahasiswa/i pembimbingannya pada setiap akhir semester untuk mengetahui tingkatan *academic burnout syndrome* dan berkolaborasi dengan pihak BK untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa, seperti program konseling, manajemen stres, dan pelatihan keterampilan coping.

4. Bagi Intitusi STIKES Suaka Insan

Kiranya institusi dapat mengadakan *workshop* dan seminar tentang manajemen stres dan kesehatan mental.