

BAB VII

PENUTUP

A. KESIMPULAN

1. Rerata skor stres pada mahasiswa program studi Keperawatan Universitas Andalas adalah 8,03 dimana rerata menunjukkan kategori stress ringan.
2. Rerata skor depresi pada mahasiswa program studi Keperawatan Univesitas Andalas adalah 5,48 dimana rerata tersebut menunjukkan kategori depresi ringan.
3. Rerata skor kecemasan pada mahasiswa program studi Keperawatan Universitas Andalas adalah 6,18 dimana rerata tersebut menunjukkan kategori kecemasan sedang.
4. Rerata skor *academic burnout* pada mahasiswa program studi Keperawatan Universitas Andalas adalah 55,01 dimana rerata tersebut menunjukkan kategori *academic burnout* sedang
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independent (stres) dengan variabel dependen (*academic burnout*) dengan arah korelasi positif atau searah pada tingkat kekuatan lemah ($p\text{-value} = 0,000$ dan koefisien korelasi 0,377). Artinya semakin tinggi skor stres maka semakin tinggi pula skor *academic burnout* yang terjadi pada mahasiswa.

6. Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independent (depresi) dengan variabel dependen (*academic burnout*) dengan arah korelasi positif atau searah pada tingkat kekuatan lemah ($p\text{-value} = 0,000$ dan koefisien korelasi 0,337). Artinya semakin tinggi skor depresi maka semakin tinggi pula skor *academic burnout* yang terjadi pada mahasiswa.
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel independen (kecemasan) dengan variabel dependen (*academic burnout*) dengan arah korelasi positif atau searah pada tingkat kekuatan lemah ($p\text{-value} = 0,000$ dan koefisien korelasi 0,284). Artinya semakin tinggi skor kecemasan maka semakin tinggi pula skor *academic burnout* yang terjadi pada mahasiswa.

B. SARAN

1. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Dari hasil penelitian ini diharapkan agar mahasiswa keperawatan menambah wawasan terkait strategi koping dan meningkatkan strategi koping yang dimiliki karena dengan koping yang baik akan menjadikan mahasiswa mampu menghadapi masalah-masalah yang akan menimbulkan stress, depresi, ataupun kecemasan dan nantinya bisa juga menerapkan beberapa tindakan yang bisa meminimalisir resiko *academic burnout* pada mahasiswa.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan bisa menjadi bahan masukan bagi fakultas keperawatan untuk dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan mental terutama tentang stress, depresi, dan kecemasan pada mahasiswa. Penelitian ini juga bisa untuk dijadikan sebagai acuan bahan informasi untuk menetapkan langkah atau strategi dalam pemecahan masalah kesehatan mental pada mahasiswa seperti program CBT, Relaksasi, dan juga *guided imagery* sebagai intervensi untuk mencegah dan mengatasi kejadian depresi, kecemasan dan stres pada mahasiswa

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi data awal maupun acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai masalah kesehatan mental depresi, kecemasan dan stress maupun *academic burnout* dengan jangkauan pengetahuan yang lebih luas atau bisa juga menambahkan variabel-variabel lainnya terkait stres, depresi, dan kecemasan maupun faktor-faktor yang mempengaruhi *academic burnout* seperti *Workload, Lack of work control, Rewarded for work, Community, Fairness, Value* dengan metode penelitian yang berbeda.