

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Penelitian yang telah dilakukan terhadap *burnout* pada mahasiswa PPLSP UPI Angkatan 2016 Tahun Ajaran 2019/2020 didapatkan simpulan sebagian besar mahasiswa PPLSP UPI Angkatan 2016 Tahun Ajaran 2019/2020 berada pada kategori sedang. Gejala *burnout* yang dialami mahasiswa PPLSP berdasarkan aspek-aspek yang diteliti yaitu terkadang mengalami kelelahan fisik dan emosional, cukup sering mengalami perasaan tidak kompeten dalam mengajar, mengalami penurunan kepuasan dalam mengajar, serta kesulitan dalam menghabiskan waktu untuk pribadi dikarenakan disibukkan dengan kegiatan PPLSP. Mahasiswa PPLSP UPI berada pada tahapan detasemen (*detachment*) dan pada tahapan detasemen juga individu mulai mengalami penurunan motivasi dalam mengajar dan ada perasaan kecewa terhadap kualitas kerja. Tingkat *burnout* berdasarkan jenis kelamin, terdapat perbedaan secara signifikan tingkat burnout antara mahasiswa PPLSP UPI perempuan dan mahasiswa PPLSP UPI laki-laki. Mahasiswa PPLSP UPI perempuan memiliki tingkat burnout yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa PPLSP UPI laki-laki. *Burnout* berdasarkan jenjang pendidikan tempat mengajar, Mahasiswa PPLSP yang mengajar di SMK cenderung memiliki nilai rata-rata burnout yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa PPLSP UPI yang mengajar di SMA, MTs, dan SMP.

#### **5.2 Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa rekomendasi yang diajukan bagi pihak-pihak terkait.

##### **5.2.1 Pihak P2JK UPI**

- 1) Melakukan sosialisasi mengenai kondisi yang kemungkinan dapat terjadi di lingkungan sekolah dan hal-hal yang perlu disiapkan dalam mengikuti PPLSP, sehingga mahasiswa dapat mempersiapkan diri dan sebagai langkah preventif terjadi *burnout* pada mahasiswa.

- 2) Memberikan pelatihan atau simulasi PPLSP untuk mengantisipasi *burnout* pada mahasiswa yang akan mengikuti PPLSP terutama bagi mahasiswa PPLSP perempuan dan yang akan mengajar di SMK.
- 3) Melakukan kerja sama dengan Badan BKPK dalam pembuatan program dalam mencegah dan mengatasi *burnout* pada mahasiswa PPLSP

#### **5.2.2 Dosen Pembimbing PPLSP**

- 1) Memberikan pengarahan secara jelas kepada mahasiswa PPLSP UPI sebelum melakukan PPLSP UPI untuk menghindari ambiguitas peran yang dapat memunculkan *burnout* ketika melaksanakan PPLSP.
- 2) Memberikan pengarahan kondisi-kondisi yang dapat terjadi di sekolah, sehingga mahasiswa dapat siap dengan kemungkinan yang akan dihadapi.
- 3) Melakukan supervisi rutin kepada mahasiswa untuk melihat perkembangan pelaksanaan PPLSP di sekolah dan dapat mengetahui dan membantu hambatan yang dihadapi mahasiswa.

#### **5.2.3 Guru Pamong**

- 1) Melakukan supervisi terkait kondisi psikologis mahasiswa selama kegiatan PPLSP untuk mengetahui perasaan selama PPLSP, sehingga dapat dorongan motivasi yang tepat kepada mahasiswa dalam menjalani kegiatan PPLSP.
- 2) Memberikan pengarahan mengenai tugas dan peran selama PPLSP sehingga menghindari terjadi kebingungan dalam PPLSP.
- 3) Melakukan koordinasi bersama dengan dosen pembimbing, sehingga terjadi kerja sama yang baik antara pihak sekolah dan juga pihak universitas.
- 4) Memberikan pendampingan dalam mengatasi permasalahan yang dialami selama PPLSP terutama mahasiswa PPLSP perempuan agar dapat menggunakan strategi koping yang tepat untuk menghindari *burnout*.

#### **4) Peneliti Selanjutnya**

- 1) Melakukan penelitian eksperimen kepada mahasiswa PPLSP dengan tingkat *burnout* tinggi terutama kepada mahasiswa perempuan untuk menurunkan *burnout* yang dirasakan selama PPLSP.
- 2) Melakukan penelitian komparatif pada mahasiswa PPLSP yang melakukan kegiatan PPLSP di sekolah formal dan non formal.

- 3) Melakukan penelitian mengenai *burnout* dengan menggunakan pendekatan kualitatif untuk mendapatkan data yang lebih lengkap mengenai permasalahan *burnout* yang dialami pada mahasiswa PPLSP UPI.
- 4) Melakukan penelitian yang mengeksplor lebih dalam mengenai *burnout* berdasarkan karakteristik kepribadian individu pada mahasiswa PPLSP.