

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan yang sudah dibahas pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan untuk menjawab hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan yaitu “Ada hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya”. Dengan demikian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah **(Ha) diterima**.

Secara umum, bahwa terjadi hubungan yang sangat lemah antara *Self-Regulated Learning* dengan prokrastinasi akademik dan memiliki arah hubungan yang negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-regulated learning* yang dimiliki maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Dan kategorisasi berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa subjek perempuan dan subjek laki-laki memiliki *Self-Regulated Learning* dengan prokrastinasi akademik berada dalam kategori yang tinggi.

5.2. Saran

Melalui beberapa pemaparan penelitian pada bab sebelumnya dan pemaparan pada bagian simpulan penelitian ini, maka terdapat beberapa saran yang mungkin dapat bermanfaat yaitu:

1. Saran Praktis

Bagi tiap fakultas, diharapkan fakultas menyelenggarakan program-program yang dapat menurunkan prokrastinasi akademik dan meningkatkan *self-regulated learning* mahasiswa. Tiap fakultas dapat menyelenggarakan program pembimbingan dan pendampingan seperti orientasi akademik dan masa depan yang informatif pada awal tahun pertama perkuliahan, perwalian akademik rutin sebanyak 2-3 kali per-semester, pembimbingan khusus bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan akademik dan masa studi diatas 4 tahun, dan program

lainnya yang dapat dilakukan oleh para dosen secara mandiri. Fakultas juga dapat menyelenggarakan program apresiasi dengan melakukan pemilihan mahasiswa berprestasi setiap tahunnya agar mahasiswa terpacu untuk senantiasa berprestasi.

Bagi mahasiswa, diharapkan mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang untuk lebih meningkatkan *self-regulated learning* dengan cara menyadari peran dan tanggung jawabnya yang menentukan kesuksesan dirinya baik kini maupun dimasa depan. Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah agar tetap mempertahankan *self-regulated learning* sehingga dapat menghindari prokrastinasi akademik dalam kegiatan akademiknya.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang hendak meneliti maupun mengembangkan penelitian serupa, peneliti menyarankan untuk mencari variabel-variabel lain yang diduga juga memiliki hubungan dan berkontribusi terhadap variabel prokrastinasi akademik. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan aspek-aspek atau fase-fase *self-regulated learning* lain dalam menyusun skala *self-regulated learning* guna menghindari jumlah aitem skala terlalu banyak dan menentukan waktu yang tepat untuk menyebar skala penelitian agar dapat meminimalisir kejenuhan dan kurang fokusnya subjek pada saat mengisi skala.

2. Saran Teoritis

Pada penelitian lain bisa menggunakan *grand theory* yang terbaru, sehingga skala yang dibuat bisa lebih menggali variabel yang sedang diteliti dan hasil penelitian yang dilakukan bisa memiliki hasil yang lebih baik dari penelitian ini.

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti mengenai prokrastinasi akademik disarankan untuk menambahkan variabel lain atau menggunakan variabel lain selain *Self-regulated learning*, karena ada kemungkinan bahwa faktor lain juga bisa memengaruhi prokrastinasi akademik.