

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

1. Hasil penelitian ini telah terbukti bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Hasil Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik. Hal tersebut menandakan terdapat hubungan yang berlawanan diantara kedua variabel tersebut.
2. Hasil analisis menunjukkan bahwa regulasi diri berada pada kategori sedang atas dan prokrastinasi akademik berada pada kategori sedang bawah. Maka, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sudah cukup dan prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa dalam kondisi yang tidak mengawatirkan.

1.2 Saran

1.2.1 Saran Praktis

5.2.1.1 Bagi Mahasiswa

- a. Diharapkan mahasiswa dapat meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik dengan membuat *timeline* yang rinci dengan menetapkan batas waktu penuntasan kerja.
- b. Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan regulasi diri dengan cara meningkatkan motivasi untuk sukses dengan menentukan tujuan yang ingin diraih

5.2.1.2 Bagi Univeristas

Bagi Universitas diharapkan memberikan pembekalan bagi mahasiswa yang akan menyusun skripsi baik secara teknis dan non teknis.

1.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian serupa, peneliti menyarankan untuk menggunakan teknik sampling *clustering* agar analisa terlihat lebih jelas. Selain itu peneliti menyarankan untuk memperhatikan keseimbangan karakteristik subjek berdasarkan jenis kelamin.
- b. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian serupa, untuk mengadakan penelitian lanjut terkait variabel lain diantaranya ketekunan dalam hal ini *adversity quotient*, Motivasi berprestasi, manajemen waktu, kontrol diri, karena menyusun skripsi merupakan hal yang sulit.

