

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Kesimpulan yang bisa didapat melalui hasil penelitian ini yaitu adanya pengaruh *self regulated learning* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa MTs X di Bekasi, ini bisa diketahui berdasarkan signifikansi yang dihasilkan senilai  $0,000 < 0,05$  dengan demikian dapat dikatakan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kemudian dapat dilihat dari hasil uji determinasi dapat diketahui nilai *R square* sebesar 9,9%, maka dapat diketahui *self regulated learning* memberi pengaruh sebesar 9,9% pada prokrastinasi akademik sementara 90,1% sisanya dipengaruhi faktor lainnya di luar penelitian ini.

#### B. Saran

Beberapa saran yang bisa penulis berikan dari hasil penelitian dan penarikan kesimpulan untuk penelitian ini untuk nantinya bisa menjadi bahan untuk memperbaiki berbagai kelemahan yang perlu untuk disempurnakan, di antaranya:

1. Bagi Siswa

Diharapkan siswa yang mempunyai tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi agar meningkatkan *self regulated learning* melalui upaya menyadari tanggung jawab serta perannya dalam belajar. Bagi siswa dengan prokrastinasi akademik dalam tingkat rendah supaya tetap mempertahankan

*self regulated learning* agar prokrastinasi akademik dalam kegiatan pembelajaran bisa dihindari.

## 2. Bagi Pihak Guru dan Orangtua

Lingkungan sekolah dan keluarga adalah lingkungan yang dapat mempertahankan dan meningkatkan *self regulated learning* serta mencegah perilaku prokrastinasi akademik siswa. Guru juga orangtua bisa membimbing dan mendorong siswa untuk menetapkan tujuan studi yang konkret dan yang ingin mereka capai selama belajar. Mempersiapkan semuanya dan membuat rencana daftar untuk tugas (*to-do list*) sebelum belajar. Mengelola lingkungan tempat belajar dan membuat instruksi diri berlabel jika-maka (*if-then clauses*).

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini didapatkan adanya 9,9% variabel *self regulated learning* mempengaruhi prokrastinasi akademik. Peneliti berikutnya diharapkan bisa menambah variabel lainnya di luar variabel yang penulis teliti ini, dan peneliti berikutnya bisa melakukan penelitian terkait variabel *self regulated learning* dan prokrastinasi akademik ini secara mendalam melalui penggunaan metode penelitian kualitatif atau menambah variabel lain.

