

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa dan paparan data penelitian ini, nilai signifikannya $0,000 < 0,05$, sehingga H_a yang menyatakan terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang diterima dan H_0 yang menyatakan tidak terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang ditolak.

Berdasarkan hasil nilai koefisien determinasi yang ditunjukkan oleh tabel R-Square yaitu 0,132 maka Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh *Self Regulated Learning* sebesar 13,2% dan 86,8% dipengaruhi oleh variabel lain di luar dari penelitian ini.

B. SARAN

1. Bagi Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir memiliki prokrastinasi akademik yang berada pada kategori sedang cenderung tinggi dan *Self Regulated Learning* pada kategori sedang. Oleh karena itu diharapkan mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang untuk lebih meningkatkan *Self Regulated Learning* karena adanya *Self Regulated Learning* dalam mengerjakan tugas akhir dapat mengurangi perilaku prokrastinasi

pada. Dengan cara lebih menyadari peran sebagai mahasiswa tingkat akhir yang memiliki tanggung jawab terhadap penyelesaian tugas akhir dan lebih proaktif, dan memotivasi diri, menggunakan strategi pembelajar yang dapat mendukung pengerjaan tugas akhir sehingga mampu lebih konsisten dalam mengerjakan tugas akhir secara rutin. Mahasiswa yang memiliki prokrastinasi rendah agar tetap mempertahankan *Self Regulated Learning* sehingga dapat menghindari prokrastinasi akademik dalam kegiatan akademiknya.

2. Bagi Jurusan

Diharapkan jurusan dapat menyelenggarakan program-program yang dapat menurunkan prokrastinasi akademik dan meningkatkan *Self Regulated Learning* mahasiswa. Jurusan dapat menyelenggarakan program pembimbingan dan pendampingan seperti orientasi akademik dan masa depan yang informatif pada awal tahun pertama perkuliahan, perwalian akademik rutin persemester, 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. Jurusan juga dapat menyelenggarakan program apresiasi dengan melakukan pemilihan mahasiswa berprestasi setiap tahunnya agar mahasiswa terpacu untuk senantiasa berprestasi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya agar dapat memperluas kajian teori dari penelitian ini terkait dengan *Self Regulated Learning* dan Prokrastinasi Akademik. Serta melakukan penelitian dengan variabel-variabel lain yang diduga juga memiliki hubungan dan berkontribusi terhadap variabel selain itu, peneliti selanjutnya dapat lebih mendala lebih memperhatikan faktor-faktor yang berbeda dengan penelitian ini, seperti jenis kelamin, usia, lingkungan dan variabel lain yang mempengaruhi subjek yang bisa diteliti. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan aspek-aspek *Self Regulated Learning* dalam menyusun skala *Self Regulated Learning* guna menghindari jumlah aitem skala yang terlalu banyak yang dapat menyebabkan kejenuhan dan kurang fokusnya subjek dalam mengisi skala.

