

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa di SMK PGRI 1 Karawang, di dapatkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Kesimpulan yang didapatkan bahwa terdapat pengaruh kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada siswa di SMK PGRI 1 Karawang. Adapun pengaruh kontrol diri yang disumbangkan sebesar 7,3% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan hasil yang telah dipaparkan berikut ini terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan oleh peneliti antara lain :

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik, maka pihak sekolah dapat melakukan beberapa hal seperti edukasi, seminar, dan *workshop*.

2. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua untuk lebih membimbing dan mengawasi perilaku anak agar mencapai hasil yang optimal dan sesuai dengan apa yang di harapkan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan variabel lain dan menggunakan fenomena yang masih berkaitan dengan siswa di sekolah. Karena selain kontrol diri dan prokrastinasi akademik, siswa juga memiliki banyak faktor yang memengaruhi yang bisa diteliti seperti dukungan sosial, efikasi diri dan konformitas.

