

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil analisis yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil yang diperoleh dari uji hipotesis dengan teknik analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara *Self Regulation* dengan prokrastinasi akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Angkatan 2008-2011 Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya. Hasil dari penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan, bahwa terdapat hubungan negative antara *Self- regulation* dengan prokrastinasi akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Angkatan 2008-2011 Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *Self- efficacy* dengan prokrastinasi akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Angkatan 2008-2011 Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya. Hasil dari penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan, bahwa terdapat hubungan negative antara *Self-Efficacy* dengan prokrastinasi akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Angkatan 2008-2011 Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya.

3. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan dari *Self-Regulation* (X1) dan *Self-Efficacy* (X2) secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Angkatan 2008-2011 Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya. Hasil dari penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan, bahwa terdapat hubungan negatif antara *self Regulation* (X1) dan *Self-Efficacy* (X2) secara bersama-sama dengan prokrastinasi akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Angkatan 2008-2011 Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan di atas maka dapat diberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Saran untuk mahasiswa

Mahasiswa hendaknya lebih meningkatkan *self regulation* dan *self efficacy* diri. Agar dapat meminimalisir tingkat prokrastinasi akademik, sehingga menjadi pribadi yang lebih baik dengan perencanaan yang matang dan terarah serta memiliki keyakinan diri yang tinggi. Dengan demikian prestasi akademik akan tetap terjaga dengan baik.

2. Saran untuk Peneliti lain

- a. Penelitian ini mengungkap prokrastinasi akademik dengan melibatkan dua variabel, yaitu *self regulation* dan *self efficacy*. Kedua hal ini hanya mampu menjelaskan variansi prokrastinasi akademik sebesar

47.6%. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat 52.4% faktor lain yang mampu menjelaskan variansi prokrastinasi akademik. Oleh karena itu dimungkinkan untuk mengadakan penelitian yang mengungkap factor-faktor lain tersebut untuk dijadikan sebagai variabel yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik.

- b. Pada penelitian ini, terjadi tumpang tindih antara variabel *Self Regulation* dan *Self Efficacy*. Oleh karena itu, maka sebaiknya peneliti lain lebih memperhatikan indikator yang akan digunakan dalam penelitian agar tidak terjadi tumpang tindih antar variable.