

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan mengenai kemampuan *self-regulation* pada mahasiswa yang kuliah sekaligus bekerja di Universitas “X” Jakarta, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- 1). Mahasiswa ekstensi Teknik Industri yang kuliah sambil bekerja mampu melakukan *self-regulation* sebesar 74%. Artinya mahasiswa ini mampu melakukan *self-regulation* untuk mengendalikan tuntutan tugas dari dua kegiatan yang dilakukan secara paralel. Ada kecenderungan keterkaitan antara faktor lingkungan dengan mampunya responden melakukan *self-regulation* yaitu dukungan teman.
- 2). Mahasiswa ekstensi Teknik Industri yang kuliah sambil bekerja kurang mampu melakukan *self-regulation* sebesar 26%. Artinya mahasiswa ini kurang mampu mengendalikan tuntutan tugas dari dua kegiatan yang dilakukan secara selaras. Ada kecenderungan keterkaitan antara faktor lingkungan dengan kekurangmampuan responden melakukan *self-regulation* yaitu *schedule*, dan dukungan teman.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoretis

Saran teoretis yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian adalah:

- Berdasarkan hasil penelitian yang memperlihatkan masih adanya responden yang kurang mampu melakukan *self-regulation* dan kurang terjaringnya faktor – faktor yang melatarbelakangi *self-regulation*, oleh karena itu disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk mendalami faktor – faktor yang melatarbelakangi *self-regulation* dan dijarang melalui alat ukur yang valid dan reliabel.

5.2.2 Saran Praktis

Saran praktis yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian adalah:

- Bagi mahasiswa yang kuliah sekaligus bekerja hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi diri mengenai kemampuan *self-regulation*.
- Bagi mahasiswa yang kuliah sekaligus bekerja yang sudah mampu melakukan *self-regulation* diharapkan mempertahankan kemampuannya dengan tetap membuat perencanaan, mengontrol aktivitasnya serta mengevaluasinya sedangkan bagi mahasiswa yang kuliah sekaligus bekerja yang kurang mampu melakukan *self-regulation* disarankan membuat perencanaan yang jelas serta disiplin dalam pelaksanaan guna mencapai hasil yang diinginkan dan membuat evaluasinya.

- Bagi Universitas “X” yang menyelenggarakan program ekstensi kelas karyawan disarankan untuk memberikan konseling secara pribadi oleh konselor universitas tersebut kepada mahasiswanya yang kuliah sambil bekerja agar mampu melakukan *self-regulation* terhadap aktivitas-aktivitasnya.