

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil pembahasan mengenai *self-regulation* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2008 dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Sebagian besar Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2008 (63,5%) mampu melaksanakan *self-regulation* akademik dan sisanya (36,5%) kurang mampu melaksanakan *self-regulation* akademik.
2. Mahasiswa yang mampu melaksanakan *self-regulation* juga sebagian besar mampu untuk melaksanakan *Fase forethought*, *Fase performance*, dan *self-reflection*. Sedangkan mahasiswa yang kurang mampu melaksanakan *self-regulation* juga kurang mampu untuk melaksanakan *Fase forethought*, *Fase performance*, dan *self-reflection*
3. Kemampuan *self-regulation* akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2008 kurang dipengaruhi oleh faktor sosial yaitu orangtua, dosen dan teman.

5.2 Saran

5.2.1. Saran Praktis

1. Bagi Mahasiswa Fakultas Psikologi dan dosen wali, disarankan untuk menggunakan hasil penelitian ini untuk pengenalan dan pengembangan diri mahasiswa, seperti dengan mengadakan training untuk mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2008 yang memiliki *self-regulation* rendah supaya mereka dapat meningkatkan *self-regulation* pada mahasiswa agar mereka dapat lebih efektif dalam melakukan proses belajar.
2. Bagi Mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2008, disarankan untuk menggunakan hasil penelitian ini sebagai media untuk pengenalan dan pengembangan diri agar mereka dapat lebih optimal dalam mengembangkan kemampuan *self-regulation akademik* sehingga dapat memperoleh hasil yang optimal.

5.2.2 Saran Teoritis

1. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk meneliti hubungan antara variabel *self-regulation* akademik ini dengan variabel lainnya, seperti dukungan orangtua, dukungan guru, dan dukungan teman sebaya.