

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kontribusi penyebab prokrastinasi terhadap empat area prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menempuh ulang mata kuliah UP minimal 2 kali di Fakultas Psikologi Universitas “X” dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Pada prokrastinasi akademik di mata kuliah UP, *aversiveness of task*, *dependency*, dan *risk taking* menunjukkan kontribusi positif yang signifikan.
2. Pada area tugas menulis laporan UP, *aversiveness of task* dan *risk taking*, menunjukkan kontribusi positif yang signifikan sementara *rebellion against control* menunjukkan kontribusi negatif yang signifikan. Pada area tugas membaca bahan UP, hanya *dependency* dan *risk taking* yang menunjukkan kontribusi positif yang signifikan. Pada area tugas administratif akademik penunjang UP, *fear of failure* menunjukkan kontribusi negatif yang signifikan sementara *risk taking* yang menunjukkan kontribusi positif yang signifikan. Pada area tugas menghadiri pertemuan yang berkaitan dengan UP, hanya *difficulty making decision* dan *risk taking* yang menunjukkan kontribusi positif yang signifikan.

3. Didapat hasil bahwa selain penyebab-penyebab di atas, mahasiswa juga sulit menyelesaikan mata kuliah UP dalam satu semester karena rasa malas atau kurangnya motivasi dalam mengerjakan.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Berdasarkan temuan-temuan yang diperoleh melalui penelitian beberapa saran teoritis yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan, antara lain :

1. Sebelum melakukan penelitian dengan regresi analisa berganda, sebaiknya dilakukan uji normalitas, uji liniearitas, dan uji homogenitas varians. Hal ini dimaksudkan agar hasil penelitian yang didapat lebih akurat.
2. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian di bidang prokrastinasi akademik, sebaiknya menspesifikasikan karakteristik sampel sebagai individu yang melakukan penundaan terhadap kegiatan akademik secara sengaja dan berulang serta menganggap kegiatan akademik itu sebagai prioritas agar hasil yang didapat lebih reliabel.
3. Dari hasil pengolahan data, didapat hasil yang bertentangan dengan teori, yaitu *fear of failure* dan *rebellion against control* yang justru memberikan kontribusi negatif bagi prokrastinasi akademik di area menulis dan administratif akademik. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lanjutan, dapat mengkaji lagi mengenai

penyebab-penyebab prokrastinasi yang lebih sesuai dengan kebudayaan di tempat penelitian dilakukan sehingga penelitian dapat dititikberatkan pada penyebab-penyebab yang memang dirasa lebih relevan dengan kebudayaan di tempat penelitian dilakukan.

4. Penelitian ini memiliki keterbatasan dengan kurangnya penelitian dalam hal-hal lain yang mungkin dapat berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik yang dapat dijadikan sebagai data penunjang penelitian yang lebih komprehensif, oleh karena itu bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut agar meneliti lebih mendalam dan spesifik meneliti mengenai hal-hal lain yang dapat berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik terutama mengenai kemalasan ataupun motivasi berprestasi dari mahasiswa yang sedang mengerjakan UP.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan temuan-temuan yang diperoleh melalui penelitian, diajukan beberapa saran praktis yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan, antara lain :

1. Untuk mahasiswa yang kesulitan menyelesaikan UP dalam satu semester agar lebih menyadari dan menghayati tugas dan kewajiban utama mereka sebagai mahasiswa dan tidak terus menerus mengharapkan bantuan orang lain. Mahasiswa juga sudah harus dapat memprioritaskan hal yang harus mereka selesaikan

terlebih dahulu, dalam hal ini adalah UP yang dapat berpengaruh terhadap kelulusan mereka dan bukan malah menunda dalam mengerjakannya. Selain itu, mahasiswa juga disarankan mengurangi kegiatan-kegiatan lain yang tidak berhubungan dengan pengerjaan UP seperti melakukan hobi ataupun *browsing* hal-hal yang tidak berkaitan dengan UP (termasuk *chatting*). Mahasiswa juga dapat berpikir ulang dan kemudian berdiskusi dengan dosen pembimbing mengenai kemampuannya sehingga mahasiswa dapat memilih topik dan *sample* yang sesuai dengan kemampuan masing-masing.

2. Mahasiswa juga disarankan agar melawan rasa malas dalam mengerjakan laporan, membaca teori, mengurus administrasi akademik, dan bimbingan dengan membuat target untuk lulus, mulai mencicil mengerjakan laporan UP, serta menemui dosen pembimbing secara teratur.
3. Untuk pihak fakultas agar mengkaji ulang pelaksanaan mata kuliah UP di mana pada tengah semester awal pelaksanaan kuliah UP tidak lagi membahas mengenai tata cara/prosedur pengerjaan UP yang seharusnya sudah diajarkan di mata kuliah sebelumnya (Metodologi Research) dan mempergunakan tengah semester awal tersebut untuk membahas mengenai topik, *sample*, serta teori yang dapat digunakan mahasiswa sebagai bahan pertimbangan dalam pengerjaan UP-nya. Atau, pihak fakultas, terutama dosen

pembimbing, dapat bekerja sama dengan mahasiswa untuk menyelenggarakan kegiatan sejenis seminar ilmiah untuk memberikan informasi ataupun mendiskusikan mengenai teori-teori psikologi yang dapat membantu mahasiswa dalam menentukan topik yang akan dipilihnya untuk pengerjaan UP.