

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil perhitungan statistik dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat diketahui gambaran umum mengenai hubungan pola asuh orangtua dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengontrak UP di Universitas “X”, dengan kesimpulan sebagai berikut :

1. Pola asuh yang diterima dari orangtua mempunyai hubungan yang kurang erat dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Artinya semakin sering mahasiswa menghayati mendapatkan kontrol dan afeksi dari orangtua belum tentu semakin sering melakukan prokrastinasi. Sebaliknya, semakin jarang mahasiswa menghayati mendapatkan kontrol dan afeksi dari orangtuanya belum tentu semakin jarang melakukan prokrastinasi akademik terkait pengerjaan dan penyelesaian Usulan Penelitian.
2. Faktor dalam diri mahasiswa yang memengaruhi prokrastinasi akademik adalah kecemasan dan *time-management*. Sebagian besar mahasiswa (75%) yang menghayati sering merasa cemas dan sebagian besar mahasiswa (71.4%) yang menghayati mampu mengatur dan membagi waktu dalam melakukan aktivitas diketahui jarang melakukan prokrastinasi. Sementara faktor fisik

yaitu cacat secara fisik, mudah lelah, mudah sakit dan faktor psikis yaitu motivasi internal dan eksternal serta kemampuan *self-control* diketahui tidak memengaruhi prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Saran Teoritis**

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian sejenis, disarankan agar meneliti faktor eksternal yang dapat memengaruhi mahasiswa dalam melakukan prokrastinasi akademik, yaitu penelitian mengenai hubungan antara *kecemasan* dan *time-management* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah UP.

### **5.2.2 Saran Praktis**

1) Bagi pihak fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk mengumumkan *deadline* yang pasti terkait pengumpulan UP jauh-jauh hari sebelumnya agar mahasiswa dapat memperhitungkan waktu dan persiapan untuk mengumpulkan UP tepat waktu.

2) Bagi pihak dosen pembimbing UP Fakultas Psikologi Universitas “X”, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk

membuat jadwal bimbingan teratur dan berkesinambungan dengan mahasiswa bimbingannya, misalnya dengan menerapkan aturan minimal tatap muka seminggu sekali dan menerapkan sanksi apabila mahasiswa melanggar peraturan tersebut.

2) Bagi mahasiswa fakultas psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian, disarankan untuk meningkatkan pengetahuan dan penguasaan mengenai teori penelitian UP, dan disarankan juga untuk mengatur waktu dengan efektif dalam mengerjakan UP, misalnya dengan membuat jadwal (*schedule*) yang teratur dengan dosen pembimbing.