

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat ditarik beberapa kesimpulan mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah UP di Fakultas Psikologi Universitas 'X' Bandung sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah UP di Fakultas Psikologi Universitas 'X' Bandung. Hal ini berarti semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin rendah prokrastinasi akademik dalam mengerjakan UP. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi prokrastinasi akademik dalam mengerjakan UP.
2. Jenis dukungan sosial teman sebaya yang paling dominan pada mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah UP di Fakultas Psikologi Universitas 'X' Bandung adalah dukungan informasi.
3. Ciri prokrastinasi akademik yang paling dominan pada mahasiswa yang sedang mengontrak mata kuliah UP di Fakultas Psikologi Universitas 'X' Bandung adalah kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti lain dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah UP di Fakultas Psikologi Universitas 'X' Bandung
2. Bagi peneliti lain dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai sumber dukungan sosial lain yang mungkin dapat memengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengontrak mata kuliah UP di Fakultas Psikologi Universitas 'X' Bandung

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi mahasiswa diharapkan untuk lebih fokus terhadap tujuan, membuat target yang realistis, maupun lebih mengenali diri sendiri sehingga dapat menyadari dan meminimalisir terjadinya prokrastinasi akademik, agar proses pengerjaan UP dapat diselesaikan secara lebih optimal.
2. Bagi dosen pembimbing agar dapat dipertimbangkan untuk melakukan metode alternatif bimbingan seperti membuat bimbingan secara berkelompok sehingga mahasiswa bisa saling berinteraksi satu sama lain.