

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap siswa kelas XI SMA Negeri 1 “X” Kabupaten Bandung, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 “X” Kabupaten Bandung. Hal ini berarti, semakin tinggi motivasi berprestasi siswa maka semakin rendah perilaku prokrastinasi akademik siswa. Sebaliknya, semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi akademik siswa.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan aspek-aspek dari prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 “X” Kabupaten Bandung.
3. Faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik yaitu, faktor tidak suka tugas dan pengaturan waktu.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

- Bagi peneliti selanjutnya, dapat ditambahkan variabel lain berupa prestasi akademik yang didapatkan melalui nilai rapot, agar dapat melihat kaitannya terhadap motivasi berprestasi dan prokrastinasi akademik yang dimiliki sampel.

5.2.2 Saran Praktis

- Mengingat sudah dibuktikan bahwa terdapat korelasi yang negatif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik, maka pihak sekolah dapat mengadakan konseling untuk siswa agar dapat meningkatkan motivasi berprestasi.
- Pihak sekolah dapat mengadakan pelatihan dan atau konseling untuk siswa, agar siswa dapat mengurangi derajat prokrastinasi akademik.
- Siswa dapat meningkatkan motivasi berprestasi dengan cara mengerjakan tugas yang sesuai dengan kemampuan terlebih dahulu, tidak mudah menyerah saat mengerjakan tugas, meminta umpan balik saat melakukan kesalahan dalam pengerjaan tugas, mencari cara belajar yang sesuai dengan diri, sehingga dapat memudahkan proses belajar.
- Siswa dapat mengurangi derajat prokrastinasi dengan cara mengidentifikasi faktor penyebab terjadinya prokrastinasi, melakukan hal-hal yang lebih mudah terlebih dahulu, mengerucutkan tugas-tugas yang besar menjadi tugas kecil, membuat jadwal tugas atau pekerjaan, melakukan penghargaan terhadap diri sendiri, menyelaraskan antar nilai dan tujuan, memfokuskan diri pada tugas dan mencoba membuat kerangka berpikir yang lebih luas, mengerjakan tugas dengan segera.