

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengontak Penulisan Proposal Skripsi lebih dari satu kali di Universitas “X” Bandung, dapat disimpulkan sebagai berikut :

Terdapat hubungan negatif yang moderat dan signifikan ($r = -0,566, 0,000; \alpha \leq 0,01$) antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal ini berarti, semakin tinggi *self-efficacy* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* maka akan semakin tinggi prokrastinasi akademiknya.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

- Bagi peneliti selanjutnya, dapat lebih digali lagi berbagai alasan-alasan mahasiswa ketika melakukan prokrastinasi akademik kemudian alasan-alasan tersebut dapat menjadi kaitan dengan variabel lain yang mungkin berkontribusi dalam *self-efficacy* ataupun prokrastinasi akademik mahasiswa.

5.2.2 Saran Praktis

- Berdasarkan hasil data bahwa terdapat korelasi yang negatif dan signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik, disarankan kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung dapat mengadakan seminar ataupun pelatihan dalam

meningkatkan *self-efficacy* mahasiswa dalam menghadapi setiap tuntutan dalam mengerjakan Penulisan Proposal Skripsi sehingga mahasiswa akan memiliki keyakinan pada setiap kemampuannya dan dapat lulus sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

- Dosen wali dan dosen pembimbing dapat membantu mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengontak Penulisan Proposal Skripsi lebih dari satu kali di Universitas “X” Bandung untuk meningkatkan *self-efficacy* mereka dengan meminta mahasiswa untuk mengikuti seminar ataupun pelatihan yang diadakan oleh pihak fakultas sehingga mahasiswa tidak akan melakukan prokrastinasi akademik kembali
- Mahasiswa dapat meningkatkan *self-efficacy* yang dimiliki dengan melatih keyakinan akan kemampuan mereka dalam menentukan pilihan yang dibuat, mengerahkan usaha, tahan ketika menghadapi masalah dalam mengerjakan Penulisan Proposal Skripsi dan mahasiswa dapat mengikuti seminar ataupun pelatihan yang diberikan

