

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Penelitian ini mengamati gambaran pengaruh kecemasan akademik terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengontrak ulang Penulisan Proposal Penelitian (P3) dan Penulisan Proposal Skripsi (P2S) di Universitas “X” Kota Bandung”. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Kecemasan akademik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik yang artinya kecemasan akademik menjadi salah satu alasan ketika mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik atau menunda mengerjakan P3 dan P2S.
2. Berdasarkan data tabulasi silang antara prokrastinasi akademik dengan angkatan. Diketahui bahwa sebagian besar angkatan tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik yang ditunjukkan oleh mahasiswa ketika dihadapkan untuk mengerjakan atau menyelesaikan P3 dan P2S.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah disebutkan di atas, maka peneliti menyampaikan saran sebagai berikut:

Saran Teoritis

1. Keterbatasan-keterbatasan yang dikemukakan dalam penelitian ini dapat menjadi ajang perbaikan bagi penelitian sejenis di masa yang akan datang. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan melibatkan faktor-faktor lainnya yang dalam penelitian ini menunjukkan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik, yaitu faktor berupa pengasuhan orang tua, lingkungan kondusif atau lingkungan yang *lenient*.

Saran Praktis

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas “X” Kota Bandung sebagai informasi ketika mahasiswa mengalami kecemasan akademik dalam memulai atau menyelesaikan Penulisan Proposal Penelitian (P3) dan Penulisan Proposal Skripsi (P2S).
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas “X” Kota Bandung sebagai salah satu upaya mahasiswa untuk menghindari perilaku prokrastinasi akademik.
3. Penelitian ini dapat digunakan oleh pihak Fakultas Psikologi di Universitas “X” Kota Bandung, sebagai bahan pertimbangan untuk membantu mahasiswa menghindari kecemasan akademik dan prokrastinasi akademik ketika mahasiswa dihadapkan dengan P3 atau P2S.