

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Terdapat hubungan antara *Adversity Quotient* dan *prokrastinasi* dengan arah positif pada mahasiswa psikologi yang mengkontrak Penulisan Proposal Skripsi di Universitas X kota Bandung.
2. Mahasiswa yang mengkontrak mata kuliah Penulisan Proposal Skripsi memiliki *prokrastinasi akademik* yang tinggi dan *Adversity Quotient* yang tinggi

5.2 Saran

1. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian serupa, disarankan untuk melakukan penelitian untuk lebih fokus pada setiap dimensi dalam *Adversity Quotient*, yaitu pada aspek *Control*, *Origin dan Ownership*, *Reach*, dan *Endurance* agar data yang didapat lebih mendalam. Selain itu peneliti juga disarankan untuk mengecek terlebih dahulu kesesuaian item yang dimodifikasi untuk dipakai dengan item pada kuesioner asli.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan pihak Dosen dan fakultas psikologi Universitas X untuk memberikan arahan dan bimbingan terhadap mahasiswa untuk meningkatkan *Adversity Quotient* dengan seminar dengan tema mengolah hambatan menjadi peluang dalam pengerjaan

skripsi. Mahasiswa juga perlu diarahkan oleh dosen wali dan fakultas psikologi Universitas X untuk mengerjakan tugas utama terlebih dahulu untuk tidak melakukan prokrastinasi. Pihak Fakultas juga perlu mempertimbangkan tentang mengikuti kegiatan oraganisasi dan kepanitiaan acara kampus sebagai syarat poin.

3. Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa Psikologi Universitas X untuk mengarahkan kembali tujuan utama yaitu menyelesaikan P2S agar dapat menyelesaikan studi tepat 8 semester (4 tahun). Mahasiswa perlu mempertimbangkan kembali mengenai kemampuan diri untuk dapat mengerjakan P2S, tugas perkuliahan, dan tugas kepanitiaan kegiatan kampus dengan baik agar tidak melakukan prokrastinasi.

