

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Mahasiswa Fakultas “X” Departemen ‘Y’ ITB 57,1% melakukan Prokrastinasi Akademik yang berada dalam derajat yang tinggi. Artinya lebih dari separuh mahasiswa yang merupakan responden pada penelitian ini melakukan penundaan dalam frekuensi yang tinggi.

Sebanyak 42,9% Mahasiswa Fakultas “X” Departemen ‘Y’ ITB melakukan Prokrastinasi Akademik yang berada dalam derajat yang rendah.

2. Alasan yang melatarbelakangi mahasiswa melakukan Prokrastinasi Akademik secara berturut-turut dari yang tertinggi persentasenya sampai dengan yang terendah adalah gangguan lingkungan yang berupa melakukan kegiatan rekreatif, tidak dapat mengatur beban tugas, malas, tidak asertif, sukar membuat keputusan serta tidak mandiri dan perlu bantuan dari orang lain.

Mahasiswa yang melakukan Prokrastinasi Akademik rendah juga memiliki alasan, antara lain gangguan lingkungan, tidak asertif, sukar membuat keputusan, perfeksionis dan malas.

3. Prokrastinasi Akademik tinggi ditemukan pada mahasiswa dengan IPK pada kisaran 2,50 sampai dengan 2,99 (28.6%) dan IPK lebih atau sama dengan 3,00 (25%), sedangkan hampir semua mahasiswa dengan IPK pada kisaran lebih atau sama dengan 3,00 memiliki derajat Prokrastinasi Akademik rendah (35,7%).

5.2 SARAN

Sehubungan dengan kesimpulan yang diperoleh dari penelitian tentang Derajat Prokrastinasi Akademik pada mahasiswa Fakultas “X” Departemen ‘Y’ ITB, maka peneliti merasa perlu mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Saran Guna Laksana:
 - a. Kepada dosen wali agar memberikan konsultasi dan perhatian lebih pada mahasiswa bimbingannya yang tergolong Prokrastinator tinggi dengan cara memberikan arahan mengenai apa saja yang harus diprioritaskan supaya mahasiswa tersebut dapat mengembangkan prestasinya secara optimal. Dosen wali juga diharapkan tetap memberikan perhatian kepada mahasiswa yang memperlihatkan derajat prokrastinator rendah agar mempertahankan prestasinya.
 - b. Melihat dari hasil penelitian yang memungkinkan, sumber penyebab Prokrastinasi Akademik yaitu gangguan lingkungan, tidak dapat mengatur beban tugas, malas, tidak asertif, sukar membuat keputusan serta tidak mandiri dan perlu bantuan dari orang lain, maka disarankan kepada

mahasiswa melalui dosen wali agar dapat melatih diri dalam mengelolah waktu, memilih antara aktivitas yang perlu diprioritaskan dengan aktivitas yang bisa ditunda, melatih diri untuk mengendalikan rasa malas, rasa asertif, berani membuat keputusan dan mandiri. Sedangkan untuk mahasiswa dengan Prokrastinasi Akademik rendah agar tetap melatih diri dalam memilih aktivitas yang harus diprioritaskan dengan perlu mengolah waktu, tetap melatih diri untuk mengendalikan rasa asertif, berani membuat keputusan, rasa malas

2. Saran Teoretis

- a. Kepada peneliti selanjutnya agar mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik yang dilihat melalui IPK.