

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Dari pembahasan mengenai kemampuan *self-regulation* akademik mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2002 di Universitas “X” Bandung dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2002 di Universitas “X” Bandung kurang mampu dalam melakukan *self regulation* akademik yang meliputi merencanakan, melaksanakan kegiatan belajar dan mengevaluasi hasil belajar.
2. Dalam fase *forethought*, mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2002 di Universitas “X” Bandung menunjukkan penyebaran yang tersebar merata dari kategori mampu sampai kurang mampu dalam merencanakan dalam kegiatan belajar.
3. Dalam fase *performance/volitional control*, mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2002 di Universitas “X” Bandung tersebar merata dari kategori mampu sampai kurang mampu dalam melaksanakan kegiatan belajar yang telah direncanakan.
4. Dalam tahap selanjutnya, fase *self reflection*, mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2002 di Universitas “X” Bandung cenderung merata pada cenderung mampu dan cenderung kurang mampu dalam mengevaluasi kegiatan belajar yang telah dilaksanakan.

5. Faktor lingkungan baik orang tua, dosen wali, teman kuliah dihayati mahasiswa Psikologi angkatan 2002 di Universitas “X” Bandung sebagian besar kurang mendukung mahasiswa dalam mencapai proses belajar yang optimal.

## 5.2. Saran

Saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian adalah:

1. Bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk meneliti hubungan antara variabel *self regulation* akademik ini dengan variabel lainnya, seperti prestasi akademik, dukungan orang tua, dukungan dosen, dan dukungan teman.
2. Bagi mahasiswa, disarankan untuk menggunakan hasil penelitian ini sebagai media untuk pengenalan dan pengembangan diri agar mereka dapat lebih efektif dalam mencapai targetnya.
3. Disarankan kepada orang tua untuk memberikan teladan dan pengarahan kepada anak-anak; membantu menetapkan target, memberi masukan strategi-strategi yang efektif, serta memberi *feedback* terhadap hasil akademik, sehingga penghayatan yang positif terhadap dukungan dari orang tua dapat berkembang dan menunjang kemampuan mereka dalam meregulasi diri.
4. Bagi dosen wali dan fakultas, disarankan untuk memberikan konsultasi kepada mahasiswa berupa masukan dalam menetapkan target yang realistis, melaksanakan strategi-strategi yang lebih realistis, serta memberikan *feedback* dari hasil akademik yang telah dicapai, serta membuat suatu program pelatihan yang dapat membantu mahasiswa meningkatkan prestasinya.

\