

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap mahasiswa yang mengontrak usulan penelitian di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Secara umum, tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung berada pada derajat tinggi.
- 2) Mahasiswa yang mengontrak kembali usulan penelitian di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung sering melakukan penundaan dalam tugas mengerjakan Bab 1 sampai Bab 3, mempersiapkan diri untuk bimbingan dengan dosen pembimbing pertama dan kedua, membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan usulan penelitian lanjutan, kinerja administratif, menghadiri pertemuan dengan dosen pembimbing, responden maupun instansi terkait dan kinerja akademik secara keseluruhan.
- 3) Area akademik yang paling sering menjadi objek prokrastinasi bagi mahasiswa yang mengontrak kembali usulan penelitian di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung adalah kinerja akademik secara keseluruhan (menunda menyelesaikan kembali usulan penelitian yang semestinya diselesaikan dalam satu semester).

- 4) Alasan utama mahasiswa yang mengontrak kembali usulan penelitian di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung melakukan prokrastinasi akademik baik dengan prokrastinasi yang tinggi maupun yang rendah adalah rasa malas, kesulitan dalam mengatur waktunya dan kesulitan dalam membuat keputusan.

## **5.2. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan, yaitu:

### **5.2.1. Saran Teoretis**

- 1) Kepada peneliti selanjutnya yang tertarik pada topik prokrastinasi akademik agar selain menggunakan kuesioner juga melakukan wawancara dan menyeimbangkan jumlah sampel yang bekerja dan belum bekerja, yang menikah dan belum menikah, guna memperoleh sampel yang proposional.

### **5.2.2. Saran Praktis**

- 1) Disarankan bagi mahasiswa yang sedang mengontrak usulan penelitian untuk mampu memotivasi diri sendiri, belajar membedakan antara hal yang penting dan hal yang mendesak, mengetahui dan menetapkan prioritas, membuat perencanaan untuk mencapai target menyelesaikan usulan penelitian lanjutan seperti mengumpulkan informasi dan membuat kerangka pemikiran dalam mengerjakan usulan penelitian lanjutan.

- 2) Kepada dosen wali agar lebih memahami kecenderungan prokrastinasi pada diri mahasiswa sejak dini, sehingga dapat memotivasi mahasiswa yang mengontrak usulan penelitian.
- 3) Kepada dosen pembimbing dapat menyarankan mahasiswa membuat target-target bimbingan yang harus dicapai mahasiswa, memberikan motivasi pada mahasiswa, dan menyarankan mahasiswa memiliki teman sekerja untuk mengerjakan usulan penelitian lanjutan secara berkelompok.