

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan mengenai korelasi *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2008 Fakultas Psikologi yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian di Universitas “X” Bandung, sebagai berikut :

- Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2008 Fakultas Psikologi yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian di Universitas “X” Bandung.
- Sebagian besar dari keseluruhan responden mahasiswa angkatan 2008 yang mengontrak mata kuliah usulan penelitian lebih dari satu kali memiliki *self-efficacy* rendah dan sering melakukan prokrastinasi akademik.
- Mahasiswa angkatan 2008 Fakultas Psikologi yang mengontrak mata kuliah Usulan Penelitian di Universitas “X” Bandung sering menunda pada area tugas mengarang, area kinerja akademik secara keseluruhan, area membaca, dan area belajar menghadapi ujian.
- Alasan mahasiswa yang sering melakukan prokrastinasi akademik paling banyak pada alasan kecemasan akan dievaluasi.

- *Self-efficacy* dan prokrastinasi akademik memiliki indikasi keterkaitan dengan jenis kelamin, status marital, status pekerjaan dan lamanya mengontrak usulan penelitian.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

- Penelitian selanjutnya dapat dilakukan pada angkatan lain di Fakultas Psikologi untuk mengetahui apakah ada perbedaan *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik mahasiswa dalam mengerjakan usulan penelitian.
- Penelitian selanjutnya dapat dilakukan pada tugas akademik lain selain usulan penelitian untuk melihat apakah ada perbedaan *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik mahasiswa pada tugas akademik yang dianggap penting.
- Penelitian ini hanya meneliti sebatas hubungan *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik, sehingga peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan lebih mengkaji pengaruh atau kontribusi gender, status pernikahan, status pekerjaan, dan lamanya mengontrak mata kuliah usulan penelitian.
- Bagi peneliti lain yang tertarik meneliti prokrastinasi akademik dapat meneliti lebih lanjut mengenai kontribusi faktor-faktor yang menyebabkan individu melakukan prokrastinasi akademik.

5.2.2 Saran Praktis

- Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung mengenai gambaran *self-efficacy* dan prokrastinasi akademik mahasiswa angkatan 2008 yang dapat digunakan untuk menolong mahasiswa dalam menyelesaikan studi.
- Bagi mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2008 yang mengontrak mata kuliah usulan penelitian, , menjadi masukan untuk memahami diri dan mengenali alasan dalam melakukan prokrastinasi akademik sehingga dapat melakukan upaya untuk mengatasi masalahnya. Dapat juga melatih diri dengan menulis pendapat atau argumen tentang suatu hal sehingga terbiasa dalam menuangkan ide ke dalam bentuk tulisan, mengikuti kursus bahasa yang banyak digunakan sebagai bahasa pengantar dalam buku teori Psikologi.
- Hasil penelitian ini juga dapat digunakan oleh dosen wali dan dosen pembimbing, sehingga dapat membantu mahasiswa menyelesaikan usulan penelitian dengan cara mengadakan pertemuan individu dengan mahasiswa dengan maksud untuk memberikan dorongan dan motivasi dalam mengerjakan usulan penelitian. Dan membuat target pengerjaan yang jelas dalam mengerjakan usulan penelitian.
- Disarankan juga kepada Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung untuk membuat pelatihan untuk peningkatan *skill* menulis sehingga mahasiswa terbiasa memilih kata yang tepat dalam pengerjaan usulan penelitian .