

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, deskripsi data yang telah dijabarkan, serta analisis dan pembahasan pada penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh bersama-sama antara regulasi diri dan harga diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Angkatan 2019 di Universitas Negeri Jakarta. Berdasarkan hasil hipotesis, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik, hal ini dapat dilihat dari hasil T_{hitung} sebesar $-7,898 < T_{tabel}$ sebesar $1,97718$ dan dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Jika regulasi diri yang dimiliki mahasiswa tinggi maka tingkat prokrastinasi akademik akan rendah.
2. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara harga diri terhadap prokrastinasi akademik, hal ini dapat dilihat dari hasil T_{hitung} sebesar $-3,296 < T_{tabel}$ sebesar $1,97718$ dan dengan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$. Jika harga diri yang dimiliki mahasiswa tinggi maka tingkat prokrastinasi akademik akan rendah.
3. Terdapat pengaruh secara serentak antara regulasi diri dan harga diri terhadap prokrastinasi akademik, hal ini dapat dilihat dari hasil F_{hitung} sebesar $47,655 > nilai F_{tabel}$ sebesar $3,06$. Jika regulasi diri dan harga

diri yang dimiliki mahasiswa tinggi maka tingkat prokrastinasi akademik akan rendah.

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian regulasi diri dan harga diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Ekonomi di Universitas Negeri Jakarta, semakin tinggi tingkat regulasi diri dan harga diri maka tingkat prokrastinasi akademik akan mengalami penurunan. Oleh sebab itu, setiap mahasiswa dapat meningkatkan regulasi diri dan harga diri yang mereka miliki sehingga dapat berimplikasi pada penurunan tingkat prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi di Universitas Negeri Jakarta tidak hanya dipengaruhi oleh regulasi diri dan harga diri, tetapi terdapat juga faktor lain yang memberikan sumbangan pengaruh yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Meskipun demikian, penelitian ini telah membuktikan secara empiris bahwa regulasi diri dan harga diri merupakan faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa yang memiliki butir pernyataan yang tertinggi adalah RD2 (Regulasi diri) dengan bentuk pernyataan “Saya membuat catatan untuk mengingat tugas yang diberikan dosen” dan HD9 (Harga diri) dengan bentuk pernyataan “Saya populer dikalangan orang seusia saya”. Hal ini dapat dijadikan acuan untuk mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2019 di Universitas Negeri Jakarta untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik. Hal ini menunjukkan

bahwa mahasiswa sudah dapat me-regulasi dirinya dengan membuat catatan untuk mengingat setiap tugas yang diberikan oleh dosen sehingga terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik. Selain itu mahasiswa juga sudah merasa keberadaan dirinya cukup dikenal oleh orang-orang seusianya hal ini tentunya harus dipertahankan sehingga dapat meningkatkan tingkat harga diri yang dimiliki mahasiswa dan terhindar dari perilaku prokrastinasi akademik.

Selain itu dalam penelitian ini terdapat butir pernyataan yang memiliki presentase terendah yaitu RD11 (Regulasi diri) dengan bentuk pernyataan “Saya bertanya kepada dosen tentang materi yang belum saya pahami” dan HD18 dengan pernyataan “Saya tidak bisa diandalkan”. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa belum memiliki keinginan untuk memahami materi pembelajaran dengan baik oleh karena itu kedepannya diharapkan mahasiswa dapat meningkatkan keinginan untuk bertanya kepada dosen sehingga mahasiswa dapat memahami materi dengan baik. Selain itu mahasiswa juga diharapkan mampu menghilangkan perasaan bahwa dirinya tidak bisa diandalkan dengan meningkatkan kemampuan akademik dan meningkatkan kepercayaan diri bahwa dirinya dapat sukses.

5.3 Keterbatasan Penelitian

Dalam proses menyelesaikan penelitian ini, peneliti memiliki beberapa keterbatasan dan hambatan dalam pelaksanaannya dan dapat dijadikan pembelajaran bagi peneliti-peneliti selanjutnya. Peneliti meyakini masih banyak kekurangan dalam penelitian ini, diantaranya yaitu:

1. Prokrastinasi akademik tidak hanya dipengaruhi oleh regulasi diri dan harga diri saja, melainkan terdapat faktor dan variabel lain yang dapat mempengaruhi.
2. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner/angket dimana jawaban yang diberikan oleh responden terkadang berbeda dengan keadaan yang sesungguhnya.
3. Keterbatasan akses dikarenakan pandemic yang terjadi di Indonesia sehingga mempengaruhi terbatasnya informasi yang peneliti dapatkan guna mendukung penelitian ini.

5.4 Rekomendasi Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan kesimpulan, implikasi, dan keterbatasan yang sudah peneliti paparkan di atas, maka peneliti akan memberikan beberapa rekomendasi bagi peneliti selanjutnya dengan harapan dapat menjadi bahan acuan dan referensi yang bermanfaat, berikut ini rekomendasi yang diberikan peneliti:

1. Variabel independen yang digunakan pada penelitian ini hanya dua yaitu regulasi diri dan harga diri untuk mengukur prokrastinasi akademik, sehingga untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat menganalisis variabel-variabel lainnya yang diprediksi dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik.
2. Penelitian ini menggunakan populasi mahasiswa Fakultas Ekonomi di Universitas Negeri Jakarta yang berarti cakupan yang digunakan peneliti untuk melakukan penelitian masih tergolong sempit, diharapkan untuk

penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan penelitiannya dengan menggunakan populasi yang lebih luas.

3. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan indikator-indikator lain, metode penelitian, dan analisis data yang berbeda dengan yang digunakan pada penelitian ini.

