

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *self efficacy* dan *self regulated* dengan prokrastinasi dalam mata pelajaran ekonomi pada siswa SMA Hang Tuah 1 Jakarta.
2. Bentuk hubungan negatif antar variabel X_1 dan X_2 dengan variabel Y ditunjukkan pada persamaan regresi yang diperoleh dari ketiga variabel tersebut, yaitu $Y' = 78,29 - 0,14X_1 - 0,25X_2$. Dengan demikian, *self efficacy* dan *self regulated* pada diri tiap siswa yang meningkat akan mengurangi tingkat prokrastinasi, sebaliknya *self efficacy* dan *self regulated* yang rendah akan mengakibatkan meningkatnya prokrastinasi akademik.
3. Diketahui bahwa nilai $-t$ hitung $> -t$ tabel ($-1,091 > -1,987$) yang menandakan adanya hubungan yang negatif dan signifikan/berarti antara *self efficacy* dan *self regulated* dengan prokrastinasi.
4. Prokrastinasi pada siswa kelas XI jurusan IPS pada SMA Hang Tuah 1 Jakarta dapat ditentukan oleh *self efficacy* dan *self regulated* sebesar 13,3% dan sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lain.

B. Implikasi

1. Terdapat beberapa siswa yang belum yakin akan kemampuan dirinya, merasa tidak percaya diri, sehingga cenderung menunda-nunda tugasnya.

Selain itu, pengaturan belajar siswa yang sangat rendah, mengakibatkan perilaku prokrastinasi siswa sangat tinggi.

2. Pihak sekolah belum mengetahui sepenuhnya dampak dari perilaku prokrastinasi, sehingga belum ada penanganan yang baik untuk siswa yang mengalami kecenderungan prokrastinasi. Faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi seseorang dapat berasal dari faktor intern dan ekstern. Faktor intern yang lain adalah kontrol diri, motivasi intrinsik, dan perfeksionisme. Dan juga faktor eksternal yang antara lain kondisi lingkungan dan gaya pengasuhan orang tua.
3. Penelitian ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan *self efficacy* dan *self regulated* maka juga akan terjadi penurunan terhadap prokrastinasi. Namun, selain *self efficacy* dan *self regulated*, masih terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi.

C. Saran

1. Bagi siswa perlu menyadari adanya hubungan negative antara *self efficacy* dan *self regulated* dengan prokrastinasi akademiknya. Dengan begitu siswa dapat melakukan usaha-usaha yang dapat mengurangi prokrastinasi, seperti mempersiapkan diri sebelum memulai belajar, tidak menunda-nunda waktu untuk mengerjakan tugas, membuat agenda belajar, dan lain sebagainya.
2. Bagi guru diharapkan sudah mengetahui *self efficacy* dan *self regulated* pada siswanya, sehingga dapat mempersiapkan strategi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik atau *self efficacy* dan *self regulated* siswanya.

Karena karakteristik masing-masing siswa beranekaragam, dan guru harus mampu menyesuaikan dengan karakteristik siswa agar nantinya siswa mampu memiliki *self efficacy* dan *self regulated* yang kuat sehingga dapat mengurangi tingkat prokrastinasinya. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan negatif antara *self efficacy* dan *self regulated* dengan prokrastinasi, maka baik pihak sekolah maupun diri individu siswa SMA Hang Tuah 1 Jakarta perlu terus meningkatkan *self efficacy* dan *self regulated* pada diri tiap siswa. Karena *self efficacy* dan *self regulated* yang tinggi akan mempengaruhi terhadap tugas akademik yang mereka sedang hadapi. Salah satu dampak dari rendahnya *self efficacy* dan *self regulated* pada siswa akan membuat siswa cenderung berperilaku prokrastinasi.

3. Penelitian ini hanya memiliki tiga variabel saja yaitu *self efficacy* dan *self regulated*, dengan prokrastinasi. *Self efficacy* dan *self regulated* bukan satu-satunya variabel yang mempengaruhi prokrastinasi. Dengan demikian sebaiknya untuk penelitian selanjutnya juga memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi. Seperti pada faktor intern antarlain adalah kontrol diri, motivasi intrinsik, dan perfeksionisme. Dan juga faktor eksternal yang antara lain kondisi lingkungan dan gaya pengasuhan orang tua.