

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan antara *Self Efficacy* dan *Self Esteem* dengan Prokrastinasi pada Siswa SMK Darul Mukminin Jakarta, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa:

1. Prokrastinasi adalah perilaku penundaan yang dilakukan oleh seseorang dalam mengerjakan suatu tugas, meliputi indikator penundaan yang sub indikatornya adalah penyelesaian tugas, melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dan persiapan ujian.
2. *Self Efficacy* adalah keyakinan seseorang atas kemampuannya untuk melaksanakan suatu tugas dengan sukses yang meliputi tiga dimensi yaitu *magnitude* (tingkat kesulitan tugas), *strength* (kekuatan keyakinan), dan *generality* (luas bidang perilaku).
3. *Self Esteem* adalah penilaian seorang individu baik bersifat positif maupun negatif dan merasa bahwa dia berharga yang terdiri dari dua dimensi yaitu *self liking* (menyukai diri) dan *self competence* (kompetensi diri).
4. Prokrastinasi memiliki skor sub indikator yang paling tinggi adalah pada sub indikator persiapan ujian yaitu 35,4%. Sedangkan sub indikator yang paling rendah adalah pada sub indikator melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan yaitu 32,29%.

5. *Self Esteem* memiliki skor dimensi yang paling tinggi adalah pada dimensi *self liking* (menyukai diri) yaitu 50,6%. Sedangkan dimensi *self esteem* yang paling rendah adalah pada dimensi *self competence* (kompetensi diri) yaitu 49,4%.
6. Hasil pengujian hipotesis menghasilkan kesimpulan :
 - a. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dan prokrastinasi. Artinya jika *self efficacy* tinggi, maka prokrastinasi akan rendah, dan sebaliknya *self efficacy* rendah, maka prokrastinasi akan tinggi.
 - b. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem*. Artinya jika *self esteem* tinggi, maka prokrastinasi akan rendah, dan sebaliknya jika *self esteem* rendah, maka prokrastinasi akan tinggi.
 - c. Ada hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dan *self esteem* dengan prokrastinasi. Artinya jika *self efficacy* dan *self esteem* tinggi, maka prokrastinasi akan rendah, dan sebaliknya jika *self efficacy* dan *self esteem* rendah, maka prokrastinasi akan tinggi.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan diatas, bahwa *self efficacy* dan *self esteem* pada siswa mempunyai hubungan terhadap meningkat atau menurunnya prokrastinasi pada siswa di SMK Darul Mukminin Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa kedua hal tersebut memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan prokrastinasi pada siswa.

Setiap sekolah pasti tidak menginginkan siswanya memiliki perilaku prokrastinasi. Agar perilaku prokrastinasi pada siswa berkurang siswa dapat

meningkatkan motivasi belajar dan ketepatan waktu menyelesaikan tugas dengan meningkatkan *self efficacy* yang meliputi *magnitude* (tingkat kesulitan tugas), *strength* (kekuatan keyakinan), ataupun dalam hal *generality* (luas bidang perilaku).

Selain itu siswa juga harus memiliki *self esteem* yang dapat dengan cara *self liking* (menyukai diri) dan *self competence* (kompetensi diri). *Self liking* (menyukai diri) dapat dilakukan dengan lebih menghargai diri, dan berpikir positif terhadap diri sendiri. Lalu *self competence* (kompetensi diri) yaitu dengan cara menghargai kemampuan yang ada pada diri sendiri dalam proses pencapaian tujuan belajar.

Implikasi dari penelitian ini adalah peningkatan *self efficacy* dan *self esteem* akan mengurangi prokrastinasi pada siswa secara berkelanjutan. Di samping itu, banyak faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi pada siswa di sekolah. Oleh karena itu sekiranya perlu diadakan penelitian lebih lanjut untuk meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi pada siswa.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan serta implikasi di atas, maka peneliti menyampaikan saran-saran kepada SMK Darul Mukminin Jakarta, yaitu:

1. Sekolah lebih memperhatikan *self efficacy* siswanya, dalam meningkatkan kekuatan keyakinan diri (*strength*) pada siswa. Selain itu memantau tingkat kesulitan siswa dalam mengerjakan tugas (*magnitude*) dan menggali terus luas bidang perilaku siswa (*generality*). Hal ini dapat dilakukan dengan berbagai

cara seperti menciptakan suasana belajar yang kompetitif dan kondusif di kelas dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif mengeluarkan pendapatnya. Guru juga dituntut lebih kreatif ketika mengajar sehingga dapat membangun kekuatan keyakinan diri pada siswa. Sedangkan siswa harus menanamkan *self efficacy* yang tinggi pada diri mereka sejak awal. Dengan meningkatnya kekuatan keyakinan diri pada siswa, diharapkan siswa dapat lebih percaya diri dan yakin dalam mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik.

2. Selain itu, sekolah dan guru juga diharapkan dapat meningkatkan *self esteem* yang dimiliki oleh siswa dengan membimbing siswa agar lebih menyukai dan menghargai dirinya sendiri, misalnya dengan cara mengadakan kegiatan ekstrakurikuler yang dapat menumbuhkan rasa percaya diri, mampu berinteraksi dengan siswa lain, guru, serta lingkungan sekitar dan selalu berfikiran positif.