

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara keyakinan diri (*self-efficacy*) dengan prokrastinasi akademik mahasiswa FE UNJ. Keterkaitan hubungan antara keyakinan diri dan prokrastinasi akademik dapat dikategorikan sedang, hal ini didasarkan pada hasil perhitungan koefisien korelasi r_{xy} sebesar -0,416 yang berarti sebesar $r_{xy} > 0$ sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin rendah tingkat keyakinan diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik dan sebaliknya.

Berdasarkan uji koefisien determinasi bahwa prokrastinasi akademik (variabel Y) pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta dapat ditentukan oleh keyakinan diri / *self-efficacy* (variabel X) sebesar 17,3% dan sisanya 82,7% ditentukan oleh faktor-faktor lainnya seperti motivasi intrinsik, kondisi lingkungan dan gaya pengasuhan orang tua.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan, bahwa terdapat hubungan yang negative dan signifikan antara keyakinan diri (*self-efficacy*) dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. Hal ini membuktikan bahwa keyakinan diri (*self-efficacy*) merupakan salah satu faktor yang menentukan prokrastinasi akademik, maka baik dari pihak Fakultas

Ekonomi Universitas Negeri Jakarta maupun dari mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta perlu terus meningkatkan keyakinan diri (*self-efficacy*) dan harapan tinggi terhadap kemampuan yang dimiliki akan mempengaruhi terhadap tugas akademik yang sedang mereka hadapi. Salah satu dampak dari rendahnya keyakinan diri (*self-efficacy*) mahasiswa akan membuatnya mudah untuk terjerat prokrastinasi akademik.

Keyakinan Diri (*self-efficacy*) memiliki peranan penting dalam proses belajar mahasiswa. Melalui Keyakinan Diri (*self-efficacy*) ini mahasiswa cenderung memiliki tingkat/taraf kesulitan tugas yang diyakini dapat ditangani oleh individu. Keyakinan Diri (*self-efficacy*) mempengaruhi semangat mahasiswa untuk lebih maju.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang dikemukakan diatas, saran-saran yang kiranya dapat diberikan oleh peneliti adalah:

1. Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2008 saja. Oleh sebab itu, diharapkan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan dengan lokasi penelitian diluar Fakultas Ekonomi atau dapat dibandingkan antara keyakinan diri (*self-efficacy*) mahasiswa Fakultas Ekonomi dengan keyakinan diri (*self-efficacy*) mahasiswa fakultas lain.
2. Penelitian ini hanya meneliti dua variabel keyakinan diri (*self-efficacy*) dengan variabel prokrastinasi akademik. Keyakinan diri (*self-efficacy*) bukan satu-satunya variabel yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Dengan

demikian sebaiknya untuk penelitian selanjutnya juga memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, seperti motivasi intrinsik, kondisi lingkungan dan gaya pengasuhan orang tua.

3. Bagi mahasiswa perlu menyadari adanya hubungan negatif antara keyakinan diri (*self-efficacy*) dengan prokrastinasi akademiknya. Dengan begitu mahasiswa dapat melakukan usaha-usaha yang dapat mengurangi prokrastinasi akademiknya dengan meningkatkan keyakinan diri (*self-efficacy*) terhadap kemampuan yang dimiliki sehingga memudahkan dalam proses pengerjaan tugas. salah satu caranya dengan mengingat pencapaian keberhasilan dalam mengerjakan suatu tugas sebelumnya, dengan cara ini ketika individu mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas dan timbul rasa ingin menyerah, maka cara tersebut dapat membuat rasa kepercayaan diri individu kembali dan yakin dapat mengerjakan tugas sampai selesai.
4. Bagi mahasiswa diharapkan dapat menyadari bahwa perilaku prokrastinasi hanya akan membawa dampak negatif bagi kegiatan perkuliahannya yakni dengan menanamkan kesadaran diri bahwa kenikmatan dari penundaan tugas hanya memberikan efek kesenangan sementara.
5. Untuk mengurangi atau menghindari prokrastinasi akademik, mahasiswa diharapkan dapat memperbaiki atau mengatur waktunya dengan bijak yakni salah satunya dengan membuat agenda kegiatan akademik pribadi agar dapat memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk setiap mengerjakan tugas dan sebaik mungkin dapat mentaati jadwal yang sudah dibuat.

6. Bagi universitas, diharapkan pihak universitas dapat menyelenggarakan sebuah seminar mengenai bahayanya perilaku prokrastinasi akademik untuk mengurangi ataupun menghindari terjadinya prokrastinasi akademik yang dikalangan mahasiswa yang dapat mengakibatkan kemunduran prestasi akademik.
7. Bagi orang tua, diharapkan dapat lebih peka terhadap kebutuhan atau kesulitan yang dihadapi anaknya seputar hal akademik, selalu memberi dukungan dan perhatian kepada anak seperti semangat ataupun penghargaan diri yang nyata dapat meningkatkan rasa keyakinan diri (*self-efficacy*)-nya agar tidak mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas.