

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan secara empiris berdasarkan pengolahan data statistic, deskripsi, analisis, dan interpretasi data yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa:

1. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara *self regulated learning* dan prokrastinasi akademik sebesar -2,92 atau sebesar -2,92%. Semakin rendah *self regulated learning* mahasiswa maka prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi *self regulated learning* maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
2. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara motivasi belajar dan prokrastinasi akademik sebesar -2,73 atau sebesar -2,73%. Semakin rendah motivasi belajar mahasiswa maka prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi motivasi belajar maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa.
3. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara *self regulated learning* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik sebesar 0,253 atau sebesar 25,3%. Apabila *self regulated learning* dan motivasi belajar

rendah maka tingkat prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa semakin tinggi.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil pengolahan data dapat diketahui bahwa terdapat masalah mengenai prokrastinasi akademik yang dirasakan oleh mahasiswa Pendidikan Administrasi Perkantoran 2017 Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Jakarta. Hal ini dapat dilihat bahwa *self regulated learning* dan motivasi belajar mempunyai pengaruh terhadap prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa pendidikan administrasi perkantoran 2017.

Pada variabel *self regulated learning* indikator *performance phases* dengan sub indikator mengobservasi diri atau pemeriksaan kinerja yang merupakan fase kinerja seorang mahasiswa adalah sub indikator yang paling tinggi, sedangkan sub indikator yang paling rendah adalah tujuan belajar yang strategis . Apabila mahasiswa memiliki kinerja yang baik maka prokrastinasi akademik akan menurun.

Pada variabel motivasi belajar indikator ekstrinsik dengan sub indikator lingkungan belajar yang kondusif merupakan sub indikator yang paling tinggi, sedangkan sub indikator hadiah merupakan sub indikator yang paling rendah. Dengan terciptanya lingkungan belajar yang kondusif dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa itu sendiri.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang sudah diuraikan di atas maka peneliti memberikan masukan yang diharapkan dapat menjadi masukan yang bermanfaat, antara lain:

1. Universitas, khususnya Fakultas melalui Bapak/Ibu Dosen memberikan himbauan kepada para mahasiswa bahwa menunda suatu pekerjaan bukanlah hal yang baik dan memberikan masukan kepada mahasiswa bahwa melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan semata dan hanya bersifat hiburan tidak lebih penting dari mengerjakan tugas akademik.
2. Mahasiswa harus bisa mengatur diri dalam menjalankan bidang akademik dan non-akademik, dan hendaknya mahasiswa bisa kembali memeriksa kinerja yang telah dilakukan dengan membuat catatan dan *self reminder* apa saja kinerja yang kurang maksimal dilaksanakan. Mahasiswa juga harus bisa menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dengan cara saling bekerja sama bahwa ketika pembelajaran sudah dimulai hendaknya mahasiswa mengikuti peraturan yang telah disepakati antara dosen dan mahasiswa
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik seperti keyakinan dalam diri yang rendah dan kesehatan yang buruk, serta faktor lainnya sehingga dapat memperluas subjek yang diteliti agar hasil penelitian lebih luas cakupannya.