

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data, pengetahuan deskripsi, analisis dan pembahasan data yang telah dilakukan dan diuraikan pada bab-bab sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara konsep diri terhadap prokrastinasi akademik. Semakin rendah konsep diri mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya ataupun sebaliknya. Dibuktikan dengan hasil pengujian melalui uji t diperoleh $-t_{hitung}$ sebesar -5,331
2. Pengaruh antara harga diri dengan prokrastinasi akademik. Semakin rendah harga diri mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya ataupun sebaliknya. Dibuktikan dengan hasil pengujian melalui uji t diperoleh $-t_{hitung}$ sebesar -3,218
3. Pengaruh antara konsep diri dan harga diri terhadap prokrastinasi akademik. Semakin rendah konsep diri dan harga diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademiknya ataupun sebaliknya. Dibuktikan dengan hasil pengujian melalui uji F diperoleh F_{hitung} sebesar 19,672.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh antara konsep diri dan harga diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa prodi kependidikan di FE UNJ semakin rendah konsep diri dan harga diri maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dialami oleh mahasiswa. Oleh karena itu, setiap mahasiswa harus mengetahui tentang siapa dirinya dengan memiliki konsep diri yang tinggi dan meningkatkan harga diri agar prokrastinasi akademik atau kebiasaan dalam menunda-nunda tugas atau pekerjaan dapat dikurangi.

Berdasarkan rata-rata skor hitung pada indikator, skor terendah prokrastinasi akademik adalah keterlambatan mengerjakan atau mengumpulkan tugas. Hal ini menyatakan bahwa mahasiswa prodi kependidikan di FE UNJ tidak pernah mengalami keterlambatan dalam mengumpulkan tugas, mereka selalu mengumpulkan tugas tepat pada waktu yang telah ditetapkan.

Berdasarkan rata-rata hitung skor pada indikator konsep diri diperoleh skor indikator yang paling tinggi adalah aspek fisik. Dalam hal ini artinya mahasiswa prodi kependidikan di FE UNJ belum sepenuhnya mengetahui kondisi fisik diri sendiri.

Sedangkan pada variabel harga diri, skor indikator yang paling tinggi adalah memiliki kompetensi. Dalam hal ini setiap mahasiswa selalu menginningkan pengakuan atas kompetensi yang ia miliki.dengan pengakuan

ini, mahasiswa akan merasa dianggap di lingkungannya dan dianggap berharga.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti memberikan saran yang diharapkan dapat menjadi masukan yang bermanfaat, antara lain :

1. Untuk masalah prokrastinasi akademik yang tinggi berada pada indikator melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan. Mahasiswa merasa mengerjakan tugas adalah suatu hal yang melelahkan dan membosankan, sehingga seringkali mahasiswa menunda mengerjakan tugas dan memilih untuk bersantai-santai atau berpergian dengan teman-temannya. Semakin sering menunda, maka akan semakin menumpuk tugas yang didapatkan, dan mahasiswa akan semakin malas untuk mengerjakan.

Untuk itu, sebaiknya mahasiswa mengurangi mengerjakan aktifitas yang akan membuat tugas menjadi terbengkalai, atau dengan cara mengerjakan langsung tugas yang didapatkan agar menghindari terjadinya prokrastinasi akademik

2. Konsep diri mahasiswa yang rendah berada pada aspek sosial. Mahasiswa merasa dirinya tidak percaya terhadap kemampuannya dalam bersosialisasi. Mereka cenderung pemalu, merasa kesulitan untuk berbicara di depan umum, gugup, dan sulit untuk berkomunikasi dengan orang yang baru di kenal. Untuk itu mahasiswa diharapkan untuk dapat menyadari bahwa mengetahui kondisi sosial dapat membantu mengontrol

diri agar menjadi seseorang yang mudah berkomunikasi dan mudah untuk berbicara di depan umum.

3. Harga diri dengan nilai terendah adalah mahasiswa merasa kurang memiliki kemampuan seorang individu untuk mencapai apa yang telah dicita-citakan atau diharapkan. Untuk itu, mahasiswa harus berusaha meningkatkan kemampuan dengan terus berlatih atau mengikuti program *soft skill*.