

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil analisis data pada penelitian Hubungan antara Efikasi Diri dan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI di SMKN 15 Jakarta, maka dapat disimpulkan :

1. Terdapat hubungan antara Efikasi Diri dengan Prokrastinasi Akademik, dilihat dari $t_{hitung} (-2,511) < t_{tabel} (-1,978)$. Semakin rendah efikasi diri siswa maka prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa akan semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi efikasi diri siswa maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada diri siswa.
2. Terdapat hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik, dilihat dari $t_{hitung} (-7,466) < t_{tabel} (-1,978)$. Semakin rendah kontrol diri siswa maka prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa akan semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi kontrol diri siswa maka semakin rendah pula tingkat prokrastinasi akademik pada diri siswa.
3. Terdapat hubungan antara Efikasi Diri dan Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik, dilihat dari $F_{hitung} (49,380) > F_{tabel} (3,07)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Efikasi Diri (X1) dan Kontrol Diri (X2) dengan Prokrastinasi Akademik (Y). Mempunyai nilai persamaan regresi berganda

$\hat{Y} = 224,567 - 0,189X1 - 1,114X2$ berarti Prokrastinasi Akademik akan naik, apabila individu memiliki Efikasi Diri (X1) dan Kontrol Diri (X2) yang rendah.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil pengolahan data dapat diketahui bahwa terdapat masalah mengenai prokrastinasi akademik yang dirasakan oleh siswa kelas XI di SMKN 15 Jakarta. Hal ini dapat diketahui dari efikasi diri dan kontrol diri mempunyai hubungan dengan prokrastinasi akademik yang dialami oleh siswa kelas XI di SMKN 15 Jakarta.

Pada variabel efikasi diri dimensi *generality* atau pemahaman akan kemampuannya dengan indikator pengalaman masa lalu memperlemah atau memperkuat individu dalam menyelesaikan tugas merupakan indikator dengan presentase terbesar. Menghindari prokrastinasi akademik dibutuhkan adanya dorongan internal dari dalam diri untuk memiliki keyakinan dan kepercayaan diri. Siswa yang memiliki keyakinan dan kepercayaan diri akan memiliki kekuatan dalam menghadapi tugas sehingga prokrastinasi akademik dapat dihindari.

Pada variabel kontrol diri indikator keputusan merupakan indikator yang paling tinggi. Sekolah menginginkan agar siswanya memiliki kontrol diri yang tinggi, khususnya memiliki kontrol keputusan yang baik. Pengambilan keputusan yang baik dan mempertimbangkan sebab - akibat dengan matang juga tidak bergantung dengan teman atau orang lain dapat mengurangi atau menghilangkan perilaku prokrastinasi akademiknya.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi di atas, maka saran-saran yang dapat diberikan oleh peneliti antara lain:

1. Sekolah, khususnya SMKN 15 Jakarta sebaiknya membuat peraturan atau sistem yang berpotensi menghilangkan atau mengurangi tindakan prokrastinasi siswa karena Guru sebagai pelaksana sistem yang melaksanakan tugasnya berdasarkan sistem yang telah dibuat oleh sekolah. Melalui sistem atau peraturan yang dibuat oleh sekolah, Bapak/Ibu Guru dapat berperan aktif dalam memperhatikan dan membimbing anak didiknya agar mereka yakin akan kemampuan dirinya sehingga mereka dapat mengontrol dirinya untuk tidak melakukan tindakan prokrastinasi. Pemberian nasihat sampai hukuman juga perlu dilakukan pihak sekolah bagi siswa yang melakukan tindakan prokrastinasi akademik agar siswa dapat mengetahui akibat dari tindakan prokrastinasi akademik sehingga tidak lagi dilakukan.
2. Siswa harus bisa memperbaiki perilaku mereka yang mengganggu jalannya proses belajar dan memahami kemampuan yang dimilikinya sehingga siswa tidak terlambat dalam mengerjakan tugas yang menjadi salah satu terjadinya tindakan prokrastinasi akademik karena tindakan tersebut akan merugikan bagi diri sendiri dalam bidang akademik. Melalui pemahaman atas kemampuan yang dimiliki membuat siswa yakin atas kemampuannya baik dalam kegiatan belajar maupun dalam menjaga perilakunya agar lebih baik.

3. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengkaji lebih dalam permasalahan prokrastinasi akademik, seperti meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik dan juga meneliti dengan jenjang yang berbeda sehingga dapat memperluas subjek yang diteliti agar hasil penelitian lebih luas cakupannya.