

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan deskriptif, analisis, interpretasi data dan pengolahan data statistik yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa, prokrastinasi adalah perilaku penundaan aktivitas dalam penyelesaian tugas, persiapan ujian dan pembuatan keputusan yang disebabkan adanya perasaan tidak nyaman serta cenderung melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Pengaturan diri dalam belajar adalah tindakan yang dilakukan siswa untuk mencapai tujuan dengan cara merencanakan, memonitoring dan mengevaluasi setiap kegiatan belajarnya.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara pengaturan diri dalam belajar dengan prokrastinasi pada siswa SMK N 46 Jakarta. Bentuk hubungan negatif antara pengaturan diri dalam belajar dengan prokrastinasi ditunjukkan pada persamaan regresi yang diperoleh dari kedua variabel tersebut, yaitu $\hat{Y} = 71,50 - 0,221 X$.

Berdasarkan perhitungan koefisien determinasi yang diperoleh, maka 8,23 % variasi prokrastinasi ditentukan oleh pengaturan diri dalam belajar sehingga didapatkan bahwa tingkat prokrastinasi siswa SMK Negeri 46 Jakarta berada pada kategori tingkat rendah. Sehingga dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengaturan diri dalam belajar siswa SMK Negeri 46 Jakarta tergolong tinggi sehingga mampu dalam mereduksi kecenderungan melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan perhitungan analisis indikator, didapat indikator yang paling berpengaruh dalam penelitian ini pada variabel pengaturan diri dalam belajar adalah indikator monitoring dengan sub indikator kemajuan belajar sebesar 6,49 dan pada variabel prokrastinasi adalah indikator penundaan dengan sub indikator membuat keputusan sebesar 3,24.

Dengan demikian siswa yang memiliki kemampuan pengaturan diri dalam belajar yang tinggi khususnya dalam hal monitoring kemajuan belajar yang tinggi, akan mampu meredam kecenderungan prokrastinasi membuat keputusan. Adanya monitoring perkembangan dan kemajuan belajar, siswa akan terkondisikan untuk lebih tepat dalam mengambil keputusan langkah selanjutnya untuk mencapai tujuan belajarnya.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara pengaturan diri dalam belajar dengan prokrastinasi pada siswa SMK Negeri 46 Jakarta. Hal ini membuktikan bahwa pengaturan diri dalam belajar berpengaruh rendah terhadap kecenderungan prokrastinasi, maka baik dari pihak SMK Negeri 46 Jakarta maupun diri individu siswa SMK Negeri 46 Jakarta perlu terus pengaturan diri dalam belajar pada setiap siswa karena apabila seorang siswa memiliki pengaturan diri dalam belajar yang tinggi maka perilaku menunda kegiatan akademik tidak akan terjadi. Begitu juga sebaliknya apabila siswa memiliki pengaturan diri dalam belajar yang tinggi, bisa berdampak rendahnya berperilaku menunda kegiatan akademik. Seperti menunda penyelesaian tugas, menunda persiapan ujian dengan melakukan aktivitas lain pengumpulan tugas, serta mampu mereduksi kelambanan dan penundaan penyelesaian tugas maupun belajar.

Secara keseluruhan dalam penelitian ini salah satu upaya untuk mengetahui tingkat pengaturan diri dalam belajar siswa SMK Negeri 46 Jakarta yang dapat dihubungkan dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi. Dengan demikian implikasi yang diperoleh berdasarkan hasil penelitian ini adalah bahwa untuk mencegah terjadinya kecenderungan prokrastinasi pada siswa khususnya dalam hal penundaan pembuatan keputusan, maka diperlukan pengaturan diri dalam belajar dalam hal monitoring kegiatan belajar yang baik karena siswa yang mampu memonitor kegiatan belajarnya maka siswa tersebut dapat memutuskan tindakan seperti apa yang akan bisa dia lakukan dalam pencapaian tujuan belajarnya sehingga mampu mereduksi kelambanan dalam hal membuat keputusan.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan serta implikasi di atas, maka peneliti menyampaikan saran-saran, yaitu:

1. Siswa

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki pengaturan diri dalam belajar yang tinggi akan dapat mencegah kecenderungan berperilaku prokrastinasi yang relatif rendah. Adanya informasi ini diharapkan kesadaran siswa untuk lebih meningkatkan kecakapan dalam mengontrol dan memonitor kemajuan belajar meredam kecenderungan melakukan prokrastinasi sebelum menjadi masalah yang kompleks.

2. Guru

Bagi guru diharapkan dapat mengarahkan dan membimbing siswa dalam memonitor kegiatan belajarnya untuk menekan timbulnya perilaku prokrastinasi pada siswa. Prokrastinasi adalah salah satu perilaku penyimpangan dalam akademik untuk itu guru diharapkan lebih memantau aktivitas kegiatan akademik setiap siswa khususnya di SMK Negeri 46 Jakarta.

3. Peneliti

Penelitian ini hanya memiliki dua variabel yaitu variabel pengaturan diri dalam belajar dengan variabel prokrastinasi.. Dari hasil kesimpulan penelitian ini didapatkan bahwa monitoring diri dalam penelitian ini pada pengaturan diri dalam belajar bukan satu-satunya variabel yang mempengaruhi prokrastinasi. Dengan demikian sebaiknya untuk penelitian selanjutnya juga memperhatikan indikator – indikator lain dalam pengaturan diri dalam belajar serta variabel lain yang mempengaruhi prokrastinasi.