

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa, sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa “Ada hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa” diterima. Artinya semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Jadi hipotesis yang diajukan diterima.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan diatas, maka ada beberapa saran yang diberikan oleh peneliti sebagai berikut:

##### **1. Bagi Mahasiswa**

*Self-efficacy* yang tinggi yang dimiliki oleh mahasiswa dapat membuat mahasiswa tersebut untuk memperoleh hasil yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Tentunya tugas-tugas yang dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu akan memberikan dampak yang baik untuk diri sendiri. Tidak hanya itu, mahasiswa juga akan mendapatkan nilai yang bagus. Sehingga disarankan kepada mahasiswa untuk meningkatkan *self-efficacy* yang dimiliki agar mampu untuk menghadapi permasalahan yang ada dalam proses menuntut ilmu diperguruan tinggi, sehingga hal tersebut dapat mencegah terjadinya prokrastinasi akademik. Untuk meningkatkan *self-efficacy* disarankan kepada mahasiswa untuk selalu bersemangat dalam menuntut ilmu, memiliki rasa percaya diri yang tinggi, selalu berpikir positif, dan mencari panutan yang baik agar bisa dijadikan contoh.

##### **2. Bagi peneliti lain**

Bagi penelilitlain, bila hendak melakukan penelitian yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik diharapkan untuk melihat variabel-variabel yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik misalnya *self-control*, dukungan orangtua, *self-esteem*, motivasi. Selain itu, disarankan untuk menggunakan populasi yang lebih luas, tidak hanya dalam satu fakultas di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya saja, melainkan dari beberapa fakultas lain yang terdapat di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.