

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengujian hipotesis dan analisis data, mengenai pembahasan hasil penelitian tentang pengaruh *Self Regulation* terhadap Prokrastinasi akademik pada mata pelajaran SKI siswa kelas VIII MTsN 1 Kota Kediri dengan FoMO di media sosial sebagai variabel mediasi. Dengan demikian beberapa kesimpulan dapat dibuat sebagai berikut :

1. *Self regulation* berpengaruh terhadap FoMO di media sosial secara signifikan dan memiliki arah pengaruh negatif, dengan nilai *P value* $(0,000) < 0,05$ dan nilai β sebesar $-0,665$, dengan demikian H1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *Self regulation*, maka semakin rendah tingkat FoMO di media sosial.
2. *Self Regulation* berpengaruh terhadap Prokrastinasi akademik pada mata pelajaran SKI secara signifikan dan memiliki arah pengaruh negatif, dengan nilai *P value* $(0,000) < 0,05$ dan nilai β sebesar $-0,576$, maka dapat disimpulkan bahwa H2 diterima. Hal ini membuktikan bahwa semakin tinggi *Self Regulation*, maka semakin rendah tingkat Prokrastinasi akademik.
3. FoMO di media sosial tidak memiliki pengaruh terhadap Prokrastinasi akademik pada mata pelajaran SKI secara signifikan dan memiliki arah pengaruh positif, dengan nilai *P value* $(0,666) > 0,05$ dan nilai β sebesar $0,057$, maka dapat disimpulkan bahwa H3 ditolak. Hal ini

memperlihatkan bahwa tingkat FoMO di media sosial tidak mempengaruhi tingkat prokrastinasi akademik pada mata pelajaran SKI.

4. *Self regulation* tidak memiliki pengaruh terhadap Prokrastinasi akademik pada mata pelajaran SKI dengan FoMO di media sosial sebagai variabel mediasi, dengan nilai *P value* (0,667) > 0,05 dan nilai β sebesar -0,199, maka dapat disimpulkan bahwa H4 ditolak. Hal ini mengungkapkan bahwa FoMO di media sosial tidak mampu memediasi pengaruh *Self regulation* terhadap Prokrastinasi akademik pada mata pelajaran SKI.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti menyampaikan saran sebagai berikut :

1. Bagi siswa perlu mengelola *self regulation* dengan baik dan meningkatkannya agar dapat digunakan dalam mengatasi dan menghadapi berbagai tantangan selama menempuh pendidikan untuk mencapai tujuan yang diharapkan, karena dari hasil penelitian tingkat *self regulation* yang dimiliki siswa masih dalam kategori sedang. Meskipun hal tersebut tidak berdampak pada perilaku prokrastinasi akademik bila di imbangi oleh perilaku FoMO, akan tetapi *self regulation* sangat diperlukan untuk meminimalisir tindakan prokrastinasi akademik dan perilaku FoMO di media sosial yang mungkin saja bisa terjadi akibat terlalu berlebihan dalam menggunakan media sosial. Selain itu berusaha untuk mengubah perilaku FoMO menjadi JoMO (*Joy of Missing Out*).
2. Bagi guru, orang tua, dan lingkungan sekitar perlu terlibat dalam meningkatkan *Self regulation* untuk menciptakan keselarasan di setiap

aspek hidup siswa, dan berusaha mengubah perilaku FoMO menjadi JoMO (*Joy of Missing Out*).

3. Bagi peneliti selanjutnya dengan tema yang sama yaitu *Self regulation*, FoMO di media sosial, dan prokrastinasi akademik dapat menyempurnakan penelitian ini dengan menambahkan bahasan yang mungkin belum dibahas, serta perlu menyempurnakan item-item pada skala masing-masing variabel sesuai dengan konteks penelitian agar penelitian yang dilakukan dapat optimal. Diharapkan penelitian ini akan bermanfaat bagi peneliti selanjutnya.