

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh prokrastinasi dan regulasi diri terhadap prestasi belajar matematika siswa kelas X di SMA Negeri 7 Kota Kediri, diperoleh beberapa temuan sebagai berikut:

1. Prokrastinasi tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap prestasi belajar matematika siswa kelas X SMA Negeri 7 Kota Kediri. Hal ini terlihat dari nilai t hitung yang sebesar 1,925, yang lebih kecil daripada nilai t tabel 1,98472. Dengan demikian, H_0 diterima dan H_a ditolak.
2. Regulasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prestasi belajar matematika siswa kelas X SMA Negeri 7 Kota Kediri. Nilai t hitung untuk regulasi diri sebesar 3,065, yang lebih besar dari t tabel 1,98472, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.
3. Secara bersama-sama, prokrastinasi dan regulasi diri berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar matematika siswa kelas X SMA Negeri 7 Kota Kediri. Hal ini tercermin dari nilai F hitung sebesar 4,650 yang lebih besar daripada F tabel 3,94, yang menunjukkan adanya pengaruh simultan antara kedua variabel terhadap prestasi belajar matematika siswa. Selain itu, nilai R Square sebesar 0,087 menunjukkan bahwa kontribusi prokrastinasi dan regulasi diri terhadap prestasi belajar matematika siswa hanya mencapai 8,7%,

sementara 91,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, seperti minat belajar, kecerdasan intelektual, dukungan keluarga, dan kualitas pembelajaran yang diterima. Hal ini mengindikasikan bahwa pencapaian akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai aspek-aspek lain tersebut.

4. Meskipun secara simultan prokrastinasi dan regulasi diri berpengaruh terhadap prestasi belajar matematika, jika dianalisis secara terpisah, hanya regulasi diri yang memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi belajar matematika. Temuan ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki regulasi diri yang baik cenderung meraih prestasi belajar yang lebih tinggi, sementara tingkat prokrastinasi tidak berpengaruh secara langsung terhadap prestasi belajar matematika mereka.
5. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh prokrastinasi terhadap prestasi belajar matematika tidak terbukti signifikan. Hal ini berbeda dengan beberapa studi sebelumnya yang mengindikasikan adanya pengaruh prokrastinasi terhadap prestasi belajar. Perbedaan hasil ini mungkin disebabkan oleh faktor-faktor lain yang mempengaruhi, seperti karakteristik siswa, metode pembelajaran yang diterapkan, lingkungan belajar, serta tingkat kesulitan materi matematika yang dihadapi siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijabarkan, peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Pendidik

Pendidik diharapkan dapat membantu siswa dalam meningkatkan regulasi diri mereka dalam belajar matematika, mengingat regulasi diri terbukti berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar matematika. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan bimbingan terkait manajemen waktu, strategi belajar yang efektif, serta pemberian motivasi agar siswa lebih disiplin dalam mengatur proses belajarnya. Selain itu, pendidik juga dapat memberikan metode pembelajaran yang lebih interaktif untuk membantu siswa yang memiliki kecenderungan menunda pekerjaan agar lebih aktif dalam memahami materi.

Sebagai contoh konkret, pendidik dapat mengajak siswa melakukan kegiatan refleksi diri secara berkala, seperti menuliskan jurnal belajar mingguan atau membuat catatan evaluasi pribadi setelah menyelesaikan tugas atau ulangan. Kegiatan ini membantu siswa menyadari pola belajar mereka, mengidentifikasi kendala yang dihadapi, dan merancang strategi perbaikan kedepannya. Dengan demikian, proses belajar menjadi lebih terarah dan siswa terdorong untuk bertanggung jawab atas perkembangan belajarnya secara mandiri.

2. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih sadar akan pentingnya regulasi diri dalam meningkatkan prestasi belajar, terutama dalam mata pelajaran matematika. Mereka dapat mulai menerapkan kebiasaan belajar yang lebih terstruktur, seperti membuat jadwal belajar, menghindari gangguan saat belajar, serta menetapkan tujuan akademik yang jelas. Meskipun prokrastinasi tidak terbukti secara signifikan mempengaruhi prestasi belajar matematika, tetap disarankan bagi siswa untuk mengurangi kebiasaan menunda tugas agar proses pembelajaran menjadi lebih optimal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang mungkin lebih berpengaruh terhadap prestasi belajar matematika, mengingat hasil penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi tidak memiliki pengaruh yang signifikan. Faktor lain seperti motivasi intrinsik, kecerdasan emosional, gaya belajar, atau dukungan lingkungan belajar dapat menjadi fokus penelitian berikutnya untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar matematika siswa. Selain itu, disarankan agar penelitian selanjutnya dilakukan dengan cakupan sampel yang lebih luas atau metode penelitian yang berbeda untuk memperkaya hasil kajian di bidang ini.

C. Kelebihan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa kelebihan yang dapat menjadi dasar dan referensi untuk penelitian selanjutnya, di antaranya:

1. Topik yang relevan dan kontekstual, yaitu membahas hubungan antara prokrastinasi, regulasi diri, dan prestasi belajar matematika. Hal ini penting mengingat matematika merupakan salah satu mata pelajaran yang sering menjadi tantangan bagi siswa.
2. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda, sehingga mampu menguji pengaruh masing-masing variabel secara simultan dan parsial dengan data yang terukur secara statistik.
3. Hasil penelitian memberikan temuan yang berbeda dari sebagian studi sebelumnya, khususnya pada variabel prokrastinasi, sehingga dapat menjadi bahan diskusi baru dalam pengembangan teori maupun praktek pendidikan.
4. Instrumen penelitian telah melalui uji validitas dan reliabilitas, sehingga data yang diperoleh dapat dipercaya dan layak untuk dianalisis.
5. Memberikan kontribusi praktis bagi guru, siswa, dan peneliti lain dalam upaya memahami serta meningkatkan prestasi belajar matematika melalui penguatan aspek regulasi diri.

D. Kekurangan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah memberikan gambaran yang cukup jelas mengenai pengaruh prokrastinasi dan regulasi diri terhadap prestasi belajar matematika, terdapat beberapa kekurangan yang perlu diperhatikan sebagai bahan evaluasi:

1. Cakupan sampel terbatas, yaitu hanya melibatkan siswa kelas X di satu sekolah (SMA Negeri 7 Kota Kediri), sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi untuk populasi yang lebih luas.

2. Variabel yang diteliti hanya dua, yakni prokrastinasi dan regulasi diri, padahal terdapat banyak faktor lain yang juga dapat mempengaruhi prestasi belajar matematika, seperti motivasi, strategi belajar, dukungan sosial, dan kondisi lingkungan belajar.
3. Pendekatan yang digunakan bersifat kuantitatif murni, sehingga tidak menangkap secara mendalam alasan di balik perilaku siswa, terutama terkait aspek psikologis atau kontekstual yang mungkin berperan dalam prestasi belajar.
4. Data dikumpulkan melalui kuesioner, yang bergantung pada kejujuran dan persepsi subyektif responden. Hal ini dapat menimbulkan bias jika siswa memberikan jawaban yang tidak sesuai dengan kondisi sebenarnya.
5. Instrumen penelitian belum diuji pada kelompok yang lebih beragam, sehingga validitas dan reliabilitasnya mungkin belum cukup kuat untuk diterapkan di konteks yang berbeda.