

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai “Pengaruh Kecanduan Ponsel dan Pengendalian Diri Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Semester 4 Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri”, maka peneliti menemukan beberapa temuan-temuan yaitu sebagai berikut:

1. Mahasiswa semester 4 program studi Psikologi Islam IAIN Kediri memiliki tingkat kecanduan ponsel sedang dengan persentase sebesar 61.8%. Terdapat pengaruh positif yang signifikan antara kecanduan ponsel dengan prokrastiasi akademik sebesar 13.4%.
2. Mahasiswa semester 4 program studi Psikologi Islam IAIN Kediri memiliki tingkat pengendalian diri sedang dengan persentase sebesar 75.4%. Terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara pengendalian diri dengan prokrastiasi akademik sebesar 23.4%.
3. Mahasiswa semester 4 program studi Psikologi Islam IAIN Kediri memiliki tingkat prokrastinasi tinggi dengan persentase sebesar 46.6%. Terdapat pengaruh positif yang signifikan antara kecanduan ponsel dan pengendalian diri secara simultan terhadap prokrastiasi akademik sebesar 23.8%.

#### **B. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini secara keseluruhan, peneliti ingin memberikan saran kepada pihak-pihak terkait yaitu sebagai berikut :

**1. Bagi Mahasiswa**

Penelitian diharapkan dapat menjadi bahan berkaca diri sendiri bahwasannya perilaku prokrastinasi akademik berkaitan dengan kecanduan ponsel dan pengendalian diri seorang mahasiswa. Sehingga pada akhirnya dapat menilai dan melakukan evaluasi terhadap diri sendiri untuk menghindari perilaku kecanduan ponsel dan menunda-nunda pekerjaan.

**2. Bagi Dosen Pembimbing Akademik**

Mendapati bahwa kecanduan ponsel dan pengendalian diri berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik bagi mahasiswa yang masih aktif melaksanakan studi dalam mengerjakan tugas akademiknya, maka dosen pembimbing akademik diharapkan dapat mampu mengarahkan serta mengawasi mahasiswa dibawah tanggung jawabnya supaya mahasiswa tidak abai dan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas perkuliahan sehingga mengalami penurunan nilai atau prestasi akademik.

**3. Bagi Orang Tua Mahasiswa**

Peneliti meyakini bahwa perilaku kecanduan ponsel berawal dari kebiasaan yang tercipta dari lingkungan terdekat yaitu keluarga, lemahnya kontrol orang tua terhadap anaknya dalam penggunaan ponsel yang tidak didasarkan pada kepentingan untuk pembelajaran. Hal itu berakibat penggunaan ponsel lebih kepada bermain game atau bermedia sosial. Orang tua yang tidak membatasi penggunaan ponsel anaknya dapat menyebabkan kecanduan ponsel dan berakibat pada prokrastinasi

akademik. Selain itu, orang tua memiliki peranan penting untuk mengajari dan menanamkan sikap pengendalian diri yang kuat dalam diri anaknya sehingga tidak mudah tergoda hal hal yang kurang bermanfaat dan merugikan secara akademik.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti memiliki keyakinan bahwa perilaku prokrastinasi akademik tidak hanya dipengaruhi oleh kecanduan ponsel dan pengendalian diri sebagai penyebab utama. Peneliti meyakini bahwa terdapat variabel lainnya yang membawa dampak kepada prokrastinasi akademik mahasiswa. Untuk itu, diperlukan penelitian lanjutan oleh para peneliti lain sehingga dapat menyempurnakan penelitian ini.

### C. KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini hanya meneliti mahasiswa aktif semester 4 yang senantiasa mendapatkan tugas akademik sebagai konsekuensi mata kuliah yang ditempuh dari Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri dan bukan keseluruhan mahasiswa aktif pada seluruh Program Studi yang berada di IAIN Kediri. Sehingga hasil penelitian yang didapatkan hanya menggambarkan kondisi mahasiswa aktif semester 4 Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri saja yang menjadi populasi penelitian pada penelitian ini