

## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh *self efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai koefisien regresi (b) sebesar -0,669. Pada taraf signifikansi 5% dapat diketahui  $t_{hitung}$  sebesar -7,492 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena koefisien regresi mempunyai nilai negatif dan nilai signifikansi ( $p$ ) < 0,05, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *Self Efficacy* ( $X_1$ ) terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Y). Berdasarkan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,257 *Self Efficacy* ( $X_1$ ) memberikan pengaruh terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Y) sebesar 25,7% dan sisanya 74,3%.
2. Terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai koefisien regresi (b) sebesar -0,631. Pada taraf signifikansi 5% dapat diketahui  $t_{hitung}$  sebesar -9,849 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena koefisien regresi mempunyai nilai negatif dan nilai signifikansi ( $p$ ) <

0,05, maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *Self Regulated Learning* ( $X_2$ ) terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Y). Berdasarkan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,375 *Self Regulated Learning* ( $X_2$ ) memberikan pengaruh terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Y) sebesar 37,5% dan sisanya 62,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

3. Terdapat pengaruh *self efficacy* dan *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Jurusan Tarbiyah Prodi PAI Angkatan 2013 STAIN Kediri. Hal tersebut ditunjukkan dengan nilai koefisien regresi ( $X_1$ ) terhadap (Y) sebesar 0,247. Pada taraf signifikansi 5% diketahui  $t_{hitung}$  sebesar -2,315 dengan nilai signifikansi sebesar 0,022 yang lebih rendah dari 0,05. Sedangkan nilai koefisien regresi ( $X_2$ ) terhadap (Y) sebesar -0,504. Pada taraf signifikansi 5% diketahui  $t_{hitung}$  yaitu sebesar -6,044 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih rendah dari 0,05. Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *Self Efficacy* ( $X_1$ ) dan *Self Regulated Learning* ( $X_2$ ) terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Y). Berdasarkan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,395 ( $X_1$  dan  $X_2$ ) memberikan pengaruh terhadap (Y) sebesar 39,5% dan sisanya 60,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

## B. Saran-saran

### 1. Bagi Jurusan

Jurusan diharapkan menyelenggarakan program-program yang dapat menurunkan prokrastinasi akademik serta meningkatkan *self efficacy*

dan *self regulated learning* mahasiswa. Jurusan dapat menyelenggarakan program pembimbingan dan pendampingan seperti orientasi akademik dan masa depan yang informatif pada awal tahun pertama perkuliahan, perwalian akademik rutin sebanyak 2-3 kali per semester, pembimbingan khusus bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan akademik dan masa studi di atas 4 tahun, dan program lainnya yang dapat dilakukan oleh para dosen secara mandiri. Jurusan juga dapat menyelenggarakan program apresiasi dengan melakukan pemilihan mahasiswa berprestasi setiap tahunnya agar mahasiswa terpacu untuk senantiasa berprestasi.

## **2. Bagi Mahasiswa**

Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang diharapkan untuk lebih meningkatkan *self efficacy* dan *self regulated learning* dengan cara menyadari peran dan tanggung jawabnya yang menentukan kesuksesan dirinya baik kini maupun di masa depan. Mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah agar tetap mempertahankan *self efficacy* dan *self regulated learning* sehingga dapat menghindari prokrastinasi akademik dalam kegiatan akademiknya. Dengan demikian prestasi akademik akan terjaga dengan baik.

## **3. Bagi Peneliti lain**

Penelitian ini mengungkap prokrastinasi dengan melibatkan dua variabel, yaitu *self efficacy* dan *self regulated learning*. Kedua hal ini hanya mampu menjelaskan variansi prokrastinasi akademik sebesar 39,5%. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat 60,5% faktor lain yang mampu

menjelaskan variansi prokrastinasi akademik. oleh karena itu dimungkinkan untuk mengadakan penelitian yang mengungkap faktor-faktor lain tersebut untuk dijadikan sebagai variabel yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik.