

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan penelitian mengenai hubungan *hardiness* dan resiliensi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi IAIN Kediri dalam mengerjakan tugas skripsi, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan negatif dan signifikan antara *hardiness* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi IAIN Kediri dalam menyelesaikan tugas skripsi. Hasil ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0.000 yang lebih kecil dari 0,05 dengan nilai *pearson correlation* menunjukkan -0.661 yang berarti terdapat hubungan negatif. Hal ini dapat diartikan bahwa jika *hardiness* semakin tinggi maka prokrastinasi akademik semakin rendah dan sebaliknya jika *hardiness* semakin rendah maka prokrastinasi akademik semakin tinggi. Dapat dilihat pada tabel R square terdapat nilai 0,437 dan untuk mengetahui sumbangan efektif dikalikan 100%. Jadi sumbangan efektif variabel *hardiness* dengan prokrastinasi akademik sebesar 43,7%.
2. Ada hubungan negatif dan signifikan antara resiliensi dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi IAIN Kediri dalam menyelesaikan tugas skripsi. Hasil ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0.000 yang lebih kecil dari 0,05 dengan nilai *pearson correlation* menunjukkan -0.736 yang berarti terdapat hubungan negatif. Hal ini dapat diartikan bahwa jika resiliensi semakin tinggi maka prokrastinasi akademik semakin rendah dan

sebaliknya jika resiliensi semakin rendah maka prokrastinasi akademik semakin tinggi. Dapat dilihat pada tabel R square terdapat nilai 0,542 dan untuk mengetahui sumbangan efektif dikalikan 100%. Jadi sumbangan efektif variabel resiliensi dengan prokrastinasi akademik sebesar 54,2%.

3. Ada hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dan resiliensi dengan prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi IAIN Kediri dalam menyelesaikan tugas skripsi. Hasil ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0.000 yang lebih kecil dari 0,05 dengan nilai R square menunjukkan nilai 0.567 dan untuk mengetahui sumbangan efektif dikalikan 100%. Jadi sumbangan efektif variabel *hardiness* dan resiliensi dengan prokrastinasi akademik sebesar 56,7%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan di atas, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Dengan diketahuinya tingkat *hardiness* pada mahasiswa pada aspek kontrol berada pada tingkat sedang dengan responden 25 sedangkan pada tingkat rendah sebanyak 60 mahasiswa dan sisanya sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa psikologi angkatan 2018 IAIN Kediri masih kurang dan lemah dalam mengatur dan mengontrol diri dalam individunya, untuk tetap bisa bertahan dan berperilaku sesuai dengan keadaan yang terjadi. Oleh karena itu mahasiswa diharapkan mampu mengarahkan, mengendalikan dan mengatur perilaku dalam dirinya

sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang perkuliahanya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi bagi peneliti lainnya sebagai bahan acuan penelitian yang akan datang. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan mampu meneliti hubungan variabel *hardiness* dan resiliensi dengan prokrastinasi akademik dengan subjek dan item kuesioner yang lebih luas.