

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara kecemasan masa depan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecemasan masa depan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir. Semakin tinggi kecemasan masa depan maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir, begitu pula sebaliknya jika semakin rendah kecemasan masa depan maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir. Mahasiswa semester akhir dengan kecemasan yang tinggi dianggap lebih besar kemungkinannya untuk melakukan prokrastinasi akademik. Sedangkan di sisi lain, mahasiswa semester akhir dengan tingkat kecemasan yang rendah dianggap lebih kecil kemungkinan untuk melakukan prokrastinasi akademik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti memberikan saran yaitu:

1. Bagi Subjek Penelitian

Saran untuk mahasiswa semester akhir agar senantiasa yakin terhadap masa depan yang akan cerah atau berhasil serta jangan sering kali menunda-nunda mengerjakan tugas, agar dalam melaksanakan perkuliahan tidak ada kata

terlambat dalam mengumpulkan tugas. Terlalu takut akan masa depan dapat menghambat diri kita, sehingga kecenderungan prokrastinasi akan semakin tinggi juga.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan lebih menggali lagi mengenai kecemasan masa depan dengan prokrastinasi akademik dikarenakan masih kurangnya penelitian mengenai kecemasan masa depan terhadap mahasiswa. Selain itu, peneliti diharapkan untuk lebih menggali faktor-faktor lain dari kecemasan masa depan dikarenakan masih banyak sekali faktor yang mempengaruhi kecemasan masa depan selain dilihat dari kecemasan masa depan.