

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara berpikir positif dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan $r = -0,297$ dan $p = 0,004$ ($p < 0,05$). Artinya semakin tinggi tingkat berpikir positif yang dimiliki mahasiswa maka tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa memiliki kecenderungan rendah. Sebaliknya, semakin rendah tingkat berpikir positif yang dimiliki mahasiswa maka tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa akan cenderung tinggi.

Sedangkan dari hasil kategorisasi dapat diketahui berpikir positif yang dimiliki sebagian besar subjek cenderung tinggi dengan presentasi sebesar 83% (64 subjek) dan prokrastinasi akademik sedang dengan presentasi 70,1% (54 subjek). Hasil penelitian ini memperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,088. Menunjukkan bahwa sumbangan variabel berpikir positif sebesar 8,8% dan sisanya 91,8% diasumsikan dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Berkaitan dengan kekurangan tersebut, saran yang dapat diberikan, yaitu:

1. Bagi Subjek

Berdasarkan hasil penelitian ini, subjek pada umumnya memiliki prokrastinasi akademik kategori sedang. Oleh karena itu diharapkan subjek yang menjadi bagian dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Universitas Mercu Buana untuk dapat mengurangi perilaku prokrastinasi lebih lanjut, meskipun tingkat berpikir positif yang dimiliki pada kategori tinggi. Dimungkinkan prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti lain yang berminat untuk melanjutkan penelitian ini disarankan untuk meneliti variabel lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini yang kemungkinan lebih dominan mempengaruhi prokrastinasi akademik atau dengan menggunakan metode penelitian yang lain.