

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil analisis korelasi product moment (*person correlation*) diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = -0.527 dengan $p = 0.000$ ($p < 0.01$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Artinya, semakin tinggi *adversity quotient* maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sebaliknya semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan bertahan, dan dapat menyelesaikan tugas-tugas dan masalahnya dengan baik, sehingga ketika terjadi peristiwa yang menghambat kehidupan akademiknya atau mengalami sebuah kesulitan maka mahasiswa tidak akan menolak, menghindar dari tugas-tugas akademiknya. Sebaliknya ketika mahasiswa tidak mampu untuk menghadapi dan keluar dari kesulitan yang terjadi di kehidupan akademiknya maka mahasiswa akan menolak dan menghindar dengan memilih kegiatan lain yang lebih menyenangkan sebagai pelarian atau obat dari permasalahan yang terjadi.

Pada penelitian ini juga menunjukkan koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh sebesar 0,278, hal tersebut menunjukkan bahwa variabel *adversity quotient* memberikan sumbangan sebesar 27.8% terhadap variabel prokrastinasi akademik dan sisanya 72,2% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti ketergantungan pada orang lain yang kuat dan banyak

mebutuhkan bantuan, pengambilan risiko yang berlebihan, sikap yang kurang tegas, sikap memberontak, dan kesukaran memilih keputusan, kondisi fisiologis, tipe kepribadian dan motivasi. Pada penelitian ini hasil kategorisasi subjek menunjukkan 46 mahasiswa memiliki tingkat *adversity quotient* tinggi, 31 mahasiswa memiliki tingkat *adversity quotient* sedang, tidak ada mahasiswa yang memiliki tingkat *adversity quotient* rendah. Hasil kategorisasi subjek prokrastinasi akademik menunjukkan tidak ada mahasiswa yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi, 47 mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik sedang, dan 30 mahasiswa memiliki prokrastinasi akademik rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi subjek dan Mahasiswa

Subjek dan mahasiswa lainnya yang mengalami prokrastinasi akademik diharapkan dapat mengurangi prokrastinasi akademiknya dengan meningkatkan *adversity quotient* nya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan mempertimbangkan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor ketergantungan pada orang lain, pengambilan risiko yang berlebihan, sikap yang kurang tegas, sikap memberontak, dan kesukaran memilih keputusan, kondisi fisiologis, tipe kepribadian dan motivasi.