

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dari pembahasan, disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*) dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa pandemi *Covid-19*. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi mahasiswa**

Dari hasil penelitian ini, maka disarankan kepada mahasiswa untuk lebih mendalami dan menerapkan regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*) dengan beberapa cara seperti mengikuti pelatihan, seminar maupun belajar mandiri melalui referensi dan berbagai sarana lainnya menunjang. Hal tersebut dimaksudkan agar mahasiswa dapat lebih memahami dan mengatur proses belajar, dengan menerapkan strategi-strategi regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*) untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

##### **2. Bagi peneliti berikutnya**

Penelitian ini masih sederhana, terbatas dan disertai dengan beberapa kelemahan. Disarankan bagi peneliti berikutnya untuk menambah subjek penelitian, melakukan penelitian dengan tipe lainnya seperti komparasi atau eksperimentasi, serta melibatkan lebih banyak variabel lain yang belum

dilibatkan dalam penelitian ini. Selain itu disarankan untuk melakukan pengecekan referensi sehingga materi acuan yang dipergunakan berkesesuaian dengansumber aslinya.