

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang telah dilaksanakan, kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dari *academic self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran. Variabel *academic self-efficacy* berpengaruh secara negatif terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas kedokteran. Hal ini menjelaskan bahwa peningkatan *academic self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa berpengaruh pada penurunan prokrastinasi akademik yang dimiliki, begitupun sebaliknya. Dari hasil penelitian, diketahui bahwa mayoritas di kalangan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran memiliki *academic self-efficacy* dan prokrastinasi akademik yang berada dalam kategori sedang.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, terdapat beberapa saran yang diusulkan peneliti sebagai pertimbangan mengenai hasil penelitian ini.

##### 5.2.1 Saran Metodologis

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian dengan topik serupa dapat meneliti faktor lain, karena berdasarkan hasil penelitian diketahui pengaruh *academic self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik adalah sebesar 22,8%, artinya terdapat 77,2% faktor lain yang dapat

mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Oleh karena itu peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi faktor lain yang berpotensi memengaruhi prokrastinasi akademik, yang belum dibahas secara mendalam dalam penelitian ini, seperti dukungan sosial, regulasi diri, stress akademik, dan lain sebagainya.

2. Peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir, disarankan untuk menambahkan pertanyaan terbuka diawal pengisian kuesioner. Pertanyaan terbuka ini dapat mengeksplorasi alasan mendalam mengenai mengapa mereka melakukan prokrastinasi dan keterlambatan penyelesaian studi, seperti pertanyaan terkait kendala kesehatan, kendala keluarga, ekonomi, atau faktor eksternal lain yang yang tidak tercakup dalam skala penelitian. Mengingat penelitian ini tidak mencantumkan pertanyaan terbuka tersebut, maka informasi yang diperoleh cenderung terbatas pada dimensi yang terukur secara kuantitatif dan belum menangkap dinamika personal yang mungkin memengaruhi prokrastinasi akademik.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Pada hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa berada di kategori sedang hingga rendah, maka disarankan bagi mahasiswa untuk menyadari dampak negatif dari prokrastinasi akademik dan menguranginya dengan memulai dari target kecil dan realistis, menyusun jadwal belajar mingguan dan target harian yang jelas. Selanjutnya disarankan juga bagi mahasiswa mulai untuk membangun *academic self-efficacy* atau

keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri dengan membentuk kelompok belajar untuk berdiskusi dan saling membantu dalam menghadapi kebingungan atau kesulitan saat mengerjakan skripsi, mencatat kemajuan belajar secara rutin guna memantau perkembangan diri. Selain itu, mahasiswa juga dianjurkan untuk secara aktif menjalin komunikasi dan melakukan bimbingan secara rutin dengan dosen pembimbing guna memperoleh arahan yang jelas dan meminimalisir kebingungan dalam penyusunan skripsi.

2. Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa semester akhir berada pada kategori sedang. Meskipun penelitian ini tidak secara eksplisit mencatumkan pertanyaan terbuka mengenai alasan keterlambatan studi, peneliti memperoleh informasi tambahan dari sebagian besar responden yang menyampaikan beberapa faktor keterlambatan studi, seperti banyaknya mata kuliah yang harus diulang, kendala kesehatan, masalah keluarga dan ekonomi, serta pergantian judul skripsi yang terus menerus. Meskipun informasi ini tidak merata dari semua responden, informasi ini mencerminkan perlunya peran dari fakultas. Oleh karena itu, bagi pihak fakultas maupun dosen pembimbing, diharapkan dapat mengadakan monitoring rutin terhadap mahasiswa skripsi yang mengalami keterlambatan, khususnya mereka yang telah melewati batas waktu normal penyelesaian skripsi. Monitoring ini dapat dilakukan dengan cara memanggil mahasiswa secara berkala misal dua atau tiga bulan sekali. Dalam forum tersebut mahasiswa diminta untuk melaporkan sejauh mana perkembangan skripsinya dan mengungkapkan kendala yang dihadapi baik

segi akademik maupun non-akademik. Mekanisme ini dapat membantu mengidentifikasi masalah secara personal, memberikan intervensi atau dukungan yang sesuai, serta membantu mahasiswa agar tidak semakin tertinggal dari jadwal penyelesaian studi.

