

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terkait hubungan efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada remaja SMAN 14 Padang, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Efikasi diri pada remaja SMAN 14 Padang memiliki rerata 30,00 yang berarti sedang.
2. Perilaku prokrastinasi akademik pada remaja SMAN 14 Padang memiliki rerata 72,19 yang berarti sedang.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan perilaku prokrastinasi akademik pada remaja SMAN 14 Padang dengan kekuatan korelasi kuat dan arah negatif ($p \text{ value} = 0,001$ dan $r = -0,795$) yang berarti semakin tinggi efikasi diri remaja maka akan semakin rendah perilaku prokrastinasi akademiknya.

B. Saran

Peneliti memberikan saran berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan antara lain adalah :

1. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang

keperawatan jiwa. Penelitian tentang prokrastinasi akademik dan efikasi diri remaja dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan intervensi promotif dan preventif yang berfokus pada peningkatan kesehatan mental remaja di lingkungan sekolah. Selain itu, institusi pendidikan keperawatan diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk berperan aktif dalam kegiatan edukasi dan pendampingan psikososial bagi remaja.

2. Bagi SMAN 14 Padang

Pihak sekolah disarankan untuk memfokuskan layanan bimbingan dan konseling pada siswa yang menunjukkan rendahnya keyakinan diri dalam menghadapi kesulitan serta kurangnya ketekunan dalam mencapai tujuan akademik. Bimbingan Konseling sekolah dapat memberikan bimbingan kelompok yang mengarahkan siswa untuk menghadapi tugas akademik yang sulit secara bertahap, membiasakan siswa menyelesaikan tugas meskipun menghadapi hambatan, serta melatih ketekunan melalui pemantauan progres penyelesaian tugas. Selain itu, guru mata pelajaran dan wali kelas diharapkan memberikan pendampingan selama proses pengerjaan tugas serta umpan balik yang berfokus pada usaha siswa, sehingga siswa tidak mudah menyerah dan mengurangi kecenderungan menunda tugas akademik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi berhubungan dengan prokrastinasi akademik, seperti stres akademik, dukungan sosial, atau regulasi diri. Selain itu, penggunaan desain penelitian longitudinal atau metode kualitatif dapat dipertimbangkan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika prokrastinasi akademik pada remaja. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat melakukan penelitian dengan cakupan sampel yang lebih luas agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih baik.

