

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian ini didapati dari hasil analisis uji anova nilai Sig 0.000, dimana hal ini nilai Sig  $0.000 < 0.05$ . Dari hasil tersebut disimpulkan bahwa hipotesis diterima, yakni terdapat pengaruh negatif antara *self efficacy* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa MA Miftahul Ulum. Sehingga semakin tinggi *self efficacy* siswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa, begitupun sebaliknya semakin rendah *self efficacy* siswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada siswa. Pengaruh *self efficacy* terhadap prokrastinasi akademik didapati 53% dari nilai R square. Terdapat 19% siswa memiliki *self efficacy* pada kategori rendah, 62% siswa berkategori sedang dan 19% berkategori tinggi. Pada prokrastinasi akademik, didapati 13% siswa berkategori rendah, 72% siswa berkategori sedang dan 15% siswa berkategori tinggi.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi siswa MA Miftahul Ulum

Penelitian ini dapat menjadi evaluasi bagi siswa-siswi MA Miftahul Ulum, adapun evaluasi tersebut yakni meningkatkan *self efficacy* pada siswa-siswi guna menunjang kelancaran proses pembelajaran dengan memiliki keyakinan akan kemampuan diri dalam menghadapi berbagai situasi selama proses pembelajaran, sehingga siswa dapat menerima hasil pembelajaran baik hasil yang memuaskan dan tidak. Dan upaya mengelola prokrastinasi akademik pada siswa dengan manajemen waktu dalam belajar sehingga siswa dapat menyelesaikan tugas sekolah sesuai jadwal, serta siswa dapat mengelola perasaan negatif yang dimiliki, dengan hal ini siswa dapat lebih objektif dalam mengikuti pembelajaran.

##### 5.2.2 Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, dapat mengkaji *self efficacy* dan prokrastinasi akademik dengan tinjauan teori yang berbeda. Sehingga terdapat keberagaman prespektif mengenai variabel *self efficacy* dan prokrastinasi akademik.