

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini dibahas mengenai simpulan yang diperoleh dari hasil penelitian, serta saran-saran yang sekiranya bermanfaat bagi peneliti selanjutnya.

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, dapat dilihat bahwa “terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat manajemen waktu dengan tingkat prokrastinasi akademik”.

Hasil perhitungan juga memperlihatkan  $r = -0,855$  hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif artinya semakin tinggi tingkat manajemen waktu mahasiswa maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin rendah tingkat manajemen waktu maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa.

#### **B. Saran-saran**

Beberapa saran yang dapat diberikan sehubungan dengan penelitian ini meliputi saran-saran yang bersifat ilmiah dan saran-saran yang bersifat praktis baik bagi Fakultas maupun peneliti selanjutnya yang mengangkat tentang variabel penelitian ini :

##### **1. Bagi Fakultas**

Dari hasil penelitian ini saran yang bisa diberikan adalah :

- a. Berdasarkan pembahasan, hasil terbesar yang dilakukan mahasiswa adalah penundaan dalam hal belajar. Maka diharapkan bagi mahasiswa untuk belajar setiap hari dan membuat jadwal kegiatan belajar dan jadwal pengumpulan tugas-tugas yang baik agar kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik dapat dihindari.
  - b. Diharapkan Dosen untuk memberikan motivasi dan dorongan bagi mahasiswa yang memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik untuk segera menyelesaikan tugas-tugasnya dengan menggunakan pengelolaan waktu sebaik-baiknya.
  - c. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada psikologi pendidikan, psikologi klinis, psikoterapi, dan mata kuliah modifikasi perilaku dalam memahami dan mengembangkan teori tentang hubungan manajemen waktu dengan prokrastinasi akademik.
2. Bagi peneliti selanjutnya
- a. Berkaitan dengan kepentingan metodologis maka jika ada peneliti yang menggunakan variabel yang sama pada penelitian ini, sebaiknya lebih memperhatikan dan menambah variabel atau aspek-aspek lain yang kemungkinan ada hubungan dalam melakukan manajemen waktu ataupun prokrastinasi akademik. Peneliti selanjutnya juga bisa menambah data-data dengan melakukan observasi dan wawancara secara berkala pada sampel yang hendak diteliti untuk mendukung data yang diperoleh dengan alat ukur yang lain.

- b. Selain itu disarankan pada peneliti selanjutnya agar menggunakan populasi yang lebih besar dan lebih heterogen dalam karakteristik sampel atau subyeknya sehingga hasil yang diperoleh bisa lebih bagus dan dapat digunakan untuk menggambarkan kondisi lingkup masyarakat yang lebih luas tidak terbatas hanya pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.