

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, dapat disimpulkan bahwa,  $r = -0,658$ ,  $p = 0,000$ ;  $p < 0,05$ . Taraf signifikan  $p < 0,05$ , dan  $df = n - 2 = 80 - 2 = 78$  dengan pengujian dua arah dapat diperoleh harga  $r_{\text{tabel}} = 0,2199$ . Hasil tersebut menggambarkan bahwa  $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$  ( $-0,658 > 0,2199$ ) maka ( $H_0$ ) hipotesis nol ditolak dan sebaliknya ( $H_a$ ) hipotesis alternatif diterima. Artinya “ada hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik siswa di SMP Insan Cendekia Mandiri *Boarding School* Sidoarjo”.

Hasil perhitungan nilai korelasi memperlihatkan  $r = -0,658$  menunjukkan hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Hasil negatif tersebut menunjukkan semakin tinggi *adversity quotient* maka semakin rendah prokrastinasi akademik pada siswa, sebaliknya semakin rendah *adversity quotient* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik pada siswa. Koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,433. Nilai tersebut menunjukkan bahwa *adversity quotient* memberikan sumbangan efektif sebesar 43,3% terhadap prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya 56,7% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti. Faktor lain tersebut bisa berasal dari dalam maupun luar diri subyek penelitian.

## **B. Saran**

Beberapa saran yang dapat diberikan sehubungan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut :

### **1. Bagi Siswa**

- a. Siswa diharapkan dapat meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik dengan meningkatkan kemampuan, dan komitmen selama menjalankan aktivitas di SMP Insan Cendekia Mandiri *Boarding School* Sidoarjo dengan sebaik-baiknya, langsung mengerjakan tugas tanpa menunda-nunda untuk mengerjakannya, serta menyelesaikan tugas sekolah sesuai dengan waktu yang direncanakan.
- b. Siswa diharapkan dapat terus mengeksplorasi kapasitas belajar yang dimiliki sebagai bagian dari usaha mengenali kemampuan diri dan mengatasi persoalan-persoalan yang dialami dalam belajar. Siswa perlu membangun persepsi bahwa diri mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan kehidupan dan dengan berani menghadapi masalah-masalah dalam bidang kegiatan belajar, sebab hal ini merupakan kesempatan untuk membangun kapasitas diri dan memperkuat daya tahan diri dalam mengatasi tantangan-tantangan maupun masalah dalam bidang akademik.

### **2. Bagi Guru**

- a. Membangun kesadaran siswa akan dampak dari adanya perilaku prokrastinasi akademik terhadap kegiatan belajar.

- b. Hendaknya sering memberikan motivasi dan dorongan bagi siswa yang memiliki kecenderungan prokrastinasi akademik untuk segera menyelesaikan tugas-tugasnya sebagai siswa dengan menggunakan pengelolaan *adversity quotient*.

### 3. Bagi Sekolah

SMP Insan Cendekia Mandiri *Boarding School* Sidoarjo disarankan untuk tetap meningkatkan upaya-upaya peningkatan kualitas yang selama ini telah dilaksanakan seperti adanya pendampingan, pembinaan, dan pemaksimalan fungsi bimbingan konseling serta usaha lain untuk terus berusaha meningkatkan *adversity quotient* yang diharapkan mampu menekan perilaku prokrastinasi akademik sehingga visi dan misi yang dicanangkan dapat tercapai dengan maksimal.

### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya yang memiliki minat dan ingin meneliti lebih jauh prokrastinasi akademik, dapat memperhatikan faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yang pada penelitian ini diungkap mempengaruhi prokrastinasi akademik hingga kisaran nilai 56,7%, faktor lain yang peneliti maksud diantaranya adalah faktor lingkungan, kondisi fisik dan penyesuaian diri.