

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasar dari analisis data menggunakan teknik analisis *regresi linier* berganda yang telah disampaikan oleh peneliti dapat disimpulkan beberapa hal, yaitu:

Berdasar hasil uji *regresi* didapat persamaan  $Y = (97,789 + -,092 + -,799)$ . Artinya persamaan variabel prokrastinasi akademik, variabel *Self Regulated Learning* dan variabel *Grit*. Berdasar hasil Uji *ANOVA*, diperoleh nilai signifikan sebesar 0,000 yang artinya terdapat pengaruh *Self Regulated Learning* dan *Grit* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Variabel *Self Regulated Learning* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p > 0,05$ ) yang artinya terdapat pengaruh antara *Self Regulated Learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa penyusun skripsi. Variabel *Grit* diperoleh 0,000 ( $p > 0,05$ ) artinya terdapat pengaruh *Grit* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa penyusun skripsi. Hasil *R* squar ( $R^2$ ) menunjukkan angka sebesar 0,644 yang berarti variabel *Self Regulated Learning* dan *Grit* memberikan sumbangan efektif sebesar 64,4% terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya 35,6% dipengaruhi faktor lain.

#### 5.2 Saran

Berdasar hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan penelitian sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa
  - Diharap kepada mahasiswa mengatasi prokrastinasi akademik dengan lebih membuat skala prioritas, membuat langkah kecil untuk mengerjakan skripsi, hindari penyebab distraksi, mengatur waktu dengan baik, buatlah motivasi pribadi, membuat target realistis.
2. Bagi Lembaga Kemahasiswaan
  - a. Diharapkan kepada organisasi-organisasi kampus terutama di lingkungan Universitas Muhammadiyah Gresik dapat mengadakan kegiatan organisasi yang menunjang aspek akademik seperti simulasi ujian akhir blok dan ujian-ujian lainnya, sehingga dapat menambah minat mahasiswa untuk berorganisasi dan dapat meningkatkan prestasi akademik mahasiswa yang aktif berorganisasi.

b. Lembaga kemahasiswaan dapat memberikan seminar atau pelatihan kepada para anggotanya mengenai prokrastinasi akademik yang bertujuan untuk memberi pengetahuan serta strategi meminimalkan perilaku prokrastinasi akademik.

3. Bagi Universitas atau Fakultas

Pihak universitas ataupun fakultas dapat memberikan pembinaan dan dorongan kepada para mahasiswa agar dapat aktif dalam kegiatan kemahasiswaan (aktivitas organisasi) dan agar dapat meminimalkan terjadinya prokrastinasi akademik sehingga diperoleh hasil belajar yang maksimal.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas sybjek, dimana hal tersebut dapat menambah data yang diperoleh lebih menjadi luas. Diharap peneliti slanjutnya menggunakan ketiga variabel yang saling berpengaruh antara *Self Regulated Learning* ada pengaruhnya atau tidak dangan *Grit* dan tentunya menambahkan variabel lainnya.

