

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pengujian yang telah diulas dalam BAB IV, maka kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian adalah:

1. Kemampuan manajemen waktu yang kurang baik sehingga membuat mahasiswa belum dapat memanfaatkan waktunya secara efektif dan maksimal merupakan faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik.
2. Kurangnya daya dorong pada diri mahasiswa untuk memulai, memaksimalkan, dan menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan merupakan faktor yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik.

#### **5.2 Saran**

Sebagai implikasi dari hasil penelitian yang telah diuraikan di atas, beberapa saran yang dapat dikemukakan sebagai bahan pertimbangan meliputi:

1. Kemampuan manajemen waktu adalah salah satu aset penting bagi seluruh mahasiswa guna dapat memanfaatkan waktu secara maksimal. Setiap pekerjaan yang dimiliki harus terlebih dahulu ditinjau atas

tujuannya, kepentingannya, dan harapannya. Karena dengan demikian, dapat menimbulkan dorongan dan rasa tanggung jawab dari dalam diri mahasiswa.

2. Motivasi merupakan faktor pendorong yang esensial bagi mahasiswa untuk tekun dan ulet dalam belajar. Disarankan bagi mahasiswa untuk secara aktif mencoba menemukan relevansi atau nilai pribadi dari setiap tugas terhadap tujuan jangka panjang atau cita-cita mereka. Bagi pihak program studi atau dosen, disarankan untuk dapat memotivasi mahasiswa agar mengerjakan tugas dengan maksimal. Dengan adanya motivasi yang kuat dari dalam diri, mahasiswa akan lebih mandiri dalam menghadapi tugas sehingga dapat mengurangi kecenderungan prokrastinasi akademik.