

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Berdasarkan hasil analisis pengujian terdapat pengaruh Kontrol Diri dan *Self Esteem* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. Pembuktian hasil penelitian ini didapatkan dari perhitungan statistik Regresi Linier Ganda dengan hasil analisis statistik dapat dijelaskan bahwa $R_{x_1x_2Y} = 0,735$ dan $F = 55,721$ kemudian dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan secara bersama-sama antara kontrol diri dan *self esteem* dengan prokrastinasi akademik.
2. Variabel kontrol diri, signifikansi $t = 0,000 < 0,05$, yaitu ada pengaruh yang signifikan dari variabel kontrol diri terhadap variabel prokrastinasi akademik dengan koefisien sebesar $-0,367$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$).
3. Variabel *self esteem*, signifikansi $t = 0,001 > 0,05$, yaitu ada pengaruh yang signifikan dari variabel *self esteem* terhadap variabel prokrastinasi akademik dengan koefisien sebesar $-0,401$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$).

B. SARAN

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi mengenai prokrastinasi akademik, kontrol diri dan *self esteem* untuk penambahan wawasan.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini bisa menambah referensi untuk penelitian selanjutnya yang sejenis.
- b. Memilih faktor-faktor prokrastinasi akademik selain kontrol diri dan *self esteem* untuk mendapatkan hasil yang berbeda.
- c. Sebaiknya menggunakan jumlah sampel yang proposional misalnya dari segi jumlah populasi, jenis kelamin, usia dan mendapatkan hasil penelitian yang lebih representatif.