

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hipotesis yang telah dirumuskan pada Bab I, serta sesuai dengan hasil analisis dan interpretasi data penelitian, maka peneliti mengemukakan kesimpulan sebagai berikut :

Secara umum dapat diinterpretasikan bahwa hipotesis nol (H_0) menyatakan tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016, *ditolak*. Sedangkan hipotesis alternatif (H_a) menyatakan ada hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016, *diterima*. Hasil perhitungan koefisien korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat kuat antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.

Secara khusus dapat diinterpretasikan bahwa hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara kemampuan mengarahkan diri, kemampuan mengendalikan diri, kemampuan mengatur diri dan kemampuan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016, *ditolak*; dan Hipotesis Alternatif (H_a) yang berbunyi ada hubungan

antara kemampuan mengarahkan diri, kemampuan mengendalikan diri, kemampuan mengatur diri dan kemampuan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016, *diterima*.

Hasil perhitungan koefisien korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan antara kemampuan mengarahkan diri, kemampuan mengendalikan diri, kemampuan mengatur diri, dan kemampuan mengubah perilaku dengan prokrastinasi akademik siswa/i kelas VII-A SMPK Adisucipto Penfui Kupang tahun pelajaran 2015/2016.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti mengemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Sekolah.

Sebagai pemimpin dalam lembaga agar dapat membangun kerja sama dengan seluruh personil sekolah dalam upaya meningkatkan kontrol diri siswa serta menghindari hal-hal yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik.

2. Bagi Guru Mata Pelajaran.

Sebagai tenaga pendidik agar dapat mendorong dan memperhatikan siswa/i untuk mengontrol diri agar tidak terjadi prokrastinasi akademik.

3. Bagi Konselor

Agar dapat membangun kerja sama yang baik dengan kepala sekolah, orang tua, para guru dan personil sekolah lainnya untuk lebih meningkatkan layanan bimbingan bagi siswa yang mengalami masalah prokrastinasi akademik.

4. Bagi Siswa/i

Dapat dijadikan sebagai pedoman dan menambah pengetahuan mengenai kontrol diri serta dapat menghindari perilaku yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariely, Wertenbrock. 2002. *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Remaja*. Surakarta: Universitas Muhamadyah Surakarta.
- Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian*, Jakarta : Rineka cipta.
- Muharsih . 2006. *Aspek-Aspek Kontrol Diri dan Kecenderungan Perilaku Konsumtif Pada Perkembangan Pemuda*, Jakarta: PT Erlangga.
- Chaplin. 2002. *Kamus Lengkap Psikology*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ferri. 2010. *Teori-Teori Psikologi*, Jakarta: Ar-Ruz Media
- Ghufron. 2010. *Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua Terhadap Prokrastinasi Akademik*, Jogjakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Harter, Santrock. 2003. *Perkembangan Remaja*, Jakarta: Erlangga
- Kartono. 1990. *Psikologi Umum*, Bandung: CV. Mandar Maju
- Kerlinger. 1990. *Metode Penelitian*, Jakarta: Rineka cipta.
- Knaus. 2002. *Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Berprestasi*, Depok: Universitas Indonesia.
- Muharzi. 2006. *Perilaku Kontrol Diri*, Jakarta: Erlangga
- Othen. 2011. *Pusat Kendali dan Efikasi Diri Sebagai Predictor Terhadap Prokrastinasi Akademik*, *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*.
- Salomon. 2010. *Pernyataan Tentang Prokrastinasi Akademik*, Jogjakarta: Universitas Indonesia
- Sugiono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta
- Warsito 1986. *Studi Perbandingan Tentang Metode Penelitian Sosial dan Pendidikan*, Jakarta: Bumi Aksara

Zulkarnain.2002. Hubungan Kontrol Diri dengan Kreatifitas Pekerja ,*Journal Psikologi Universitas Sumatra Utara*.

Carleton. 2010. Pengertian Prokrastinasi Akademik. <http://www.carleton.ca/tpych.hystory,html>. Di aksesstgl 12 april 2015.

Bernard.1991. Procrastinate Later, *Journal Psychology Of monash University*.

www. Psikologi.Wordpress.com/2009/12/31/Definisi Kontrol Diri dan Aspek-aspeknya.www.Bruderfic.or.id. akses tgl 14 april 2015.