

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis bahwa hipotesis penelitian menunjukkan adanya pengaruh layanan penguasaan konten menggunakan strategi pengaturan diri dalam belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas VIII-6 di SMP Negeri 17 Medan. Hal ini terbukti dari perhitungan hasil uji *wilcoxon* dengan nilai  $j_{hitung}$  sebesar 190, taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ ,  $N = 30$ , dan nilai  $j$  tabel sebesar 109. Maka, nilai  $j_{hitung} > j_{tabel}$  ( $190 > 109$ ) atau hipotesis diterima.

Bersumber pada hasil analisis secara keluruhan pada 30 responden bahwa terjadi penurunan perilaku prokrastinasi akademik siswa. Dimana, perolehan skor rata-rata sebelum penerapan layanan (*pre-test*) sebesar 102,2 dan sesudah penerapan layanan (*post-test*) sebesar 82,96. Maka perolehan selisih skor rata-rata sebesar 19,24 dengan persentase 18,85%. Artinya, skor rata-rata perilaku prokrastinasi akademik siswa lebih tinggi sebelum mendapatkan layanan.

Dengan demikian, perolehan skor rata-rata perilaku prokrastinasi akademik siswa setelah diberikan layanan terlihat menurun daripada sebelumnya. Perubahan signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII-6 membuktikan bahwa layanan penguasaan konten menggunakan strategi pengaturan diri dalam belajar efektif untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik.

## 5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, maka terdapat beberapa saran dan masukan atas penelitian ini, yaitu:

- 1) Bagi Pihak Sekolah, diharapkan untuk mampu memberikan dukungan dan fasilitas yang diperlukan oleh konselor sekolah dalam menjalankan layanan bimbingan dan konseling, khususnya menangani dan mengatasi permasalahan siswa dalam belajar.
- 2) Bagi Konselor, diharapkan untuk mampu menerapkan layanan bimbingan dan konseling, terutama penerapan layanan penguasaan konten dengan berbagai teknik maupun pendekatan demi mengentaskan permasalahan siswa.
- 3) Bagi Siswa, diharapkan untuk tetap konsisten dalam menerapkan strategi pengaturan diri dalam belajar dan terus mengevaluasi hasil belajar secara mandiri untuk memperoleh prestasi belajar yang lebih baik.
- 4) Bagi Peneliti Lain, diharapkan untuk melaksanakan penelitian yang lebih baik lagi, memunculkan gagasan terbaru terkait penelitian serupa serta mengevaluasi kekuatan dan kelemahan penelitian secara terbuka.
- 5) Bagi Orang Tua, diharapkan untuk lebih memperhatikan dan memotivasi anak untuk konsisten dalam belajar baik di sekolah maupun di rumah.