

## BAB V

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil *systematic literatur review* yang telah dilakukan terdapat hasil temuan dari berbagai artikel tentang pengaruh prokrastinasi akademik aktif dan pasif terhadap hasil belajar siswa dengan variabel moderasi lingkungan keluarga, sehingga dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Prokrastinasi akademik berpengaruh negatif terhadap hasil belajar. Meskipun prokrastinasi akademik bisa berdampak positif tetap saja prokrastinasi akademik adalah tindakan negatif yang jika dilakukan dalam jangka panjang akan berpengaruh negatif terhadap hasil belajar.
2. Lingkungan keluarga dapat memoderasi pengaruh prokrastinasi akademik terhadap hasil belajar. Karena lingkungan keluarga merupakan salah satu faktor eksternal yang berpengaruh besar terhadap perilaku prokrastinasi akademik, siswa menghabiskan waktu yang sangat banyak dengan keluarga mereka. Maka dari itu orang tua menjadi hal yang sangat vital pengaruhnya terhadap perilaku anak, pola asuh yang diberikan memberikan pengaruh secara langsung maupun tidak langsung pada anak. Dalam penelitian ini, lingkungan keluarga khususnya pola asuh orang tua menjadi faktor utama yang memperkuat atau memperlemah pengaruh perilaku prokrastinasi akademik terhadap hasil belajar siswa. Sehingga lingkungan keluarga secara tidak langsung dapat dijadikan variabel moderasi antara pengaruh prokrastinasi akademik terhadap hasil belajar siswa.

#### 5.2 Rekomendasi

Hasil penelitian dengan metode *systematic literatur review* terhadap beberapa artikel yang telah di telaah memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Saran yang pertama bisa dilakukan oleh orang tua dan pengajar, yaitu menumbuhkan motivasi, dukungan dan penghargaan kepada anak agar termotivasi untuk mengerjakan tugas dengan penuh semangat dan maksimal. Contohnya memberikan hadiah atau apresiasi terhadap hasil belajar anak, seperti memberikan pujian, memberi barang yang sedang di butuhkan atau memberi hadiah yang berguna bagi mereka. Bagi orang tua hal ini berkaitan dengan komunikasi dan pola asuh terhadap

Heni Siti, 2021

*PENGARUH PROKRASTINASI AKADEMIK TERHADAP HASIL BELAJAR DENGAN MODERASI*

*LINGKUNGAN KELUARGA*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

anak, sedangkan bagi pengajar hal ini berkaitan dengan teknis evaluasi yang diberikan kepada siswa.

2. Meningkatkan efikasi diri anak dengan memberikan pola asuh yang tepat, contohnya pola asuh demokrasi dengan melibatkan anak untuk menentukan masa depannya dan menghargai pendapat dan keinginan anak dengan arahan orang tua. Sehingga mereka mengerjakan suatu hal dengan percaya diri atas pilihannya tanpa paksaan dari orang lain.
3. Perlu adanya diskusi yang dilakukan oleh pengajar dengan siswa/mahasiswa mengenai topik perilaku prokrastinasi secara terbuka dan menjelaskan tentang bagaimana mengatur waktu belajar dengan baik.
4. Desain pembelajaran dibuat semenarik mungkin dengan cara menentukan perencanaan, pelaksanaan belajar dan evaluasi pembelajaran yang sesuai dengan keadaan dan kebutuhan peserta didik. Contohnya dalam pelaksanaan pembelajaran guru bisa menentukan model pembelajaran seperti *problem based learning*, *project based learning* atau *discovery learning* dengan metode yang sesuai dengan materi yang disampaikan. Penentuan desain pembelajaran yang tepat dapat memberikan modalitas belajar yang baik sehingga meningkatkan motivasi belajar siswa dan dapat mengurangi tindakan prokrastinasi akademik.
5. Prokrastinasi pasif yang dilakukan dapat diatasi dengan cara memaafkan diri sendiri, sehingga dapat meningkatkan motivasi dengan cara tidak melakukan prokrastinasi akademik lagi dan bisa bekerja lebih baik di masa yang akan datang. Memaafkan diri sendiri karena adanya rasa bersalah, merupakan peristiwa evaluasi diri yang dapat menumbuhkan motivasi untuk tidak mengulangi kesalahan termasuk melakukan prokrastinasi pasif.