

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab V membahas tentang simpulan penelitian yang telah dipaparkan serta rekomendasi penelitian yang dapat diberikan untuk bimbingan dan konseling di sekolah dan peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian dengan topik yang serupa.

5.1 Simpulan

Berdasarkan temuan penelitian tentang hubungan antara *Self-Regulated Learning* dengan prokrastinasi akademik peserta didik, maka dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Gambaran umum *Self-Regulated Learning* pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Kab. Sukabumi Tahun Ajaran 2022/2023 secara umum berada pada kategori sedang, yang artinya peserta didik cukup baik dalam meregulasi dirinya sendiri dari segi kognitif, motivasi, dan perilakunya dalam proses pembelajaran.
- 2) Gambaran umum Prokrastinasi Akademik pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Kab. Sukabumi Tahun Ajaran 2022/2023 secara umum berada pada kategori sedang, yang artinya peserta didik cukup sering melakukan tindakan prokrastinasi akademik dari segi tugas menyelesaikan tanggungjawab tugas-tugas akademiknya, dan menghadiri pertemuan di kelas.
- 3) Hasil uji korelasi mengenai hubungan antara *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Kab. Sukabumi Tahun Ajaran 2022/2023 menunjukkan adanya hubungan negatif dengan nilai korelasi yang masuk ke dalam kategori tinggi, yang berarti semakin tinggi tingkat *self-regulated learning*, maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik pada peserta didik.

- 4) Hasil uji korelasi mengenai hubungan antara *self-regulated learning* dengan keenam aspek-aspek prokrastinasi akademik peserta didik menunjukkan adanya hubungan yang negatif.
- 5) Hasil uji korelasi mengenai hubungan antara aspek-aspek *self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik peserta didik menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara keduanya.
- 6) Hasil uji korelasi mengenai hubungan antara aspek-aspek *self-regulated learning* dengan aspek-aspek prokrastinasi akademik peserta didik menunjukkan adanya hubungan yang negatif.

5.2 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Cikembar Kab. Sukabumi Tahun Ajaran 2022/2023, maka dapat dirumuskan rekomendasi sebagai berikut.

5.3.1 Bagi Bimbingan dan Konseling

- 1) Guru Bimbingan dan Konseling dapat melaksanakan *assessment* kebutuhan menggunakan instrumen *self-regulated learning* sehingga diketahui tingkatan *self-regulated learning* pada setiap peserta didik. Hasil *assessment* tersebut dapat digunakan sebagai acuan pemberian layanan bimbingan dan konseling dalam bidang akademik. Guru Bimbingan dan Konseling dapat memberikan layanan akademik supaya peserta didik mampu menyadari perkembangan belajarnya dengan mendorong peserta didik untuk memanfaatkan penyusunan strategi *self-regulated learning* dirinya sendiri. Hal ini merupakan langkah yang penting dalam meningkatkan keterampilan belajar yang diatur serta memberikan pemahaman untuk mencapai pendidikan yang berkualitas tinggi bagi peserta didik. Oleh sebab itu, sangat penting supaya kebiasaan meregulasi diri dikembangkan melalui latihan.
- 2) Kolaborasi antara guru Bimbingan dan Konseling dengan guru Mata Pelajaran sangat perlu dilakukan sebagai upaya untuk mengoptimalkan prestasi akademik dan mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Guru mata pelajaran perlu menerapkan strategi-strategi yang

meningkatkan *self-regulated learning* peserta didik selama proses pembelajaran. Guru dapat menyesuaikan intruksi dan tugas sekolah untuk memfasilitasi *self-regulated learning* sebagai salah satu cara efektif untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik. Strategi *self-regulated learning* menunjukkan efek yang efektif pada prokrastinasi akademik, oleh sebab itu diharapkan supaya guru bimbingan dan konseling lebih memperhatikan dan memperdalam bagaimana menerapkan strategi ini dalam pelajaran peserta didik untuk meningkatkan kinerja peserta didik.

5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti topik *self-regulated learning* dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda supaya data yang didapat memperoleh temuan penelitian yang lebih representatif. Kemudian, peneliti selanjutnya diharapkan dapat menguji hubungan variabel dengan aspek, indikator supaya hasil temuan penelitian yang didapatkan dapat lebih komprehensif.