

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data disimpulkan bahwa faktor-faktor penyebab mahasiswa bimbingan dan konseling melakukan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi di Universitas PGRI Madiun yaitu terjadi bukan hanya karena faktor internal seperti kurangnya manajemen waktu dan motivasi, tetapi juga faktor eksternal seperti banyaknya tanggung jawab di luar perkuliahan dan adanya distraksi berupa hiburan. Terdapat dampak yang ditimbulkan juga seperti memicu rasa stress, cemas dan kelelahan berlebihan.

B. Saran

Saran yang diberikan oleh peneliti diantaranya yaitu sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada mahasiswa mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Dengan demikian, mahasiswa dapat mengenali gejala dan tanda-tanda prokrastinasi dalam diri mahasiswa dan mengambil langkah pencegahannya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dan dapat memberikan hasil penelitian yang lebih optimal.