

BAB V

SIMPULAN

A. Simpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Tingkat *Self Efficacy* siswa MA MINAT Kesugihan Cilacap dengan kategori rendah sejumlah 3%, kategori sedang sejumlah 32% dan kategori tinggi dengan nilai 65%. Dapat diartikan bahwa *self efficacy* siswa MA MINAT Kesugihan berada dalam Tingkat *self efficacy* yang tinggi.
- 2) Tingkat Prokrastinasi Akademik siswa MA MINAT Kesugihan memiliki kategori rendah dengan jumlah 15%, kategori sedang sebesar 54%, kategori tinggi sebesar 31%. Artinya siswa MA MINAT Kesugihan ini mempunyai prokrastinasi akademik pada kategori sedang.
- 3) Adanya Korelasi negatif antara *self efficacy* dengan prokrastinasi akademik pada siswa MA MINAT Kesugihan Cilacap dengan nilai koefisien korelasi -0,231 menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif dan hipotesis diterima. Guru BK dapat meningkatkan *self-efficacy* siswa dengan memberikan pengalaman keberhasilan, menunjukkan contoh inspiratif, memberikan dukungan emosional dan penguatan positif, melatih keterampilan belajar, membantu pengelolaan stres, menetapkan tujuan realistis, dan melibatkan siswa dalam pengambilan keputusan. Strategi ini membantu siswa lebih percaya diri menghadapi tantangan akademik dan non-akademik.

B. Saran

1) Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi motivasi siswa untuk mengurangi prokrastinasi akademik dan meningkatkan kepercayaan pada diri siswa, sehingga siswa dapat lebih disiplin dan patuh terhadap peraturan sekolah serta menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan baik.

2) Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat membantu sekolah terutama guru BK untuk mereduksi masalah prokrastinasi akademik pada siswa, sehingga guru dapat memberikan bantuan yang tepat untuk meningkatkan kinerja akademik siswa.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya terkait *self efficacy* dan prokrastinasi akademik. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan variable yang berbeda untuk memperluas pengetahuan dalam bidang ini.