

BAB VI

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik dalam pembelajaran *online* pada siswa SMA, dengan nilai rho $-,693$ serta nilai signifikansi sebesar $0,00$ ($\text{sig} < 0,001$). Sehingga, siswa dengan tingkat regulasi diri yang tinggi akan memiliki sikap prokrastinasi akademik dalam pembelajaran *online* lebih rendah, dan begitu pula sebaliknya.

6.2. Saran

Siswa SMA diharapkan bisa memahami dampak buruk dari perilaku prokrastinasi yang ditandai dengan sikap menunda-nunda, karena hal itu dapat berdampak pada menurunnya prestasi. Oleh karena itu siswa diharapkan dapat meningkatkan regulasi dirinya dengan mengenali hal-hal yang menjadi prioritas utama.