

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Maka dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

- a. Berdasarkan hasil distribusi frekuensi tingkat kecemasan mahasiswa Kedokteran UPNVJ paling banyak mempunyai tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 72 responden (65,5%).
- b. Berdasarkan hasil distribusi frekuensi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa kedokteran UPNVJ mayoritas mempunyai tingkat prokrastinasi akademik rendah dengan jumlah sebanyak 60 responden (54,5%).
- c. Tingkat kecemasan memiliki hubungan yang signifikan dengan prokrastinasi akademik dalam pembelajaran mahasiswa Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta dengan tingkat keeratan korelasi yang sangat rendah.

V.2 Saran

- a. Bagi mahasiswa, agar mampu menciptakan lingkungan belajar yang baik dan meningkatkan kemampuan meregulasi kecerdasan emosional dikarenakan kemampuan regulasi emosional dapat mempengaruhi tingkat kecemasan individu, sehingga kemudian mampu meningkatkan motivasi belajar yang lebih baik dan adanya harapan akan kesadaran tiap orang untuk tidak terjebak dalam perilaku prokrastinasi akademik.
- b. Bagi institusi, bagi institusi pendidikan agar menyediakan fasilitas lingkungan belajar yang kondusif dan sarana konseling untuk mahasiswa agar bisa memberikan motivasi dan dukungan kepada mahasiswa melalui sesi bimbingan konseling bagi mahasiswa yang membutuhkan yang dapat dilakukan setiap semester atau setiap tengah semester agar mahasiswa tersebut bisa lebih termotivasi dalam menjalankan tugas perkuliahan.

- c. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat mempertimbangkan untuk mengerjakan penelitian terkait faktor –faktor lain yang bisa berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik selain tingkat kecemasan pada mahasiswa.