



BAB V

KESIMPULAN

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa kelas VI B SD Negeri 2 Sendangmulyo dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi rendahnya motivasi belajar, ketidakpercayaan diri, serta kesulitan dalam mengatur waktu. Siswa menunjukkan tipe prokrastinasi yang berbeda, seperti *Arousal Procrastinators* yang menunda karena bosan, *Avoidant Procrastinators* yang takut akan penilaian negatif, dan *Decisional Procrastinators* yang kesulitan mengambil keputusan. Di sisi lain, faktor eksternal yang menonjol adalah rendahnya keterlibatan orang tua, yang menyebabkan kurangnya dorongan dan pengawasan terhadap aktivitas belajar anak.

Pola prokrastinasi akademik yang teridentifikasi dalam penelitian ini menunjukkan variasi berdasarkan gender dan waktu. Siswa laki-laki cenderung menunjukkan pola *Avoidant*, sedangkan siswa perempuan lebih dominan pada tipe *Arousal*. Selain itu, kebiasaan menunda tugas meningkat menjelang ujian, di mana siswa baru mulai belajar saat tenggat waktu mendekat, menyebabkan tekanan dan hasil belajar yang kurang optimal. Pola

ini memperlihatkan bahwa prokrastinasi tidak hanya terjadi secara acak, melainkan mengikuti kecenderungan emosional dan situasional siswa.

Strategi yang diterapkan guru dalam menangani prokrastinasi mencerminkan pendekatan menyeluruh yang mengacu pada prinsip Joseph R. Ferrari. Guru menerapkan pendekatan individual, menggunakan metode *Problem Based Learning* (PBL), serta melibatkan orang tua dalam proses pembelajaran. Selain fokus pada tugas, guru juga berupaya membangun kepercayaan diri siswa, meningkatkan motivasi intrinsik, dan membimbing keterampilan manajemen waktu. Strategi yang fleksibel dan berorientasi pada kebutuhan masing-masing siswa, guru berhasil menciptakan lingkungan belajar yang adaptif dan mendukung perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa strategi penanganan prokrastinasi perspektif Joseph R. Ferrari dapat diterapkan di SD, khususnya dalam menciptakan pola intervensi yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak serta dukungan lingkungan belajar mereka.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan di atas, terdapat beberapa saran yang diberikan oleh peneliti, antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Bagi siswa, hendaknya penting untuk mengembangkan keterampilan manajemen waktu yang lebih baik. Siswa disarankan membuat jadwal belajar harian yang realistis dengan membagi tugas menjadi bagian-bagian kecil sehingga lebih mudah dikerjakan. Ketika

menghadapi kesulitan pemahaman materi, siswa hendaknya segera berkonsultasi dengan guru atau teman yang lebih paham, bukan menunggu hingga tugas menumpuk dan stres meningkat.

2. Bagi Guru

Bagi Guru, hendaknya dapat berperan aktif melalui penerapan metode pembelajaran yang lebih variatif dan interaktif. Penggunaan pendekatan pembelajaran berbasis proyek dan gamifikasi akan membuat proses belajar menjadi lebih menarik sehingga mengurangi kecenderungan menunda tugas. Guru penting memberikan pendampingan khusus bagi siswa yang menunjukkan gejala prokrastinasi berat, terutama dalam pengembangan keterampilan manajemen waktu. Membangun kemitraan yang kuat dengan orang tua melalui komunikasi rutin juga diperlukan untuk menciptakan sistem pengawasan yang konsisten di rumah dan sekolah.

3. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua, diharapkan dapat lebih aktif terlibat dalam proses belajar anak di rumah. Orang tua disarankan untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan bebas dari distraksi, serta menetapkan rutinitas belajar yang teratur.

4. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti lain, disarankan untuk menggunakan pendekatan campuran (mixed method) dalam pengumpulan data, menggabungkan

survei kuantitatif dan wawancara kualitatif. Identifikasi strategi guru dalam menangani prokrastinasi akademik melalui observasi dan analisis dokumen juga penting. Perluasan penelitian ke berbagai kelas atau sekolah akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif, dan penggunaan alat ukur yang valid serta reliabel sangat dianjurkan. Peneliti lain dapat mempertimbangkan untuk menggunakan teori perspektif lain dalam penelitian mereka. Dengan mengikuti rekomendasi ini, penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam memahami prokrastinasi akademik

