

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang didapat berdasarkan hasil penelitian yang ditunjukkan dengan analisis data dan pengkajian yaitu bimbingan kelompok dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik pada remaja di Desa Karangrowo Kec. Undaan Kab. Kudus. Secara khusus dapat disimpulkan seperti berikut:

1. Terdapat perbedaan yang signifikan perilaku prokrastinasi akademik pada remaja sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*) melalui kegiatan bimbingan kelompok yang mampu dilihat dari perbedaan nilai rata-rata *pretest* dengan rata-rata 122,5 dan *posttest* 76,8.
2. Pelaksanaan bimbingan kelompok dinilai efektif dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada remaja di Desa Krajan Karangrowo yang dapat dilihat dari selisih nilai rata-rata sebesar 45,7.
3. Terdapat nilai tertinggi dan terendah interval hasil test *pretest* dan *posttest* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan rentang skor 117-129 untuk kategori sangat tinggi dan 114-115 untuk kategori sedang. Setelah diberikan *treatment* mengalami penurunan menjadi 71-72 dengan kategori rendah dan 77-86 dengan kategori sedang. Untuk hasil uji hipotesis juga diperoleh nilai probabilitas $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya kegiatan bimbingan kelompok dinilai efektif dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada remaja.

B. Saran

1. Bagi Remaja
Waktu yang tersedia diharapkan tetap dimanfaatkan dengan sebaik mungkin untuk mengerjakan tugas-tugas yang berhubungan dengan akademik. Remaja perlu tetap mempertahankan kedisiplinan dalam melaksanakan rencana kegiatan dan memanfaatkan waktu luang secara

positif sehingga mampu menyelesaikan tugas akademik dengan tepat waktu.

2. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini hanya meneliti tentang efektifitas bimbingan kelompok terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada remaja, sehingga diharapkan untuk penelitian di masa mendatang mampu melakukan penelitian lebih lanjut mengenai prokrastinasi akademik yang solutif serta efektif dalam membantu menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada remaja.

