

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian hasil analisis data yang telah dibahas, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dalam berhubungan sosial dengan prokrastinasi akademik peserta didik SMA Negeri 1 Rumbia Tahun Pelajaran 2019/2020. Simpulan tersebut ditunjukkan dari hasil analisis deskriptif sebagai berikut:

1. Hasil perhitungan analisis kecemasan dalam berhubungan sosial (X) 32 peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Rumbia diketahui rata-rata skor kecemasan dalam berhubungan sosial sebesar 99,9375. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa kecemasan dalam berhubungan sosial berada pada kategori tinggi yang artinya kecemasan dalam berhubungan sosial itu memiliki pengalaman negatif pada masalah, pikiran yang tidak rasional, generalisasi yang tidak tepat, persetujuan
2. Hasil perhitungan analisis prokrastinasi akademik (Y) pada 32 peserta didik SMA Negeri 1 Rumbia di peroleh skor rata-ratanya adalah 96,6563. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik peserta didik berada pada kategori tinggi yang artinya prokrastinasi akademik itu merupakan ke adaan dimana seseorang harus dapat menerima keadaan fisik serta kondisi seseorang, pola asuh orang tua sangat mempengaruhi, lingkungan keluarga, masyarakat dan lingkungan tempat tinggal sangat mempengaruhi.
3. Berdasarkan hasil perhitungan analisis penelitian hubungan antara kecemasan dalam berhubungan sosial (X) dengan prokrastinasi akademik peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Rumbia yang telah dilakukan menggunakan analisis statistik *product moment* pada taraf signifikan 5% dengan $Df = n - 2 = 30$ pada taraf signifikan 5%, diperoleh r_{tabel} sebesar 0,349 dan r_{hitung} sebesar 0,53. Jadi $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau 0,53 lebih besar dari 0,349, sehingga kecemasan dalam berhubungan sosial dengan prokrastinasi akademik terdapat hubungan/korelasi yang sedang atau cukup.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas maka dapat diajukan beberapa saran yang dapat bermanfaat, diantaranya sebagai berikut:

1. Peserta didik agar lebih memahami dan menerapkan kecemasan dalam berhubungan sosial yang baik agar peserta didik dapat menurunkan kecenderungan prokrastinasi akademik.
2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling agar memberikan pemahaman mengenai kecemasan dalam berhubungan sosial dan prokrastinasi akademik sehingga peserta didik memiliki kecemasan dalam berhubungan sosial yang baik agar prokrastinasi akademik menurun. Untuk meningkatkan kecemasan dalam berhubungan sosial dalam diri peserta didik, ada beberapa hal yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling, antara lain:
 - a. Menjadwal kapan tugas harus dikejakan dan dikumpulkan.
 - b. Memberikan layanan konseling baik individu maupun kelompok kepada peserta didik yang memiliki kecemasan dalam berhubungan sosial yang rendah. Dengan tujuan agar peserta didik dapat mengelola bagaimana cara berhubungan sosial dengan baik.
 - c. Memberikan tindak lanjut terhadap layanan bimbingan yang telah diberikan.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar bisa mengembangkan dan meningkatkan wawasan mengenai penelitian ilmiah melalui penelitian-penelitian yang relevan. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber atau referensi oleh peneliti selanjutnya tentunya dengan melihat kesesuaian antar variabelnya.