

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Gambaran deskripsi task aversiveness sebanyak 4 mahasiswa kategori rendah, 5 mahasiswa pada kategori sedang, dan 11 mahasiswa pada kategori tinggi. Gambaran deskripsi academic help seeking sebanyak 6 mahasiswa pada kategori rendah, 14 pada kategori sedang.
2. Terdapat hubungan positif signifikan antara task aversiveness dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi ketidaknyamanan mahasiswa terhadap tugas-tugas akademik (task aversiveness), maka semakin tinggi kecenderungan mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik. Artinya, mahasiswa yang merasa tugas-tugas akademik membosankan, sulit, atau tidak menyenangkan lebih cenderung menunda penyelesaian tugas.
3. Terdapat hubungan negatif signifikan antara academic help seeking dan prokrastinasi akademik. Semakin tinggi perilaku mencari bantuan akademik (academic help seeking) yang dilakukan mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang aktif mencari bantuan saat mengalami kesulitan akademik lebih mampu menyelesaikan tugas dengan tepat waktu.
4. Task aversiveness dan academic help seeking secara simultan berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Namun, task aversiveness menjadi faktor yang lebih dominan dibandingkan academic help seeking dalam mempengaruhi tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa.

B. Saran

1. Bagi Pembaca

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan bagi pembaca mengenai task aversiveness sehingga dapat mengurangi prokrastinasi akademik khususnya mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan variabel penelitian yang tidak hanya terbatas pada task aversiveness yang dapat mengurangi tingkat prokrastinasi akademik khususnya pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir, sehingga diketahui faktor apa saja yang dapat mengurangi prokrastinasi akademik.