

## BAB V. SIMPULAN DAN IMPLIKASI

### A. Simpulan

Kesimpulan yang didapatkan dari hasil analisis dan pembahasan pada penelitian ini mengenai pengaruh intensitas penggunaan aplikasi TikTok, ekstrakurikuler, dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 1 Purbalingga yaitu sebagai berikut.

1. Intensitas penggunaan aplikasi TikTok berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik memiliki arti apabila intensitas penggunaan aplikasi TikTok tinggi, maka prokrastinasi akademik siswa juga semakin tinggi. Namun, apabila intensitas penggunaan aplikasi TikTok rendah, maka prokrastinasi akademik siswa akan semakin rendah.
2. Ekstrakurikuler berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik memiliki arti semakin aktif siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, maka tingkat prokrastinasi akademik siswa semakin tinggi. Namun, apabila keaktifan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler rendah, maka prokrastinasi akademik siswa akan semakin rendah.
3. Kontrol diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik memiliki arti semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki siswa, maka prokrastinasi akademik siswa akan semakin rendah. Namun, apabila kontrol diri siswa rendah, maka prokrastinasi akademik siswa akan semakin tinggi.

## B. Implikasi

Mengacu pada simpulan di atas, implikasi yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Siswa diharapkan dapat menurunkan intensitas penggunaan aplikasi TikTok dengan lebih bijak menggunakan waktunya dalam mengakses aplikasi tersebut sehingga siswa tidak sampai melupakan tugas dan tanggung jawabnya untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah dengan disiplin. Selain itu, pihak sekolah dapat memberikan edukasi mengenai manajemen waktu dan pengaturan penggunaan media sosial yang sehat bagi siswa. Manajemen waktu yang efektif dan pengaturan batasan dalam penggunaan aplikasi TikTok dapat membantu mengurangi tingkat prokrastinasi.
2. Siswa diharapkan dapat membagi waktunya dengan baik antara keaktifan dalam ekstrakurikuler dan kegiatan pembelajaran sehingga tidak mengganggu penyelesaian tugas-tugas sekolah. Ekstrakurikuler sendiri merupakan kegiatan tambahan yang diselenggarakan pihak sekolah, sedangkan tugas utama seorang siswa tetaplah mengikuti pembelajaran dengan baik seperti mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru secara disiplin. Di samping itu, program ekstrakurikuler harus dirancang dengan mempertimbangkan beban akademik siswa. Sekolah khususnya waka kesiswaan dapat melakukan pengawasan rutin dan evaluasi terhadap keseimbangan antara akademik dan ekstrakurikuler, serta bekerja sama dengan guru mata pelajaran untuk memantau kemajuan akademik siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler. Guru dapat memberikan umpan

balik tentang kinerja siswa dan bekerja sama untuk membantu siswa menjauhi perilaku menyimpang seperti prokrastinasi akademik.

3. Siswa diharapkan mampu meningkatkan kemampuan kontrol dirinya yaitu dapat dimulai dengan memikirkan dampak yang akan terjadi sebelum melakukan sesuatu hal. Siswa seharusnya dapat memilih mana hal yang baik dan tidak baik untuk dilakukan. Di samping itu, sekolah dapat menyediakan layanan bimbingan konseling dan mengintegrasikan program pengembangan kontrol diri. Layanan tersebut diharapkan mampu membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan kontrol diri sehingga dapat menjadi individu yang baik dan menjauhi perilaku menyimpang seperti prokrastinasi akademik.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini di antaranya adalah sebagai berikut.

1. Waktu penelitian yang direncanakan pada bulan Maret diundur menjadi bulan April karena terdapat kegiatan lain di sekolah dan pembelajaran dilaksanakan secara daring. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memastikan jadwal pembelajaran dan kegiatan sekolah sejak jauh-jauh hari.
2. Pada saat penyebaran kuesioner, terdapat beberapa siswa yang sedang izin mengikuti kegiatan lain di sekolah sehingga siswa tersebut melakukan pengisian kuesioner di waktu yang berbeda. Bagi peneliti selanjutnya dapat mencari dan memilih waktu di mana sekiranya seluruh siswa ada di kelas.

3. Prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang dipengaruhi oleh banyak faktor, sedangkan dalam penelitian ini hanya berfokus pada tiga faktor yaitu intensitas penggunaan aplikasi TikTok, ekstrakurikuler, dan kontrol diri dengan pengaruh sebesar 23,7%. Bagi penelitian selanjutnya dapat menganalisis faktor-faktor lain yang memengaruhi prokrastinasi akademik, misalnya motivasi belajar dan regulasi diri.

