

## BAB V SIMPULAN DAN IMPLIKASI

### A. Simpulan

Melalui analisis dan pembahasan terkait pengaruh intensitas penggunaan media sosial, konformitas teman sebaya dan *student burnout* terhadap prokrastinasi akademik dengan kontrol diri sebagai variabel moderasi di SMA Negeri 1 Jatilawang, dapat disimpulkan beberapa poin sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh positif dari intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Jatilawang. Semakin tinggi tingkat intensitas penggunaan media sosial, semakin besar kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik.
2. Tidak terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas XI SMA Negeri 1 Jatilawang.
3. Terdapat pengaruh positif dari *student burnout* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Jatilawang. Semakin tinggi tingkat *student burnout*, semakin besar kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik.
4. Kontrol diri tidak dapat memoderasi pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Jatilawang. Hal ini mengindikasikan bahwa kontrol diri belum mampu memperkuat atau memperlemah pengaruh dari intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik.

5. Kontrol diri tidak dapat memoderasi pengaruh konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Jatilawang. Hal ini mengindikasikan bahwa kontrol diri belum mampu memperkuat atau memperlemah pengaruh dari konformitas teman sebaya terhadap prokrastinasi akademik.
6. Kontrol diri tidak dapat memoderasi pengaruh *student burnout* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Jatilawang. Hal ini mengindikasikan bahwa kontrol diri belum mampu memperkuat atau memperlemah pengaruh dari *student burnout* terhadap prokrastinasi akademik.

## **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang telah dilakukan, berikut adalah implikasi yang dapat diuraikan dari penelitian ini:

### **1. Implikasi Praktis**

- a. Pihak sekolah perlu menekankan kembali pemberlakuan penggunaan media sosial di ruang kelas seperti penggunaan *handphone* selama proses pembelajaran.
- b. Bagi guru mata pelajaran untuk memaksimalkan pendekatan pedagogis berbasis permodelan seperti model pembelajaran kooperatif yang memungkinkan peserta didik berkelompok untuk berdiskusi, namun tetap dengan pengawasan.
- c. Pihak sekolah terutama guru mengajarkan teknik pomodoro atau pengaturan prioritas tugas serta *planner* belajar yang dapat membantu

siswa mengorganisir tugas mereka dan mengurangi rasa kewalahan. Selain itu, guru mata pelajaran dapat memberikan tugas secara proporsional.

## 2. Implikasi Teoritis

Dari hasil penelitian ini, ditemukan bahwa intensitas penggunaan media sosial dan *student burnout* memengaruhi prokrastinasi akademik. Namun, konformitas teman sebaya dan kontrol diri variabel moderasi tidak menunjukkan pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Jatilawang tahun ajaran 2023/2024. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian serupa dapat dilakukan pada subjek dan lokasi lain yang tentunya memiliki kultur yang berbeda. Penelitian ini juga memberikan kontribusi pada teori behavioristik menurut Ghufron & Risnawita (2017).

## C. Keterbatasan Penelitian

Adanya beberapa penolakan hipotesis dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti keterbatasan atau minimnya referensi jurnal yang menggunakan model penelitian yang serupa, khususnya yang mencakup penambahan variabel moderasi. Selain itu, penggunaan kontrol diri yang tidak tepat untuk dijadikan variabel moderasi, seperti menurut Steel (2007) bahwa kontrol diri tidak selalu berperan sebagai variabel moderasi yang signifikan dalam mengurangi prokrastinasi. Keterbatasan selanjutnya dalam hal variabel yang dipilih, hanya mencakup intensitas penggunaan media sosial, konformitas teman sebaya dan *student burnout* dengan pengaruh yang

terbilang kecil. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat memperluas penelitian ini dengan mengambil variabel lain seperti manajemen waktu, dukungan sosial, *self regulated learning*, motivasi belajar serta *perfeksionisme*.

