

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan:

1. Bahwa terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *problem focused coping stress* dengan nilai $r = 0,577$ dan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$) artinya semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin rendah *problem focused coping stress* nya, begitu pula sebaliknya. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian diterima.
2. Mayoritas tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa akhir fakultas psikologi Ubhara Jaya yang mengerjakan skripsi dimasa pandemi COVID-19 berada pada kategori tinggi dengan jumlah 125 subjek, yang artinya bahwa mahasiswa akhir fakultas psikologi Ubhara Jaya yang mengerjakan skripsi dimasa pandemi COVID-19 memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.
3. Mayoritas tingkat *problem focused coping stress* pada mahasiswa akhir fakultas psikologi Ubhara Jaya yang menyusun skripsi dimasa pandemi COVID-19 berada pada kategori tinggi dari jumlah 125 subjek, yang artinya bahwa mahasiswa akhir fakultas psikologi Ubhara Jaya yang mengerjakan skripsi dimasa pandemi COVID-19 memiliki *problem focused coping stress* yang tinggi.
4. Hasil penelitian ini membuktikan hipotesis dari penelitian bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *problem focused coping stress* pada mahasiswa akhir fakultas psikologi Ubhara Jaya yang menyusun skripsi dimasa pandemi COVID-19, semakin rendah tingkat kecerdasan emosional maka kecenderungan *problem focused coping stress* akan rendah, atau semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional maka semakin tinggi juga *problem focused coping stress* nya.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

1. Bagi subjek penelitian, dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan *problem focused coping stress* dengan kecerdasan emosional yang dimiliki sehingga mampu memikirkan cara yang terbaik dan menentukan langkah-langkah untuk mengatasi kesulitan dalam menyusun skripsi dimasa pandemi COVID-19
2. Pihak Universitas diharapkan membuat rancangan program berupa kegiatan pengembangan kecerdasan emosional mahasiswa untuk membantu mahasiswa melakukan dan mengembangkan cara-cara yang efektif dalam menghadapi suatu permasalahan akademik.

5.2.2 Saran bagi Penelitian Selanjutnya

1. Hasil penelitian ini disarankan untuk menambahkan atau menggunakan variabel lain selain kecerdasan emosional, karena ada kemungkinan variabel lain juga bisa mempengaruhi *problem focused coping stress*, bahkan mungkin lebih besar pengaruhnya.
2. Memperhatikan waktu pelaksanaan penelitian agar dapat mengolah data dengan waktu yang cukup panjang.
3. Memperhatikan lapangan penelitian agar dapat diperluas sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih besar.