

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan mekanisme koping pada mahasiswa PSIK UMY 2015. Dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kecerdasan emosional mahasiswa PSIK UMY 2015 sebagian besar memiliki kategori sedang yaitu 74 (74,7), kategori rendah 20 (20,2), dan kategori tinggi 5 (5,1%).
2. Mekanisme koping mahasiswa PSIK UMY 2015 sebagian besar memiliki kategori adaptif 52 (52,5%) responden, dan mekanisme koping kategori maladaptive yaitu 47 (47,5%).
3. Adanya hubungan yang bermakna antara kecerdasan emosi dengan mekanisme koping pada mahasiswa PSIK UMY angkatan 2015, dengan signifikansi 0,452 dan korelasi 0,000.

B. Saran

1. Saran untuk mahasiswa

Mahasiswa mampu mengaplikasikan kecerdasan emosional seperti mengenali emosi yang dimiliki, mengetahui penyebab dari masalah yang dihadapi, mampu mengendalikan emosi ketika dihadapkan pada masalah, mampu memotivasi diri disaat frustrasi atau malas, mampu berempati dengan orang lain, serta dapat membina hubungan baik dengan orang lain.

Mahasiswa bersemangat untuk mengikuti pelatihan-pelatihan atau training yang berkaitan dengan kecerdasan emosional.

2. Saran untuk PSIK

Peneliti mengusulkan diadakannya program pelatihan seperti soft skill, training tentang kecerdasan emosional, pelatihan emotional and spiritual quotien ESQ, dan pelatihan motivasi untuk mahasiswa tahun pertama PSIK UMY.

3. Saran untuk peneliti lain

Hendaknya melakukan penelitian yang berhubungan dengan pengaruh antara kecerdasan emosional dengan mekanisme coping pada mahasiswa tahun pertama serta faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan antara variabel tersebut.