

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa pelatihan kecakapan hidup (*life skills*) efektif terhadap peningkatan kecerdasan emosi.

B. Saran

1. Diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai efektifitas pelatihan kecakapan hidup (*life skills*) terhadap tingkat IQ, dan SQ pada subjek yang lebih luas.
2. Diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai pelatihan-pelatihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kecerdasan emosi