

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang disebutkan di bab sebelumnya, maka kesimpulannya sebagai berikut:

1. Ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di IAKN Manado, menurut hasil analisis uji *pearson correlation*, dengan nilai $r = 0,511$ dan nilai sig $0,000 < 0,05$, yang berarti bahwa menerima H_a dan menolak H_o . Dengan kekuatan hubungan sedang.
2. Ada hubungan antara kecerdasan spiritualitas dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di IAKN Manado. Hasil uji *pearson correlation* menunjukkan nilai $r = 0,537$ dan nilai sig $0,000 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa menerima H_a dan menolak H_o . Dengan kekuatan hubungan sedang.
3. Hasil uji korelasi berganda menunjukkan nilai sig $F \text{ change } 0,000$. Menunjukkan ada hubungan antara kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritualitas dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di IAKN Manado, karena nilai $F \text{ change } < 0,05$, sehingga H_a diterima dan H_o ditolak.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari kesimpulan yang sudah dipaparkan di atas, maka saran yang dapat diberikan ialah:

1. Bagi perkembangan ilmu psikologi diharapkan penelitian ini dijadikan sebagai bahan rujukan, tanpa melupakan nilai keasliannya dalam penelitian ini khususnya dalam bidang ilmu psikologi serta bahasannya mengenai stres, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritualitas.
2. Bagi mahasiswa IAKN Manado yang sedang atau tidak menyusun skripsi agar dapat meningkatkan kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritualitas karena kedua aspek ini dapat membantu mengurangi stres yang dialami dalam menghadapi permasalahan dalam dunia akademik ataupun permasalahan yang dihadapi di luar akademik.
3. Bagi instansi, tenaga kependidikan dan dosen diharapkan dapat memberikan arahan kepada mahasiswa agar lebih meningkatkan kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritualitas sebagai tolok ukur dalam mengurangi stres yang dialami.
4. Penelitian selanjutnya diharapkan bahwa penelitian mendatang tentang masalah yang sama akan mempelajarinya dengan lebih luas dan memasukkan variabel tambahan. Seperti *overthinking*, pola asuh orang tua, ditinjau dari jenis kelamin dan lain sebagainya. Atau pun mengkaji dengan melihat perbedaan antara mahasiswa dari universitas a dan universitas b, ataupun mahasiswa yang berbeda jurusan. Dari pemilihan sampel misalkan ingin menggunakan sampel mahasiswa yang belum lulus dan sebagainya sebagaimana keperluan dengan penelitian.