BAB VI

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Hipotesis pada penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi. Semakin tinggi kecerdasan emosional mahasiswa, maka semakin rendah stres mahasiswa dalam proses penysunan skripsi, demikian pula sebaliknya. Adapun kecerdasan emosional memberikan sumbangan sebesar 14,75% terhadap stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi.

B. Saran

1. Bagi Subjek

   Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan dan menjaga kecerdasan emosional yang telah mahasiswa miliki sehingga dapat menekan stres dalam proses menyusun skripsi, dengan cara selalu mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi diri sendiri, memotivasi diri sendiri, berempati atau mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Selain itu pula mahasiswa sedikit meluangkan waktu, pikiran dan tenaga dengan melakukkan *sharing* atau berbagi pengalaman terhadap mahasiswa-mahasiswa lain yang akan menghadapi skripsi.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukkan penelitian mengenai stres mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi, disarankan agar memperhatikan kelemahan yang muncul dalam penelitian ini seperti hindari mengambil subjek ketika sedang mengerjakan skripsi atau revisian di ruang skripsi dan hindari mahasiswa yang sedang sibuk atau menunggu antrian untuk bimbingan karena biasanya mahasiswa sedang sibuk mempersiapkan materi apa saja yang akan disampaikan ke dosen pembimbing. Lakukan penelitian selain di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang serta bandingkanlah dari beberapa fakultas karena setiap Universitas dan Fakultas memiliki kesulitan dan tuntutan yang berbeda-beda kepada mahasiswanya dalam memperoleh gelar kesarjanaan.