

## **BAB 6**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, didapati bahwa terdapat hubungan negatif antara kematangan emosi dan kecemasan tidak mendapat pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi kematangan emosi maka akan semakin rendah kecemasan tidak mendapat pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir dan sebaliknya. Hipotesis dalam penelitian ini diterima. Sumbangan efektif yang diperoleh yaitu sebesar 16,56%. Kematangan emosi mempengaruhi kecemasan tidak mendapat kerja sebesar 16,56%.

#### **6.2 Saran**

##### **6.2.1 Bagi mahasiswa tingkat akhir yang memiliki kecemasan tidak mendapat pekerjaan tinggi**

Bagi mahasiswa tingkat akhir yang memiliki kecemasan tidak mendapat pekerjaan yang tinggi diharapkan agar meningkatkan kematangan emosi yang dimiliki dengan cara melatih kontrol emosi, meningkatkan pemahaman terhadap diri, dan melatih penggunaan fungsi kritis mental dengan baik sehingga kecemasan tidak mendapat pekerjaan dapat berkurang.

##### **6.2.2 Bagi Perguruan Tinggi**

Bagi Perguruan Tinggi diharapkan dapat menurunkan kecemasan yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir dengan melakukan

pendampingan misalnya berupa pelatihan pengenalan dan pengendalian diri agar mahasiswa dapat melatih kontrol emosi, pemahaman terhadap diri, dan melatih penggunaan fungsi kritis mental sehingga dapat meningkatkan kematangan emosi pada mahasiswa dan kecemasan yang dirasakan akan rendah.

### 6.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan agar mempertimbangkan faktor lain yang berhubungan dengan kecemasan seperti faktor lingkungan, dukungan, sebab fisik, *gender*, dan lain-lain. Peneliti selanjutnya juga bisa memperluas populasi penelitian sehingga penelitian lebih dapat digeneralisasi untuk mahasiswa tingkat akhir di Indonesia.

