

BAB 7

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul hubungan kecerdasan emosional dengan stres pada mahasiswa prelinik Fakultas Keperawatan Universitas Andalas tahun 2022. Maka, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Skor rata-rata kecerdasan emosional mahasiswa prelinik Fakultas Keperawatan Universitas Andalas tahun 2022 adalah 50,5189 dengan tingkat kecerdasan emosional sedang.
2. Skor rata-rata stres pada mahasiswa prelinik Fakultas Keperawatan Universitas Andalas tahun 2022 adalah 47,7736 dengan tingkat stres sedang.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan stres pada mahasiswa prelinik Fakultas Keperawatan Universitas Andalas tahun 2022 dengan nilai p (value) sebesar $0.00 < 0,05$, kekuatan hubungan kuat dengan arah hubungan negatif, yang artinya semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, maka semakin rendah stres yang dirasakan, begitu pula sebaliknya.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa

Bagi mahasiswa preklinik diharapkan agar bisa mengenali dan mengidentifikasi sumber stres yang dirasakan, dan mengatasi sumber stres dengan emosi yang terkendali dengan cara mengenali lebih dalam mengenai perasaannya sendiri, mengatur perasaan tersebut, meningkatkan motivasi diri dan empati, serta melatih keterampilan dalam bersosialisasi dengan orang lain. Beberapa cara yang dapat dilakukan mahasiswa seperti, manajemen stres, manajemen waktu, muhasabah diri, mempelajari kembali materi perkuliahan, dan mencari dukungan sosial baik dari teman sebaya, keluarga, dan dosen yang bersangkutan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan peneliti merekomendasikan dibuatnya program pelatihan dan pendidikan mengenai kecerdasan emosional dan stres di Fakultas Keperawatan untuk meningkatkan kecerdasan emosional, dan menurunkan stres yang dirasakan oleh mahasiswa, seperti pelatihan pendidikan karakter, dan pelatihan kecerdasan emosional yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial dalam rangkaian acara penempatan mahasiswa preklinik Fakultas Keperawatan.

3. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Bagi institusi pelayanan kesehatan diharapkan untuk memberikan orientasi yang lebih mendalam mengenai situasi klinis di rumah sakit, sehingga mahasiswa mendapatkan gambaran mengenai situasi klinis, dan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dalam pelaksanaan praktek klinis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneruskan penelitian ini dengan meneliti sumber lain yang dapat menurunkan stres yang dirasakan mahasiswa, dan memberikan solusi-solusi terbaru mengenai stres pada mahasiswa.

