

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan kecerdasan emosional dengan stres pada mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, maka dapat disimpulkan :

1. Rata-rata kecerdasan emosional pada mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Keperawatan universitas andalas adalah 49,5420
2. Rata-rata stress pada mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas adalah 50,0229.
3. Ada hubungan yang bermakna antara kecerdasan emosional dengan stres ( $r = -0,292$ ), dengan arah korelasi negatif dan kekuatan korelasi rendah, artinya semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin tinggi stres yang dirasakan mahasiswa, begitupun sebaliknya.

#### B. Saran

##### 1. Bagi mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat mengenali asal stres mereka, mengelolanya dengan kontrol emosi yang baik, dan meningkatkan keterampilan sosial serta motivasi diri. Ini bisa dicapai dengan pemahaman yang lebih dalam terhadap perasaan mereka sendiri, pengaturan perasaan, motivasi diri, empati, dan keterampilan bersosialisasi. Tindakan konkret seperti manajemen stres, manajemen waktu, introspeksi diri, peninjauan materi kuliah, dan mendapatkan dukungan dari teman sebaya, keluarga, dan dosen diharapkan

dapat membantu mereka mengatasi stres.

## **2. Bagi Institusi pendidikan**

Peneliti merekomendasikan pengembangan program pelatihan di Fakultas Keperawatan yang fokus pada kecerdasan emosional dan pengelolaan stres untuk mahasiswa. Program tersebut mencakup pelatihan pendidikan karakter serta peningkatan kecerdasan emosional melalui aspek kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Program ini diintegrasikan dalam penempatan mahasiswa prelinik Fakultas Keperawatan.

## **3. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan**

Institusi pelayanan kesehatan disarankan untuk memberikan orientasi yang komprehensif tentang situasi klinis di rumah sakit. Hal ini bertujuan agar mahasiswa memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang situasi klinis dan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam melaksanakan praktik klinis.

## **4. Bagi peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan menyelidiki faktor-faktor lain yang dapat mengurangi stres yang dialami oleh mahasiswa, serta memberikan solusi-solusi inovatif terkait masalah stres pada mahasiswa