

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat di tarik disimpulkan bahwa:

bahwa  $H_a$  ditolak  $H_o$  diterima artinya tidak terdapat pengaruh antara variabel kecerdasan emosional terhadap stres akademik mahasiswa angkatan 2019 Progam Studi Teknik Informatika UMG. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji regresi non linear pada tabel *Coefficients*, terlihat dari probabilitas signifikansinya  $>0,05$ . Jadi dapat disimpulkan bahwa  $H_o$  di terima  $H_a$  di tolak artinya variabel kecerdasan emosional tidak berpengaruh oleh stres akademik, dengan persamaan matematis  $y=-12.606$  koefisien regresi kecerdasan emsoional yaitu 0,880.

Hasil analisis data dari teknik regresi non linier dari tabel model *summery* menunjukkan bahwa nilai  $R^2$  (*R Square*) sebesar 0,346 atau 34,6%. Koefisien determinan digunakan untuk mengetahui prosentase pengaruh variabel independen terhadap dependen. dapat diartikan bahwa variabel indenpenden (kecerdasan emsoional) mempengaruhi perubahan variabel dependen (stres akademik) adalah sebesar 34,6%. Sedangkan sisanya 65,4% dipengaruhi oleh variabel lain selain variabel independen yang diteliti

Hasil norma kategorisasi kecerdasan emsosoianl menunjukkan bahwa subjek berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 55 mahasiswa atau dengan prosentase 64% sedangkan subjek pada kategori tinggi yaitu sebanyak 13 mahasiswa atau dengan prosentase 15 % dan kategori yang rendah dengan sebanyak 18 mahasiswa atau dengan prosentase 21 %. Hasil norma kategorisasi stres akademik menunjukkan bahwa 49 mahasiswa dengan prosentase 57 % subjek berada pada kategori sedang, sedangkan pada kategori tinggi sebesar 26 mahasiswa dengan prosentase 30%. Dan kategori rendah hanya 11 mahasiswa dengan prosentase 13%.

## **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah diuraikan di atas maka saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

### **5.2.1 Subjek Penelitian**

Berdasarkan aitem stres akademik yang banyak dipilih dengan prosentase 89,5% pada aspek stres emosi “saya cemas jika nilai IP saya turun dan tidak memenuhi standart nilai minimal” maka di harapkan mahasiswa untuk dapat meningkatkan kemampuannya dalam memotivasi diri dan keyakinan yang kuat agar lebih mudah menghadapi stres akademik dengan cara meningkatkan dan mempertahankan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat guna membantu meningkatkan kecerdasan emosional yang dimana hal tersebut akan membantu mahasiswa dalam mengatasi setiap tekanan yang terjadi selama masa studi berlangsung.

### **5.2.2 Program Studi Teknik Informatika**

Berdasarkan aitem stres akademik yang banyak di pilih dengan prosentase 89,2 % pada aspek stres fisik “saya merasa pusing ketika tidak bisa menyelesaikan tugas kuliah yang sulit” maka diharapkan pada dosen dapat membantu mencegah terjadinya stres akademik. Dosen dapat memberikan konseling untuk dapat mengembangkan rasa percaya diri dan memanaman diri dalam mengeloh emosi untuk mengatasi stres. Dosen dapat lebih kreatif dalam mengondisikan kelas.

### **5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya**

Kepada peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tema yang sama, ganti variabel bebasnya misalnya, motivasi, dorongan motivasi orang tua, menggunakan alat ukur yang berbeda, dan teknik sampel yang berbeda dan Peneliti juga menyarankan untuk lebih mempersempit subjek penelitian misalnya mahasiswa yang bekerja sebagai asisten dosen, bekerja paruh waktu, mahasiswa yang sudah berkeluarga.

