

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian mengenai “Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stress pada Remaja di SMK N 1 Jogonalan” adalah sebagai berikut:

1. Karakteristik responden pada penelitian ini adalah pelajar dengan umur rata-rata 15,69 tahun dan 52,6% adalah responden berjenis kelamin perempuan.
2. Kecerdasan emosional responden di SMK N 1 Jogonalan sebagian besar memiliki kecerdasan emosional sedang yaitu 62,4%.
3. Tingkat stress responden di SMK N 1 Jogonalan sebagian besar mengalami stress ringan yaitu 50,6%.
4. Ada hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stress pada remaja di SMK N 1 Jogonalan dengan $p\text{ value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi ilmu keperawatan
Peneliti menyarankan kepada perawat sebagai acuan untuk membuat SOP (*Standard Operating Procedure*) tentang kecerdasan emosional sebagai tindakan keperawatan yang sesuai dengan manajemen stress misalnya dikolaborasi dengan relaksasi nafas dalam untuk menurunkan tingkat stress bagi remaja.
2. Bagi institusi pendidikan
Peneliti menyarankan kepada institusi pendidikan untuk memasukkan teori tentang kecerdasan emosional dalam mata pelajaran BK (Bimbingan Konseling) dan memberikan bimbingan konseling tentang kecerdasan emosional kepada siswa khususnya saat akan memasuki UAS maupun UN.
3. Bagi remaja
Peneliti menyarankan kepada remaja untuk meningkatkan kemampuan dalam mengelola emosi dan mengontrol diri dengan lebih banyak bersosialisasi dengan teman, lebih menghargai orang lain, menciptakan suasana kelas yang nyaman dan lebih mendekatkan diri kepada Allah.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih mengembangkan teori penelitian dengan variabel lain yang bervariasi serta harus memperhatikan waktu penelitian agar responden dapat memahami isi kuesioner dengan baik sehingga meminimalisir saling menyontek.