

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan asumsi peneliti disimpulkan bahwa peelitian mengenai Hubungan Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial pada Mahasiswa Preklinik Program Studi Keperawatan di Universitas Nasional.

- 1) Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar mahasiswa preklinik unas memiliki tingkat kecerdasan emosional sedang sebanyak 84 (64,1%).
- 2) Berdasarkan hasil penelitian ini, sebagian besar mahasiswa preklinik unas memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi sebanyak 86 (65,6%).
- 3) Tingkat stres dalam penelitian ini menunjukkan hasil jumlah terbanyak adalah mahasiswa dengan tingkat stres normal dengan total 44 (33,6%).
- 4) Terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap stres pada mahasiswa preklinik keperawatan di Universitas Nasional yaitu sebesar 0,000 yang artinya  $p < \alpha$  (0,05)  $H_0$  ditolak.
- 5) Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap stres pada mahasiswa preklinik keperawatan di Universitas Nasional sebesar 0,298 Ini menandakan bahwa  $P\text{- Value} > \alpha$  (0,05)  $H_0$  diterima.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Bagi Responden

Responden diharapkan mengelola stres secara mandiri, mahasiswa juga perlu mengembangkan strategi pengelolaan stres yang efektif, seperti teknik relaksasi, olahraga

teratur, dan manajemen waktu yang baik, untuk membantu mengurangi dampak stres dalam kehidupan sehari-hari.

### **5.2.2 Bagi fakultas Ilmu Kesehatan**

Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional diharapkan memperkuat layanan konseling dan dukungan psikologis bagi mahasiswa dengan menyediakan akses yang lebih mudah dan layanan yang lebih responsif, ini penting untuk membantu mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengelola stres.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut dan diperlukan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh terhadap stres mahasiswa, seperti strategi coping, kondisi lingkungan belajar.

