

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan *career adaptability* pada mahasiswa yang bekerja, ditunjukkan dengan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0,772 , ( $p < 0,001$ ). Mahasiswa yang bekerja memiliki kecerdasan emosi ditunjukkan dengan adanya kemampuan dalam mengenali dan mengelola emosi diri sendiri dan memahami perasaan orang lain maka individu tersebut cenderung memiliki *career adaptability* yang baik, hal tersebut ditunjukkan dengan kemampuan individu yang cukup baik dalam mengatasi berbagai tugas dan perubahan dari situasi tidak terduga yang muncul dalam proses perkembangan karirnya. Sebaliknya, mahasiswa yang bekerja dengan kecerdasan emosi yang rendah cenderung memiliki tingkat *career adaptability* yang rendah pula. Kecerdasan emosi memberikan kontribusi sebesar 59,6% terhadap *career adaptability* pada mahasiswa yang bekerja, sementara 40,4% sisanya dihubungkan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian. Menurut M.Ford's Motivational Systems Theory (dalam Hirschi, 2009) terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi *career adaptability* yaitu keyakinan pada kemampuan, keyakinan dalam konteks sosial, dan tujuan (*goals*).

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan, antara lain :

### 1. Bagi Subjek

Subjek diharapkan mampu mengenali dan mengelola emosi dengan lebih baik salah satunya dengan cara berlatih untuk mengontrol emosi diri sendiri. Selain itu, subjek juga seharusnya dapat memahami pentingnya mengembangkan kecerdasan emosi untuk memperkuat kemampuan beradaptasi dengan karir individu.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi memberikan sumbangan efektif terhadap *career adaptability* sebesar 59,6% sementara 40,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang belum diteliti. Peneliti lain dapat mengaji lebih dalam mengenai *career adaptability* dan hal-hal yang berhubungan dengan *career adaptability*.