

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara positif antara kecerdasan emosi dengan career adaptability pada karyawan. Karyawan 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, karyawan dengan kecerdasan emosi yang rendah cenderung memiliki tingkat career adaptability yang rendah pula.

B. Saran

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

1. Bagi Subjek

Subjek diharapkan mampu mengelola rasa khawatir mengenai ketidakpastian di masa depan agar lebih fokus untuk dapat beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam kehidupan karirnya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi memberikan sumbangan efektif terhadap *career adaptability* sebesar 29,8% sementara 70,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang belum diteliti. Peneliti selanjutnya yang ingin memiliki ketertarikan untuk meneliti mengenai masalah yang sama, disarankan untuk memilih faktor lain yang lebih berpengaruh terhadap variabel *career adaptability* dan diharapkan lebih mengembangkan variabel-variabel selain dari variabel yang telah digunakan dalam penelitian ini agar dapat melihat sumbangan dari masing-masing variabel lain terhadap variabel *career adaptability*.