

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup pada dewasa madya. Hal tersebut dapat dilihat melalui nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,543 dengan $p < 0,01$, berarti semakin tinggi kecerdasan emosi maka kepuasan hidup cenderung tinggi. Sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosi maka kepuasan hidup cenderung rendah. Memiliki kecerdasan emosi yang tinggi merupakan salah satu faktor penting dalam menentukan kesuksesan dan kepuasan hidup (Surya, 2006). Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi cenderung akan menjadi pribadi yang lebih menghargai dirinya sendiri, memiliki nilai-nilai, mampu mengatasi konflik, memiliki toleransi yang tinggi, fleksibel, menghargai orang lain, mudah beradaptasi dengan berbagai situasi dan kondisi dan mudah berkomunikasi dengan orang lain (Polya, 2012).

Tingkat kecerdasan emosi pada subjek penelitian secara umum berada pada kategori sedang (40%) ke tinggi (60%), dan tingkat kepuasan hidup pada dewasa madya secara umum berada pada kategori sedang (42,5%) ke tinggi (57,5%). Sumbangan efektif kecerdasan emosi terhadap kepuasan hidup dapat dilihat dari (r^2) sebesar 0,295. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi memberikan pengaruh terhadap kepuasan hidup sebesar 29,5% dan sisanya sebanyak 70,5 %

diasumsikan dapat berkaitan dengan beberapa faktor lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi kepuasan hidup yaitu kesehatan (Palmore & Luikart 1972), kepuasan kerja (Badriyah, 2015), dan perkawinan (Botha & Booyesen, 2012).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti menyadari masih ada kekurangan dan ketidaksempurnaan dalam penelitian ini. Berkaitan dengan kekurangan tersebut peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan akan berguna dalam penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kecerdasan emosi dan kepuasan hidup. Adapun saran yang peneliti berikan yaitu :

1. Bagi Subjek Penelitian

Peneliti menyarankan bagi dewasa madya untuk meningkatkan aktivitas-aktivitas yang mampu meningkatkan kecerdasan emosi agar dapat meningkatkan kepuasan hidup. Sesuai dengan hasil penelitian di mana jika seseorang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi maka kepuasan hidup akan cenderung tinggi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran bagi peneliti selanjutnya agar meneliti tentang variabel kepuasan hidup agar dapat mengkaji dengan menggunakan teori terbaru, menambahkan jumlah subjek penelitian dan membuat aitem *favorable* saja untuk mengurangi jumlah aitem gugur dan memperluas penelitian ini dengan meneliti faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap kepuasan hidup

sehingga dapat mengungkap penemuan baru, mengingat kontribusi kecerdasan emosi pada kepuasan hidup sebesar 29,5%.