

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan asertivitas pada mahasiswa yang bekerja, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Artinya, hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang positif antara regulasi emosi dengan asertivitas pada mahasiswa yang bekerja. Semakin tinggi tingkat regulasi emosi pada mahasiswa yang bekerja, maka akan semakin tinggi tingkat asertivitas-nya. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah tingkat regulasi emosi pada mahasiswa yang bekerja, maka akan semakin tinggi tingkat asertivitasnya.

Saran

Peneliti menawarkan beberapa saran berdasarkan temuan penelitian yang telah dilakukan yaitu:

1. Bagi subjek penelitian

Mahasiswa yang bekerja hendaknya mampu memiliki tingkat regulasi emosi yang tinggi sehingga mampu menunjukan kemampuan asertivitas dilingkungan sosial. Regulasi emosi yang baik dapat membantu individu lebih asertivitas dalam menyampaikan pendapat, menolak permintaan, serta mengelola konflik di lingkungan kerja maupun akademik secara positif.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti disarankan untuk mempertimbangkan meneliti variabel lain selain regulasi emosi yang berpotensi memengaruhi asertivitas, seperti kebudayaan, kepribadian, beban kerja, atau tingkat stres akademik. Dengan demikian, pemahaman terhadap faktor-faktor yang memengaruhi asertivitas pada mahasiswa yang bekerja dapat menjadi lebih komprehensif.