

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kemampuan memaafkan pada dewasa awal. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula kemampuan memaafkannya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional individu, maka semakin rendah pula kemampuan memaafkan yang dimiliki.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Dewasa awal disarankan untuk meningkatkan kemampuan dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi dengan baik. Kemampuan tersebut dapat membantu individu dalam mengurangi emosi negatif seperti marah, kecewa, dan dendam sehingga individu lebih mudah memaafkan kesalahan orang lain serta mampu menjaga hubungan interpersonal yang lebih positif dan harmonis.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan positif dengan kemampuan memaafkan. Namun, kontribusi kecerdasan emosional terhadap kemampuan memaafkan dalam penelitian ini masih tergolong sedang, sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain

yang kemungkinan berpengaruh terhadap kemampuan memaafkan, seperti empati, religiusitas, kontrol diri, kepribadian, kualitas hubungan interpersonal, maupun dukungan sosial.

Selain itu, penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data secara online melalui google x sehingga peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung proses pengisian kuesioner oleh responden. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan metode pengumpulan data secara langsung agar proses pengisian skala dapat lebih terkontrol. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat melibatkan subjek dengan karakteristik yang lebih luas agar hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik.