

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, memunculkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada PNS. Ketika tingkat efikasi diri semakin tinggi, tingkat kecemasan yang dialami akan semakin rendah dalam menghadapi masa pensiun PNS. Ketika tingkat *self-efficacy* semakin baik untuk seseorang miliki, tentu akan berdampak positif pula ketika sudah memasuki masa pensiun, karena sudah melakukan persiapan dengan baik, sehingga kehidupan pasca-pensiun lebih tenang dan terjamin.
2. Dalam penelitian ini tidak ditemukan perbedaan kecemasan dalam menghadapi masa pensiun pada PNS laki-laki dan perempuan diketahui dari nilai  $t$  hitung 1,235 dan  $p > 0,05$  menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan kecemasan menghadapi masa pensiun berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan, yang sekaligus menjadi bagian dari kesimpulan penelitian. Hal ini akan berkorelasi dengan rendahnya kecemasan menghadapi masa pensiun.
3. Hasil penelitian memperlihatkan adanya perbedaan yang signifikan kecemasan menghadapi masa pensiun berdasarkan usia 57 tahun, 58 tahun, dan 59 tahun. Rata-rata kecemasan menghadapi masa pensiun responden usia 59 tahun lebih besar daripada responden usia 57 tahun dan 58 tahun. Kesimpulannya,

ditemukan perbedaan yang signifikan kecemasan menghadapi masa pensiun berdasarkan usia.

## **B. Saran**

Bertolak dari pemaparan kesimpulan penelitian tersebut, terapat beberapa saran yang peneliti dapat sampaikan, antara lain:

### 1. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 64% subjek memiliki kecemasan sedang dan 20% kecemasan tinggi. Subjek diharapkan melakukan hal-hal yang dapat meningkatkan efikasi dirinya dengan cara belajar dari kesuksesan orang lain, para PNS yang terkategori sedang dalam kecemasan menghadapi pensiun cara meningkatkan efikasi diri yaitu dengan menyiapkan beberapa kegiatan produktif yang bisa menggenerasi penghasilan sendiri sebelum masa pensiun tiba sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri, contohnya mulai membangun bisnis yang bisa memberikan *passive income* seperti memulai usaha dengan bantuan keluarga. Untuk kegiatan yang bernilai sosial bisa dalam bentuk keikutsertaan dengan organisasi satu profesi atau organisasi berdasarkan minat agar tidak kehilangan kepercayaan diri dalam bergaul. Hal ini perlu dilakukan agar kepercayaan diri PNS dapat meningkat sehingga yakin terhadap kemampuan dirinya.

### 2. Bagi Instansi

Bagi instansi terkait diharap melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan efikasi diri dengan cara menggelar beragam sosialisasi dan

penguatan mentalitas PNS menjelang purna tugas dalam rangka peningkatan efikasi diri.

### 3. Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya dapat memperluas subyek penelitian yaitu dengan menambah jumlah responden yang bekerja pada golongan PNS, instansi, maupun daerah lain dengan lebih memperhatikan pengambilan berdasarkan data demografi seperti usia subjek penelitian, lama bekerja, dan satuan fungsi agar diperoleh subjek penelitian yang lebih variatif dan dapat diteliti lebih lanjut agar data yang didapat lebih mutlak.
- b. Peneliti memberi saran untuk peneliti lain untuk membuat petunjuk pengisian skala yang mudah dipahami dan sesuai dengan karakter subjek (usia) serta memastikan bahwa subjek sebelumnya belum pernah mengisi skala dengan variabel serupa.
- c. Sumbangan efikasi diri terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun PNS di Kabupaten Bantul sebesar 11,10%, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain sebesar 88,90% di luar penelitian. Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian berkaitan dengan kecemasan menghadapi pensiun berdasarkan oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian seperti faktor kognitif lain yang terdiri dari prediksi berlebih terhadap perasaan takut, keyakinan, sensitifitas berlebihan, salah mengartubisikan sinyal-sinyal tubuh, dan faktor biologi yang terdiri dari gangguan genetik, neurotransmitter, dan aspek biokimia pada gangguan panik. Hal ini dimaksudkan agar penelitian lebih luas dan pembaca dapat mengambil

informasi menyeluruh terkait apa saja yang membuat kecemasan menghadapi pensiun yang PNS rasakan.