

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Kecerdasan emosi adalah kemampuan individu untuk mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain disekitarnya sehingga dapat menggunakan dan mengatur emosi tersebut dengan tepat dan produktif sesuai dengan kebutuhan. Kecerdasan emosi berhubungan negatif terhadap kecemasan dalam menghadapi pensiun pada guru PNS. Semakin tinggi tingkat kecerdasan emosi yang dimiliki, maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam menghadapi pensiun pada guru PNS. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecerdasan emosi yang dimiliki, maka semakin tinggi tingkat kecemasan dalam menghadapi pensiun pada guru PNS.
2. Penerimaan diri adalah kemampuan menerima segala karakteristik yang ada pada diri sendiri, menerima kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri individu. Penerimaan diri berhubungan negatif terhadap kecemasan dalam menghadapi pensiun pada guru PNS. Semakin tinggi tingkat penerimaan diri yang dimiliki, maka semakin rendah tingkat kecemasan dalam menghadapi pensiun pada guru PNS. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penerimaan diri yang dimiliki, maka semakin tinggi tingkat kecemasan dalam menghadapi pensiun pada guru PNS.

3. Kecerdasan emosi dan penerimaan diri secara bersama-sama memiliki hubungan dengan kecemasan dalam menghadapi pensiun pada guru PNS.
4. Kecemasan dalam menghadapi pensiun pada guru PNS tergolong tinggi, karena mayoritas subjek memiliki taraf kecemasan menghadapi pensiun tinggi. Kecerdasan emosi pada guru PNS tergolong tinggi, karena mayoritas subjek memiliki taraf kecerdasan emosi tinggi. Penerimaan diri pada guru PNS tergolong sedang, karena mayoritas subjek memiliki taraf penerimaan diri sedang.
5. Variabel kecerdasan emosi dan penerimaan diri secara bersama-sama sebesar 33,9% terhadap kecemasan dalam menghadapi pensiun. Variabel kecerdasan emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 10,3%, sedangkan variabel penerimaan diri sebesar 23,6%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah:

1. Bagi guru dan instansi

Guru diharapkan dapat mempertahankan taraf kecerdasan emosi dan penerimaan diri yang sudah baik sehingga resiko mengalami kecemasan dalam menghadapi pensiun menurun. Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara mengelola emosi dengan baik, berpikir positif, dan menerima segala kelebihan yang ada dalam diri secara utuh, dan mensyukurinya. Melihat kondisi kecerdasan emosi dan penerimaan guru yang sudah baik, instansi sebaiknya mempertahankan kondisi lingkungan kerja yang ada. Hal tersebut

dapat dilakukan dengan menjalin hubungan baik antar sesama guru, meningkatkan rasa empati dengan sesama guru, dan saling berpikir positif.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi pihak-pihak yang ingin melakukan penelitian dengan variabel kecemasan dalam menghadapi pensiun sebaiknya mempertimbangkan variabel lain yang dapat mempengaruhi kecemasan menghadapi pensiun seperti penolakan sosial, dukungan sosial, tidak percaya diri, perasaan bersalah, dan lain-lain. Hal tersebut dikarenakan dari hasil penelitian menunjukkan variabel kecerdasan emosi dan penerimaan diri berkontribusi sebesar 33,9% sehingga terdapat 66,1% variabel lain yang mempengaruhi dalam kecemasan menghadapi pensiun selain kecerdasan emosi dan penerimaan diri. Kekurangan yang peneliti rasakan yaitu pada penentuan karakteristik subjek penelitian dimana kurang cocok dengan judul dari penelitian. Oleh karena itu untuk peneliti selanjutnya diharapkan mempertimbangkan karakteristik subjek yang akan digunakan dengan baik disesuaikan dengan subjek pada judul penelitian supaya konsisten antara judul penelitian dengan subjek yang akan digunakan.