

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota TNI AD  $r_{xy} = -0.812$  dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.010$ ), hal ini menunjukkan bahwa anggota TNI AD yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mampu menghadapi masa pensiun tanpa rasa cemas yang berlebihan. Hal ini dikarenakan para anggota memiliki keyakinan pada diri sendiri terhadap kemampuan dan potensi yang dimiliki, mampu bersikap optimis sehingga dapat mempersiapkan masa pensiun sedini mungkin, dapat bertanggung jawab dan berfikir rasional serta realistis terhadap masa pensiun. Sumbangan efektif kepercayaan diri terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada TNI AD yaitu sebesar 66% dan sisanya 34% dipengaruhi oleh faktor lain yaitu, yang pertama kecerdasan spritual, kecerdasan emosi, kematangan emosional, dan penyesuaian diri.

#### **B. Saran**

Saran yang dapat diberikan berdasarkan dari hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut :

##### 1. Saran Untuk Subjek

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki

kepercayaan diri yang tinggi sehingga kecemasan menghadapi masa pensiun rendah. Hal ini tentu merupakan kabar gembira bahwa ternyata para anggota TNI AD yang bekerja di KODIM Yogyakarta ini memiliki kecemasan menghadapi masa pensiun yang rendah. Pada hasil penelitian juga telah disebutkan bahwa anggota TNI AD yang bekerja di KODIM Yogyakarta memiliki kepercayaan diri. Untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri menjelang pensiun berikut hal-hal yang data dilakukan adalah menyadari bahwa masa pensiun bukan akhir dari segalanya. Akan tetapi para anggota harusnya merasa bangga bangga karena telah menyelesaikan masa kerja sampai batas waktu yang telah ditetapkan dan memiliki pengalaman kerja yang cukup panjang bahkan sampai puluhan tahun membentuk individu memiliki keterampilan dan kemampuan, sebagai bukti bahwa para anggota telah memberikan manfaat pada orang lain, atau publik, bangsa dan negara, sehingga layak untuk bangga pada diri sendiri.

## 2. Saran Untuk Instansi

Kepercayaan diri yang dimiliki oleh anggota TNI AD tidak terlepas dari pengalaman dan pendidikan selama menjadi prajurit. Diharapkan bagi instansi terkait dapat menjaga rasa percaya diri anggotanya terhadap masa pensiun sehingga dapat menurunkan kecemasan menghadapi masa pensiun

### 3. Saran Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa pensiun berdasarkan hasil dari penelitian-penelitian sebelumnya yang belum peneliti teliti dalam penelitian ini seperti kematangan emosional, kecerdasan emosional, penyesuaian diri, dan kecerdasan spiritual. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat meneliti mengenai *post power syndrom*.