

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun dari hasil yang diperoleh dalam Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan kemampuan penyesuaian diri pensiunan guru PNS di Jakarta Utara. Dukungan sosial yang memadai dapat membantu meningkatkan kemampuan penyesuaian diri pensiunan guru PNS dalam menghadapi masa pensiun. Berdasarkan kategorisasi kekuatan korelasi antar variabel (Tabel 3.6), nilai 0,598 terletak pada rentang nilai 0,400 – 0,599, yang mana artinya hubungan antara variabel dukungan sosial dan penyesuaian diri termasuk kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara variabel dukungan sosial dan penyesuaian diri.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri pada pensiunan guru PNS di Jakarta Utara, beberapa saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Pensiunan Guru PNS

Mengikuti komunitas atau kelompok sosial yang dapat memberikan dukungan emosional dan memperluas jaringan pertemanan. Selain itu, terlibat dalam kegiatan yang bermanfaat seperti pelatihan, kegiatan sosial, atau menjadi relawan untuk menjaga keseimbangan psikologis juga sangat disarankan untuk dilakukan.

2. Bagi Keluarga Pensiunan Guru PNS

Memberikan dukungan emosional dan perhatian secara konsisten untuk membantu pensiunan menghadapi transisi kehidupan. Mendorong komunikasi terbuka dan terlibat dalam aktivitas bersama juga sangat dianjurkan untuk dilakukan guna memperkuat hubungan keluarga.

3. Bagi Pemerintah dan Lembaga Sosial

Menyediakan program bimbingan atau pelatihan untuk membantu pensiunan beradaptasi dengan kehidupan pasca-kerja. Selain itu, beberapa program yang dapat memfasilitasi kegiatan sosial atau komunitas yang dapat meningkatkan kualitas hidup pensiunan juga sangat baik untuk dilakukan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melakukan penelitian nanti untuk selanjutnya karena distribusi data penelitian ini tidak normal maka harap diperhatikan jumlah atau besarnya sampel, lalu lanjutan dengan menambahkan variabel lain yang mempengaruhi penyesuaian diri. Selain itu, sangat direkomendasikan untuk memperluas cakupan wilayah penelitian untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif dan lebih dalam memahami karakter subjek.

Beberapa saran tersebut diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi berbagai pihak dalam meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup pensiunan guru PNS di Jakarta Utara.