

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan kesimpulan berdasarkan hasil interpretasi dan analisis yang telah dipaparkan di Bab IV beserta saran yang terarah sesuai dengan hasil penelitian

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai *Psychological well-being* (PWB) pada pria pensiunan PNS usia 64 tahun di Bandung Utara diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. *Psychological well-being* pada kasus G yang adalah pria pensiunan PNS usia 64 tahun di Bandung Utara menunjukkan derajat yang tinggi.
2. Keenam dimensi *Self-acceptance*, *Positive Relations with Others*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth* mempunyai kaitan yang erat satu sama lain dalam pembentukan PWB yang tinggi pada kasus G.
3. Dimensi *Self-acceptance* memainkan peran yang mendasar dalam pembentukan PWB yang tinggi pada kasus G. Kemampuan kasus G dalam menerima dirinya sebagai pensiunan melatarbelakangi penghayatan yang menjadi ciri khas utama pada evaluasi terhadap kepuasan hidupnya yang tinggi pula.
4. PWB kasus G tidak hanya terfokus pada *self* saja karena *belief* yang terbentuk berdasarkan agama yang diyakini dan budaya yang sudah ditanamkan sejak kecil juga memainkan peran yang cukup besar pada penerimaan dirinya, penentuan arah hidupnya dan pembentukan pribadi.

5. Faktor yang memengaruhi yaitu tingkat status-ekonomi, dukungan sosial yang didapat dari keluarga, teman dan komunitas juga menunjukkan perannya pada penghayatan akan pengalaman hidup menjadi saling mendukung dan berinteraksi membangun PWB yang tinggi.
6. *Trait Conscientiousness* menunjukkan peran dalam dimensi *Purpose in Life* yaitu dalam pencapaian goal, *Trait openness to experience* mengembangkan pribadi yang terbuka terhadap pengalaman baru yang berkaitan dengan dimensi *Personal Growth* dalam hal pemahaman diri dan agama. *Trait agreeableness* yang dimiliki G membuatnya menjadi pribadi yang penyayang dan mudah mengalah, yang mengembangkan dimensi *Positive Relation with Others*.
7. *Trait Neuroticism* menunjukkan peran yang jelas pada corak kepribadian G karena nilainya rendah sehingga G dapat dengan mudah mengembangkan *Self-acceptance* dan *Personal Growth* yang tinggi.
8. *Trait Extraversion* yang tinggi biasanya berpengaruh pada PWB yang tinggi pula, namun pada kasus G ini *trait extraversion* yang rendah tidak menjadikan PWB yang rendah karena didukung oleh dimensi *Positive Relation with Others* G yang tinggi.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Teoretis

1. Perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian guna mengetahui kontribusi faktor-faktor yang memengaruhi khususnya agama, status sosial-ekonomi, pengalaman hidup, dukungan sosial dan kepribadian terhadap keenam dimensi dan pada PWB secara keseluruhan.

2. Perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian guna mengetahui kontribusi faktor-faktor kepribadian terhadap keenam dimensi PWB.
3. Bagi peneliti selanjutnya perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian komparatif antara PWB pada pria dan wanita.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Hasil penelitian ini dapat menjadi gambaran bagi G untuk mendapatkan insight akan beberapa aspek kehidupannya yang masih dapat dikembangkan untuk bisa menjalani masa pensiunnya lebih optimal lagi.
2. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi informasi bagi pihak HRD dari perusahaan dan badan usaha pemerintah sehingga dapat dilakukan pengembangan akan kegiatan-kegiatan masa persiapan pensiun (MPP) untuk taraf direktur, yang lebih menekankan pada pengembangan PWB yang merujuk pada dimensi *Self-acceptance*, *Personal Growth*, *Purpose in Life*, *Environmental Mastery* dan juga pendekatan secara personal guna memberikan dukungan dan arahan mengenai kegiatan apa saja yang dapat dilakukan calon pensiunan untuk dapat menghadapi masa pensiunnya dengan bahagia kelak.
3. Bagi komunitas lanjut usia di gereja atau lembaga masyarakat untuk dapat saling membantu dan memberikan semangat kepada para anggotanya yang akan atau sudah menjadi pensiunan untuk dapat menikmati masa pensiunnya dengan bahagia.