

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Gejala *Post Power Syndrome* yang dialami oleh pensiunan Kepala Sekolah di Wilayah Kecamatan Sliyeg Kab Indramayu. *Post power syndrome* ini dialami oleh dua subyek mantan kepala sekolah di salah satu lembaga pendidikan yang mengalami *Post power syndrome*
 - a. Gejala fisik yang terlihat dari ketiga subyek ketika subyek sudah pensiun dari pekerjaannya dan setelah pensiun ini, badan yang kurus dibandingkan ketika sebelum pensiun badan subyek gemuk dan bugar, terlihat lebih tua dan menurunnya stamina.
 - b. Gejala emosi yang terlihat pada subyek tiga yakni mudah tersinggung, merasa tida berguna, merasa sedih dan jenuh, merasa malukepada keluarga dan msyarakat, merasa tersisihkan oleh lembaga/masyarakat.
 - c. Gejala perilaku yang terlihat pada subyek tiga yakni pemurung, menarik diri dari pergaulan, senang membicarakan kehebatannya di masa lalu.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

2. Berdasarkan penelitian terhadap subyek faktor-faktor yang mempengaruhi *Post Power Synndrome* pada pensiunan Kepala Sekolah di Wilayah Kecamatan Sliyeg Indramayu yakni : Hilangnya pekerjaan,tidak adanya kegiatan setelah pensiun ,berkurangnya hasil pendapatan, hilangnya kekuasaan dalam bekerja,usia,kesehatan dan status social ini semua

dialami oleh subyek ketiga yakni mantan kepala sekolah di instansi lembaga pendidikan jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA).

3. Upaya – upaya yang dilakukan oleh kedua subyek penderita *Post Power Syndrome* pada pensiunan Kepala Sekolah Wilayah Kecamatan Sliyeg Kabupaten Indramayu yakni PT dan BS adalah dalam bidang Agama, bidang sosial, bidang ekonomi, Dalam bidang ekonomi subyek 1 memanfaatkan waktu yang ada dengan berbisnis kecil-kecilan untuk menambah penghasilan yakni membuka warung sembako di depan rumahnya. Begitupun dengan subyek kedua, beliau juga membangun bisnis furniture dari tahun 1990. bidang pendidikan. Sedangkan upaya yang hanya dilakukan oleh subyek ketiga hanya lah dalam bidang agama yakni menjalankan shalat wajib dan membaca Al-quran.

B. Saran

1. Bagi lembaga yang memiliki program masa persiapan pensiun, peneliti berharap agar masa persiapan pensiun tersebut diisi dengan kegiatan yang bermanfaat bagi pensiunan misalnya pelatihan-pelatihan yang sekiranya tidak menyulitkan calon pensiunan agar tidak mengganggu setelah pensiun atau aktifitas rutin yang berkurang. Biasanya masa kerja pegawai yang berpuluh-puluh tahun tersebut membuat seseorang tidak memiliki ketrampilan lain, hanya sebatas pekerjaannya saja.
2. Bagi subyek, harapan peneliti adalah selalu menjaga kesehatannya, tidak bekerja terlalu berlebihan mengingat kondisi fisik yang telah menurun agar nanti tetap masih bisa melihat anak-anaknya sukses dan bisa membahagiakan serta membanggakan orang tuanya. Tetap bertindak positif dan bermanfaat bagi diri subyek.
3. Peneliti sangat menyadari banyak kekurangan pada penelitian ini. Peneliti menyarankan ada penelitian lanjutan tentang bagaimana gambaran pensiunan yang mengalami post power syndrome namun sudah tidak memiliki tanggungan membiayai kebutuhan pendidikan anak agar para pensiunan dapat lebih memahami kondisi dirinya setelah pensiun dan tetap berperilaku positif, bermanfaat untuk dirinya, keluarga dan untuk orang lain.