

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian yang telah dilakukan di Kelurahan Srandol Wetan Kecamatan Banyumanik, dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan penyesuaian diri terhadap proses penuaan pada wanita dewasa madya, dengan sumbangan efektif sebesar 74,3 %.
2. Ada perbedaan penyesuaian diri terhadap proses penuaan antara wanita dewasa madya yang bekerja dan yang tidak bekerja. Wanita dewasa madya yang bekerja mempunyai penyesuaian diri terhadap proses penuaan yang lebih baik daripada wanita dewasa madya yang tidak bekerja.

B. Saran

Sesuai dengan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan di atas, maka berikut ini ada beberapa saran yang diajukan, yaitu :

1. Bagi wanita dewasa madya yang bekerja diharapkan mampu mempertahankan kecerdasan emosional yang sudah dimiliki sehingga penyesuaian dirinya terhadap proses penuaan tetap baik.

- 2 Bagi wanita dewasa madya yang tidak bekerja diharapkan untuk meningkatkan kecerdasan emosional yang sudah dimiliki sehingga penyesuaian diri terhadap proses penuaannya menjadi lebih baik, misalnya dengan bertukar pikiran dengan teman, keluarga, ataupun orang lain yang dapat membantu serta mengisi waktu luang dengan kegiatan-kegiatan yang positif selama proses penuaannya, sehingga bisa berguna untuk memahami dan menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi.
- 3 Bagi peneliti lain : (a) memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri terhadap proses penuaan, misalnya keadaan fisik, kebudayaan, dan agama; (b) mengontrol pengaruh kecerdasan emosional yang dimiliki subyek penelitian terhadap penyesuaian diri; (c) memperhatikan subyek penelitian agar lebih variatif, misalnya jenis pekerjaan, jenis kelamin, kebudayaan, dan sebagainya.

