

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara optimisme dengan resiliensi pada pekerja yang terdampak PHK covid-19 di Bekasi. Hubungan tersebut bersifat positif yang artinya semakin tinggi optimisme seseorang maka semakin tinggi pula resiliensi pekerja yang terdampak covid-19. Begitupun sebaliknya semakin rendah optimisme maka semakin rendah pula resiliensi pada pekerja yang terdampak PHK covid-19.

5.1.1 Saran teoritis

Berdasarkan data – data yang diperoleh melalui penelitian, terdapat beberapa saran teoritis yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak yang memerlukan:

1. Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian dengan menggunakan variabel yang lain. Karna optimisme mempengaruhi sebesar 30.4% dan sisanya di pengaruhi variabel lain seperti regulasi emosi, pengendalian implus, analisis penyebab masalah, empati, *Self Efficacy*, dan *Reaching out*
2. Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk menggunakan subjek diluar subjek yang digunakan peneliti (karyawan kontrak) yaitu karyawan tetap karena pada fenomena PHK dimasa pandemi tidak hanya terdampak oleh karyawan kontrak saja melainkan dampak juga ikut dirasakan oleh karyawan yang sudah berstatus tetap.

5.1.2 Saran praktis

Berdasarkan peneliti yang diperoleh melalui penelitian, diajukan beberapa saran praktis yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan :

1. Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk mengambil data secara langsung karna sebelumnya peneliti menggunakan *google form* untuk pengambilan data karna ditakutkan adanya subjek yang mengisi data saat tidak fokus.
2. Untuk penelitian selanjutnya disarankan meneliti optimisme dengan resiliensi dengan fenomena berbeda di luar dari fenomena pandemik covid karna resiliensi dan optimisme dapat terjadi pada subjek dalam situasi atau fenomena apapun.



