

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, peneliti akan memaparkan hasil interpretasi dan analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya beserta saran yang terarah sesuai dengan hasil penelitian.

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai derajat *Psychological Well-Being* (PWB) yang dilakukan pada jemaat lansia di Gereja “X” yang tinggal bersama keluarganya, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. *Psychological Well-Being* pada jemaat lansia di Gereja “X” yang tinggal bersama keluarganya tersebar merata, yaitu 25 orang (50%) tergolong tinggi dan 25 orang (50%) lainnya tergolong rendah. Lansia yang memiliki *Psychological Well-Being* tinggi dapat dikatakan bahwa lansia telah mampu menerima keadaan dirinya, mampu menjaga relasi mereka dengan teman-teman seusia mereka dan keluarga, mampu mengendalikan diri sesuai yang mereka inginkan, mampu memilih kegiatan-kegiatan yang sesuai dengan karakter diri mereka, dan mampu menunjukkan semangat dan keterarahan dalam hidup, dan sebaliknya.
2. Derajat *Psychological Well-Being* jemaat lansia di Gereja “X” yang tinggal bersama keluarganya menunjukkan adanya keselarasan dengan

dimensi *Self-acceptance*, *Positive Relation with Others*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth*. Bila derajat *Psychological Well-Being* tinggi, maka dimensi *Self-acceptance*, *Positive Relation with Others*, *Autonomy*, *Environmental Mastery*, *Purpose in Life*, dan *Personal Growth* tinggi, dan sebaliknya.

3. Faktor-faktor penunjang lainnya seperti status sosial-ekonomi, dukungan sosial, dan religiusitas menunjukkan kecenderungan pengaruh terhadap derajat *Psychological Well Being* jemaat lansia di Gereja “X” yang tinggal bersama keluarganya. Semakin dukungan sosial dan religiusitas tinggi, *Psychological Well Being* semakin tinggi dan begitu sebaliknya. Namun berbeda dengan status sosial-ekonomi. Bila status sosial-ekonomi semakin tinggi, maka *Psychological Well Being* semakin rendah, dan sebaliknya.
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi seperti faktor usia, status marital, jenis kelamin, dan faktor kepribadian tidak menunjukkan kecenderungan pengaruh pada derajat *Psychological Well Being* jemaat lansia di Gereja “X” yang tinggal bersama keluarganya.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Saran Teoritis**

1. Melakukan penelitian mengenai kontribusi faktor-faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-Being* terhadap derajat *Psychological Well-Being* pada jemaat lansia di Gereja “X” yang tinggal bersama keluarganya.

2. Melakukan penelitian mengenai kontribusi *Big Five Personality* terhadap derajat *Psychological Well-Being* pada jemaat lansia di Gereja “X” yang tinggal bersama keluarganya.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Komisi lansia Gereja “X” Bandung dapat mengadakan dan mengembangkan kegiatan-kegiatan gereja bagi jemaat lansia antara lain:
  - Koor atau kursus-kursus, misalnya kursus bahasa, kursus merangkai bunga, dengan harapan agar lansia dapat saling mengenal antara anggota gereja dan dapat mengembangkan potensi yang dimiliki.
  - Persekutuan doa dan pendalaman alkitab, dengan harapan agar jemaat lansia dapat menyadari dan menerima diri apa adanya, dapat saling mengenal antara anggota gereja, dan dapat mempunyai tujuan dan arah hidup.
  - *Family gathering*, dengan harapan dapat menumbuhkan keakraban antara sesama lansia, keluarga, maupun antargenerasi.
2. Komisi lansia Gereja “X” Bandung dapat mengikutsertakan jemaat lansia dalam kepanitiaan suatu acara agar lansia dapat menilai positif dirinya sendiri, meningkatkan kemampuan dalam berelasi dengan orang lain, meningkatkan kemampuan dalam mengatur lingkungan, dan mampu mengembangkan potensi yang dimiliki.

3. Jemaat lansia Gereja “X” Bandung diajak dan diingatkan secara rutin untuk mengikuti kegiatan-kegiatan gereja yang telah disediakan oleh komisi lansia, misalnya dengan cara membentuk suatu divisi khusus untuk mengatur jadwal kunjungan mingguan ke rumah masing-masing lansia. Kunjungan tersebut juga bertujuan untuk memantau keadaan jemaat lansia dan mengingatkan kepada keluarga untuk terus memperhatikannya.