

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

- Terdapat kontribusi yang signifikan dari *emotional support* terhadap dimensi *positive relations with others*, yaitu sebesar 40,9%. Artinya, dimensi *positive relations with others* lansia di Panti “X” ditentukan sebesar 40,9% oleh *emotional support* dari ibu asrama, perawat, dan rekan sesama lansia di Panti “X”.
- Terdapat kontribusi yang signifikan dari *tangible/instrumental support* terhadap dimensi *environmental mastery*, yaitu sebesar 6,56%. Artinya, dimensi *environmental mastery* lansia di Panti “X” ditentukan sebesar 6,56% oleh *tangible/instrumental support* dari ibu asrama, perawat, dan rekan sesama lansia di Panti “X”.
- Terdapat kontribusi yang signifikan dari *companionship support* terhadap dimensi *personal growth*, yaitu sebesar 44,01%. Artinya, dimensi *personal growth* lansia di Panti “X” ditentukan sebesar 44,01% oleh *companionship support* dari ibu asrama, perawat, dan rekan sesama lansia di Panti “X”.
- *Emotional support* memiliki kontribusi yang tidak signifikan terhadap dimensi *self-acceptance*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.

- *Tangible/instrumental support* memiliki kontribusi yang tidak signifikan terhadap dimensi *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *purpose in life*, dan *personal growth*.
- *Informational support* memiliki kontribusi yang tidak signifikan terhadap keenam dimensi *psychological well-being* yaitu dimensi *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.
- *Companionship support* memiliki kontribusi yang tidak signifikan terhadap dimensi *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, dan *purpose in life*.
- Dari hasil pengolahan data penunjang, diketahui bahwa lansia berjenis kelamin laki-laki cenderung memiliki *self-acceptance* dan *personal growth* yang tinggi, namun memiliki *autonomy* yang rendah. Sebaliknya, lansia yang berjenis kelamin perempuan cenderung memiliki *self-acceptance* yang rendah dan *autonomy* yang tinggi.
- Lansia yang berada dalam kisaran usia *young-old* memiliki derajat *self-acceptance*, *positive relations with others*, *environmental mastery*, dan *purpose in life* yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang berusia *oldest-old*. Sebaliknya, lansia *oldest-old* memiliki *autonomy* yang lebih tinggi dibandingkan lansia yang berada dalam kisaran usia *young-old*.
- *Trait neuroticism* cenderung memiliki pengaruh negatif terhadap keenam dimensi *psychological well-being*. Selain itu, lansia yang memiliki derajat

yang rendah pada *trait extraversion*, *conscientiousness*, dan *openness* cenderung memiliki *autonomy* yang tinggi.

5.2.Saran

5.2.1. Saran Teoretis

- Untuk peneliti selanjutnya yang berminat meneliti dengan metode dan variabel yang serupa, disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah subjek penelitian yang lebih besar.
- Disarankan untuk melakukan penelitian mengenai hubungan atau pengaruh *trait* kepribadian terhadap masing-masing dimensi *psychological well-being*.
- Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan tujuan mengetahui perbedaan kontribusi dari setiap sumber dukungan sosial terhadap *psychological well-being*.
- Bagi peneliti selanjutnya, disarankan juga untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai *social support* dengan mengaitkan atau mencari pengaruhnya terhadap variabel lain seperti *trait* kepribadian.

5.2.2. Saran Praktis

- Untuk pengurus dan ibu asrama di Panti “X”, disarankan untuk menyelenggarakan kegiatan bersama secara berkala dengan tujuan untuk meningkatkan intensitas komunikasi baik antar lansia maupun antar lansia dengan perawat dan ibu asrama. Kegiatan yang dilakukan dapat berupa

sharing, yang berupa kegiatan yang memfasilitasi lansia untuk saling berbagai maupun memberikan dukungan satu sama lain.

- Pengurus dan ibu asrama di Panti “X” juga disarankan untuk membuat jadwal kebersamaan berkala yang ditujukan kepada keluarga lansia, dengan tujuan untuk meningkatkan intensitas komunikasi baik antara lansia dengan keluarga dan antara pengurus dengan keluarga lansia.
- Pengurus dan ibu asrama juga disarankan untuk mengadakan ceramah untuk meningkatkan pengetahuan ibu asrama, perawat, dan lansia mengenai hal-hal penting seperti pola makan, gizi, kesehatan, dan lain-lain.
- Pengurus dan ibu asrama disarankan untuk melengkapi fasilitas di Panti yang berkaitan dengan pengembangan diri lansia dan fasilitas-fasilitas yang dapat menunjang kesehatan lansia.
- Untuk ibu asrama dan perawat di Panti “X”, disarankan untuk menghabiskan waktu lebih banyak dengan lansia di Panti “X” dan memberikan perhatian, pujian, dan dorongan positif sesuai dengan kebutuhan lansia. Selain itu, ibu asrama dan perawat sebaiknya memberikan dorongan kepada lansia untuk lebih aktif melakukan kegiatan seperti olahraga, bermain catur, dan lain-lain.
- Untuk lansia yang tinggal di Panti “X”, disarankan untuk menghabiskan waktu lebih banyak di luar kamar bersama-sama dengan lansia yang lain dan mengikuti kegiatan-kegiatan bersama yang diselenggarakan oleh ibu

asrama. Selain itu, lansia juga disarankan untuk saling memberikan perhatian, semangat, dan dorongan positif satu sama lain.

- Untuk keluarga lansia yang tinggal di Panti “X”, disarankan untuk lebih sering melakukan komunikasi dengan lansia baik secara langsung (dengan mengunjungi lansia di Panti “X”) maupun secara tidak langsung (melalui telepon). Keluarga juga disarankan untuk menunjukkan lebih banyak perhatian kepada lansia dan memantau kehidupan lansia di Panti “X” melalui ibu asrama agar keluarga lebih cepat tanggap apabila lansia membutuhkan sesuatu.