BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5. 1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disampaikan pada bagian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa:

- Jemaat lansia gereja "X" Bandung sebagian besar memiliki SWB yang tinggi.
- 2. Faktor yang memiliki kecenderungan keterkaitan dengan derajat SWB ialah *trait* ekstraversi dan neurotik, ada atau tidaknya usaha dan perasaan berhasil untuk mencapai tujuan, ada atau tidaknya perasaan bahwa gereja menyediakan manfaat psikologis dan sosial, dan ada atau tidaknya bentuk keaktifan dan frekuensi aktivitas jemaat lansia.
- 3. Faktor yang tidak memiliki kecenderungan keterkaitan dengan SWB ialah ada atau tidaknya tujuan yang dimiliki, penentu tujuan individu, pendukung tujuan, bentuk *coping stress*, ada atau tidaknya standar yang ditentukan dan pencapaian standar tersebut, ada atau tidaknya hubungan positif dengan pasangan, keluarga, dan teman; kualitas pertemanan, frekuensi dukungan keluarga, status marital, kualitas pernikahan, bentuk dukungan pasangan, pendidikan dan kursus, ada atau tidaknya kontribusi positif dari pendidikan terhadap kemajuan

hidup, ada atau tidaknya perasaan aman, identitas diri, dan hubungan sosial yang diberikan oleh aktivitas.

5. 2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihakpihak yang berkepentingan.

5. 2. 1. Saran Teoritis

- Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan teori SWB dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai SWB dan aktivitas produktivitas pada lansia misalnya dengan menggunakan desain penelitian komparatif antara lansia yang produktif dan tidak.
- Bagi peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian lebih mendalam mengenai kontribusi faktor-faktor yang memengaruhi derajat SWB.
- 3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan teori SWB dapat melakukan penelitian lebih mendalam untuk mengukur komponen kepuasan hidup lansia secara domain, misalnya aspek kesehatan, pernikahan, pendidikan, dan lain-lain.

5. 2. 2. Saran Praktis

 Bagi pihak gereja, khususnya komisi lansia, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk mengevaluasi kegiatan atau program, seperti kegiatan *sharing* antar jemaat, yang berkaitan dengan kebahagiaan, kepuasan akan kehidupan, dan perasaan sejahtera juga pengalaman hidup yang terjadi terutama pada lansia.

- Bagi pihak gereja untuk meningkatkan frekuensi kedatangan para lansia ke gereja, dengan cara mensosialisasikan, melakukan kegiatan *sharing* dan diskusi mengenai fungsi-fungsi dan manfaat gereja bagi lansia.
- Bagi pihak gereja dan komisi lansia mensosialisasikan kegiatankegiatan, seperti kegiatan sosial, aktivitas fisik, kegiatan hobi, dan berorganisasi yang dimiliki oleh gereja agar meningkatkan frekuensi aktivitas jemaat lansia.
- 4. Bagi komisi pelawatan, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi untuk cara mengatasi permasalahan dan perubahan yang secara umum terjadi pada masa lansia.
- 5. Bagi komisi pelawatan dapat sering melakukan kunjungan pelawatan ke rumah dan acara kebersamaan untuk para lansia agar meningkatkan frekuensi perasaan-perasaan menyenangkan dan emosi-emosi positif pada jemaat lansia.