

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *Subjective Well-being* (SWB) pada lansia penderita penyakit kronis yang mengikuti Prolanis di Puseksmas 'X', Bandung. Dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Lansia penderita penyakit kronis yang mengikuti Prolanis di Puskesmas 'X' Kota Bandung lebih dari separuh memiliki SWB tinggi (50.8%) daripada SWB rendah.
2. Lansia penderita penyakit kronis yang mengikuti Prolanis di Puskesmas 'X' Kota Bandung dengan SWB tinggi, umumnya memiliki penilaian yang tinggi pada kedua komponennya, baik kognitif maupun afektif.
3. Lansia penderita penyakit kronis yang mengikuti Prolanis di Puskesmas 'X' Kota Bandung dengan SWB rendah, umumnya memiliki penilaian yang rendah pada kedua komponennya.
4. Sebagian besar lansia dengan kecenderungan kepribadian *extroversion* menunjukkan frekuensi afek positif yang tinggi.
5. Sebagian besar lansia dengan kecenderungan kepribadian *neuroticism* menunjukkan frekuensi afek negatif yang tinggi.
6. Semakin erat hubungan sosial yang dimiliki lansia maka semakin tinggi SWB lansia.
7. Semakin tinggi tingkat aktivitas *leisure* maka semakin tinggi SWB lansia.
8. Semakin sering beraktivitas atau terlibat dalam kegiatan maka semakin tinggi SWB lansia
9. Semakin sering berolahraga maka semakin tinggi SWB lansia

10. Semakin sering terlibat dalam kegiatan sosial maka semakin tinggi SWB lansia
11. Semakin tinggi status ekonomi maka semakin tinggi SWB lansia

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

1. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian mengenai kontribusi faktor-faktor yang memiliki kecenderungan keterkaitan dengan SWB.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti mengenai SWB pada lansia dengan penyakit kronis disarankan untuk menyusun alat ukur yang lebih spesifik lagi dengan memperhatikan aspek-aspek yang dianggap penting oleh lansia tersebut.

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi pihak Puskesmas (Ketua Program Prolanis), hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi untuk mempertahankan dan meningkatkan program pelayanan penyakit kronis, khususnya bagi lansia. Misalnya, mengadakan kegiatan rekreasi atau piknik bersama untuk meningkatkan aktivitas *leisure* serta mempererat hubungan antar anggota dan penyelenggara Prolanis.
2. Bagi Pihak Puskesmas (Penanggung Jawab Puskesmas) agar mempertimbangkan program penyesuaian pembayaran atau bantuan pengobatan bagi lansia dengan ekonomi rendah serta program *sharing session* dan konseling bagi lansia agar lansia dapat megutarakan keluhan dan kesulitannya.
3. Bagi Puskesmas (Ketua Program Prolanis) agar menginformasikan pentingnya hubungan sosial dan dukungan keluarga bagi kesejahteraan lansia, agar lansia bisa lebih diperhatikan oleh teman, kerabat dan keluarga.

4. Bagi lansia peserta prolanis disarankan agar terus aktif terutama dalam kegiatan sosial dan olahraga seperti senam agar kesehatan dan SWB terjaga.
5. Bagi keluarga lansia peserta prolanis disarankan agar terus memberikan perhatian dan kepedulian bagi lansia. Bagi yang masih kurang peduli dan perhatian, diharapkan bisa meningkatkan kepedulian dan perhatiannya kepada lansia.

