

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data, hasil penelitian, dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Presentase menunjukkan bahwa lansia memiliki derajat *gratitude* yang cenderung tinggi dan derajat *gratitude* yang cenderung rendah.
2. Terdapat dua komponen dasar *gratitude* yang paling tinggi yaitu *sense of abundance* dan *appreciations for others*.
3. Komponen dasar *gratitude* yang paling rendah adalah *appreciated simple pleasures*.
4. *Gratitude* pada lansia Panti Wreda di Bandung dipengaruhi oleh faktor penilaian kognitif yang terdiri dari *recognizing the gift*, *recognizing the goodness of the gift*, *recognizing the goodnes of the giver*, dan *recognizing the gratuitousness of the gift*.
5. Faktor yang paling memengaruhi *gratitude* yaitu faktor *recognizing the goodness of the giver*.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, beberapa saran yang dapat diberikan bagi peneliti selanjutnya adalah:

1. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam melakukan penelitian tentang *gratitude*.
2. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menambah variabel lain seperti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi maupun yang dapat meningkatkan *gratitude*.

3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar meneliti dengan jumlah sampel yang lebih banyak agar dapat lebih menggambarkan *gratitude* pada lansia yang tinggal di Panti Wreda.

5.2.2 Saran Praktis

Bagi lansia dan pihak Panti Wreda yang ada di Bandung, berikut beberapa saran yang dapat disampaikan terkait penelitian mengenai *gratitude* pada lansia yang tinggal di Panti Wreda di Bandung:

1. Bagi para lansia yang tinggal di Panti Wreda disarankan untuk selalu bersyukur setiap hal yang terjadi dalam kehidupannya, dan tidak mengeluh, Lansia juga disarankan untuk lebih sering mengingat atau merenungkan hal-hal yang menyenangkan dalam hidupnya dan tidak memikirkan pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan secara berlebihan ataupun mengkhawatirkan masa yang akan datang. Lansia disarankan lebih berinteraksi dan bekerja sama dengan sesama teman lansia di panti.
2. Bagi pihak panti Panti Wreda, hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dan bahan pertimbangan dalam meningkatkan kualitas pelayanan bagi lansia dalam bidang perawatan, kesehatan, maupun keharmonisan antar lansia. Pihak Panti Wreda dapat mengkoordinir tugas-tugas lansia dengan jadwal kegiatan setiap hari dan membuat lansia agar tidak pasif. Pihak Panti Wreda juga dapat membangun kerja sama dengan institusi-institusi tertentu misalnya dengan Universitas dalam program Pengabdian Masyarakat, dengan Apotik dalam penyediaan obat-obatan untuk lansia, maupun Rumah Sakit untuk ketersediaan tenaga dokter dan perawatan medis lainnya.