

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

1. *Trait* kepribadian dan dukungan sosial secara bersama-sama berkontribusi signifikan terhadap *PWB* lansia di Yayasan Simeon Hana Bandung.
2. *Trait* kepribadian secara bersama-sama berkontribusi lebih besar dibandingkan kontribusi dukungan sosial secara bersama-sama terhadap *PWB* lansia di Yayasan Simeon Hana Bandung.
3. Jenis *trait* kepribadian yang berkontribusi paling besar dan signifikan terhadap *PWB* lansia di Yayasan Simeon Hana Bandung adalah *trait conscientiousness & neuroticism*.
4. Bentuk dukungan sosial yang berkontribusi paling besar terhadap *PWB* lansia di Yayasan Simeon Hana Bandung adalah dukungan *companionship*, namun tidak signifikan.
5. Faktor sosiodemografik yang secara umum tampak lebih berkaitan dengan *PWB* lansia dibanding faktor sosiodemografik lainnya adalah: jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan status sosial ekonomi.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Teoretis

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan jika ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai *PWB*, seperti kontribusi faktor-faktor sosiodemografik yang memengaruhi, yaitu jenis kelamin, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi; variabel *trait conscientiousness* dan *neuroticism*; serta lebih menitikberatkan pada variabel-variabel internal dalam diri individu dibanding variabel di luar diri individu.

### 5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi pengurus Yayasan Simeon Hana Bandung, dapat mengembangkan kegiatan-kegiatan untuk meningkatkan *PWB* lansia, misalnya rutin mengadakan acara kebersamaan lansia untuk meningkatkan dukungan sosial terhadap lansia, dan mengadakan seminar-seminar kesehatan maupun psikologi untuk menambah wawasan lansia.

2. Bagi setiap orang yang memiliki anggota keluarga lansia, dapat memahami kebutuhan lansia dan banyak meluangkan waktu bersama lansia, berbincang-bincang atau melakukan kegiatan bersama untuk memberikan dukungan sosial bagi lansia.

3. Bagi para lansia, dapat mengikuti berbagai acara komunitas lansia agar mendapatkan dukungan sosial, tidak merasa kesepian, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis; Serta disarankan menghadiri seminar-seminar bagi lansia atau kegiatan yang dapat menambah wawasan lansia.