

## BAB 5

### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran Psychological Well Being Lansia di Puskesmas Medokan Ayu di dapatkan kesimpulan sebagai berikut :

#### 5.1 Kesimpulan

1. Psychological well being dimensi otonomy sebagian besar berada di kategori tinggi.
2. Psychological well being dimensi penguasaan lingkungan sebagian besar berada pada kategori tinggi.
3. Psychological well being dimensi pertumbuhan pribadi sebagian besar berada di kategori tinggi.
4. Psychological well being dimensi hubungan positif dengan orang lain sebagian besar berada pada kategori tinggi.
5. Psychological well being dimensi tujuan hidup sebagian besar berada pada kategori tinggi.
6. Psychological well being dimensi penerimaan diri sebagian besar berada pada kategori tinggi.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dijelaskan peneliti dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi keluarga (Lansia)
  - a. Keluarga harus tetap memperhatikan walaupun lansia bisa melakukan semuanya sendiri.

- b. Keluarga seharusnya tetap memperhatikan walaupun lansia mampu menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan yang diinginkan.
- c. Keluarga tetap harus lebih meningkatkan lansia supaya mau mengembangkan sikap menjadi lebih baik.
- d. Keluarga seharusnya meminta supaya lansia mau untuk lebih terbuka dengan keluarga atau orang terdekatnya supaya bisa membina hubungan yang hangat dan saling percaya.
- e. Keluarga seharusnya lebih meningkatkan pemahaman yang jelas akan arti hidup yang sudah dialami supaya lansia tidak menyesali masa lalu yang sudah dialami.
- f. Keluarga harus tetap memperhatikan walaupun lansia mampu menerima diri apa adanya itu bukan berarti pasrah, namun juga bersyukur atas kehidupan meskipun dalam keadaan bagaimanapun, karena Tuhan selalu memberi yang lebih baik.

2. Bagi tempat penelitian

Diharapkan kader posyandu lebih meningkatkan kesadaran diri pada lansia dalam menjalani masa tua, membantu meningkatkan hubungan baik dengan orang lain, dan menumbuhkan minat pada lansia dengan melibatkan diri pada kegiatan-kegiatan yang bermakna.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya hendaknya menggunakan objek penelitian lain seperti mahasiswa maupun remaja yang berada di sekolah.