

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan mengenai “Pendekatan Spiritual Dalam Meningkatkan *Psychological Well Being* Lansia Di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita” dapat disimpulkan bahwa :

1. Gambaran *psychological well being* lansia di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang dapat dilihat dari masing-masing dimensi yang digambarkan oleh para subjek. Ketiga subjek memiliki *psychological well being* yang cukup memenuhi kriteria *psychological well being* yang baik, ketiga subjek berhasil melalui tahap pengembangan dalam panti sehingga bisa diartikan mencapai potensi diri yang diinginkan dimasa tua nya.
2. penyebab menurunnya *psychological well being* lansia di Panti Lanjut Usia Harapan Kita Palembang

adalah tidak terpenuhinya beberapa dari dimensi *psychological well being* oleh subjek lansia seperti halnya pada subjek S pada aspek *positive with relation with other* / hubungan positif dengan orang lain subjek tidak memiliki hubungan yang baik teman sekamarnya berbeda dengan subjek L dan subjek T yang memiliki hubungan baik anggota panti lainya. Pada aspek *self acceptance* / penerimaan diri subjek L kurang memahami dengan kebahagiaan yang dimilikinya lain halnya dengan subjek S dan subjek T mereka mempunyai definisi bahagiannya masing-masing. Pada aspek *purpose in life* / tujuan hidup subjek S merasa tidak memiliki tujuan hidup sedangkan subjek L dan subjek T mereka memiliki arah dan tujuan hidup di sisa usianya.

3. Pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan spritual meningkatkan *psychological well being* lansia di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita

Palembang, yakni proses pelaksanaannya sendiri dilakukan melalui tiga tahapan yaitu dengan membangun hubungan baik antara peneliti atau konselor dan subjek, serta mendefinisikan dan penjabaran alternatif bantuan, selanjutnya tahap pertengahan yaitu mengeksplorasi masalah dan mengajak konseling sesuai dengan kontrak. Tahap terakhir yaitu mengevaluasi dan penghentian proses konseling. Dan proses konseling sendiri dilaksanakan melalui enam kali pertemuan untuk mencapai proses konseling yang sempurna. Dan dengan adanya kegiatan-kegiatan spiritual ini memberikan pengaruh pada subjek untuk lebih mempersiapkan diri menghadapi berbagai masalah dalam perubahan usia, di samping itu dengan adanya kegiatan ini berperan dalam mengisi waktu luang dan tentu saja membantu subjek lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Dukungan spiritual

ini juga berperan dalam membangun kembali kesejahteraan diri pada lansia.

## **B. Saran**

Terdapat beberapa saran yang diberikan peneliti terhadap pihak di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita, para lansia dan bagi peneliti selanjutnya sebagai berikut:

1. Bagi Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita diharapkan agar dapat menerapkan Konseling Individu dengan Pendekatan Spiritual dalam meningkatkan *Psychological Well Being* Lansia. .
2. Bagi Prodi diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan kajian serta menambah referensi mengenai penelitian konseling individu dengan pendekatan spiritual dalam meningkatkan *psychological well being* lansia.
3. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan perbandingan dan referensi untuk penelitian, dan sebagai bahan pertimbangan

untuk lebih memperdalam penelitian selanjutnya dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan metode penelitian deskriptif kualitatif yakni menggambarkan secara sistematis terhadap suatu gejala tertentu secara faktual dan akurat, penelitian yang berbeda ada penelitian seperti: Studi Identifikasi Fakto-Faktor Yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being* pada Lansia Di PantiJompo Yayasan Guna Budhi Bakti Medan.