

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang telah dilakukan terhadap empat subjek lansia yang atas keinginan sendiri dan bukan atas keinginan sendiri tinggal di panti werdha, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut.

1. Kedua subjek lansia yang tinggal di panti atas keinginan sendiri dan seorang subjek lansia yang tinggal di panti bukan atas keinginan sendiri masih melakukan kegiatan yang dilakukan semasa muda yang disesuaikan dengan kemampuan saat ini. Sedangkan seorang subjek lansia lainnya yang tinggal di panti bukan atas keinginan sendiri masih melakukan kegiatan yang disukainya semasa muda.
2. Salah seorang subjek lansia yang tinggal di panti atas keinginan sendiri dan seorang subjek lansia yang tinggal di panti bukan atas keinginan sendiri menampilkan perilaku emosional ke arah kematangan, diliputi emosi positif, dan mampu mengekspresikan emosi dengan tepat, sedangkan dua subjek lansia lainnya menampilkan perilaku emosional ke arah kemunduran, diliputi emosi yang negatif, dan kurang mampu mengekspresikan emosi dengan tepat.
3. Kedua subjek lansia yang tinggal di panti werdha atas keinginan sendiri dan seorang subjek lansia yang tinggal di panti bukan atas keinginan sendiri menampilkan pola kepribadian yang matang, dengan konsep diri yang positif. Sedangkan seorang subjek lansia lainnya yang tinggal di panti werdha bukan

atas keinginan sendiri menampilkan kemunduran pola kepribadian dengan konsep diri yang negatif.

4. Kedua subjek lansia yang tinggal di panti werdha atas keinginan sendiri dan seorang subjek lansia yang tinggal di panti werdha bukan atas keinginan sendiri menampilkan adanya kepuasan diri atau kebahagiaan di panti. Sedangkan satu subjek lansia lainnya yang tinggal di panti werdha bukan atas keinginan sendiri tidak menampilkan adanya kepuasan diri atau kebahagiaan di panti.
5. Salah seorang subjek lansia yang tinggal di panti atas keinginan sendiri dan seorang subjek lansia yang tinggal di panti bukan atas keinginan sendiri cenderung mampu menampilkan perilaku penyesuaian diri yang memuaskan secara pribadi dan dapat diterima secara sosial. Sedangkan satu subjek lansia lainnya yang tinggal di panti atas keinginan sendiri kurang mampu menampilkan perilaku penyesuaian diri yang dapat diterima secara sosial, tapi memuaskan secara pribadi. Dan seorang subjek lansia lainnya yang tinggal di panti bukan atas keinginan sendiri menampilkan perilaku penyesuaian diri yang kurang memuaskan secara pribadi dan kurang dapat diterima secara sosial.

B. REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti merekomendasikan beberapa hal sebagai berikut.

- 1) Bagi pemerintah dan lembaga sosial, diharapkan penelitian ini mampu mendeskripsikan kehidupan lansia di panti werdha, sehingga lebih bijak dalam menetapkan program dan kebijakan untuk mencapai kesejahteraan lansia, khususnya di panti werdha. Adapun program yang direkomendasikan peneliti berdasarkan hasil temuan di lapangan yakni perlu diadakannya *talk show* yang mengupas tuntas tentang lansia dan permasalahannya serta bagaimana lansia dapat hidup bahagia di panti werdha, program lansia bersahabat, yakni setiap lansia memiliki minimal satu orang teman dekat, baik itu lansia lain, pengurus, petugas, atau mahasiswa praktikan, yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan lansia akan dukungan sosial, serta program pendalaman keagamaan dengan maksud menstimulasi kesadaran spiritual untuk menumbuhkan penerimaan diri tinggal di panti werdha.
- 2) Untuk Jurusan Psikologi UPI, sebaiknya membekali lebih banyak ilmu serta pengetahuan yang lebih mendalam mengenai perkembangan lansia, baik itu diturunkan menjadi mata kuliah gerontologi atau mata kuliah perkembangan lansia, ataupun diperdalam pada mata kuliah psikologi perkembangan, sehingga mahasiswa memiliki pengetahuan yang cukup mengenai lansia dan perkembangannya. Hal ini dirasa penting mengingat adanya kebutuhan di lapangan (panti werdha) akan tenaga psikologi untuk turut menangani permasalahan lansia di panti werdha. Selain itu, kerjasama untuk melakukan

kunjungan rutin ke panti werdha dalam rangka memperdalam pemahaman mengenai perkembangan lansia pun dapat turut membantu peningkatan pemahaman tentang lansia bagi mahasiswa Psikologi UPI.

- 3) Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi inspirasi awal dalam menemukan fenomena yang lebih menarik pada lansia di panti werdha. Peran Spiritualitas Keagamaan dalam Penyesuaian Diri Lansia di Panti Werdha merupakan salah satu tema yang cukup menarik untuk diteliti lebih lanjut, karena dalam penelitian ini diketahui bahwa salah satu faktor keberhasilan penyesuaian diri lansia di panti werdha adalah karena adanya kesadaran spiritual yang timbul dari pemahaman keagamaan pada diri lansia.

Rekomendasi Peneliti

Program Penyesuaian Diri Lansia di Panti Werdha

Penelitian berjudul “Penyesuaian Diri Lansia di Panti Werdha Berdasarkan Pengambilan Keputusan Untuk Tinggal di Panti Werdha (Studi Kasus Terhadap Empat Lansia yang Atas Keinginan Sendiri dan Bukan Atas Keinginan Sendiri Tinggal di Panti Werdha Budi Pertiwi Bandung) memperoleh hasil terdapat perbedaan penyesuaian diri lansia yang tinggal di panti werdha atas keinginan sendiri dan bukan atas keinginan sendiri dalam hal kualitas pola perilaku, perilaku emosional, perubahan pola kepribadian dan derajat kepuasan atau kebahagiaan. Perbedaan ini dilatarbelakangi oleh perbedaan karakteristik dan pengalaman individual setiap subjek. Penyesuaian diri yang lebih baik ditampilkan oleh lansia yang memutuskan sendiri untuk tinggal di panti werdha, walaupun satu lansia lainnya yang bukan atas keinginan sendiri tinggal di panti mampu menunjukkan hal yang sama. Untuk meningkatkan penyesuaian diri lansia di panti werdha, peneliti merekomendasikan program-program yang dapat dipertimbangkan untuk diterapkan dalam panti werdha, yang disesuaikan dengan hasil penelitian dan merujuk pada teori penyesuaian diri pada lansia.

1. *Talk show* yang mengupas tuntas tentang lansia dan permasalahannya serta bagaimana lansia dapat hidup bahagia di panti werdha.

Seperti yang dikemukakan Hurlock (1980: 439), salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri lansia ialah adanya persiapan untuk hari tua. Lansia yang tidak mempersiapkan diri secara psikis dan ekonomis untuk menghadapi berbagai perubahan yang akan terjadi di hari tua seringkali akan mengalami trauma dalam melakukan penyesuaian tersebut. Dalam pernyataan tersebut, pengetahuan tentang seluk beluk kehidupan pada lansia serta perubahan yang terjadi, perlu diketahui oleh individu sebelum hari tuanya datang. Walaupun di panti werdha tampak “terlambat” untuk memberikan pengetahuan akan hal tersebut, namun tidak ada salahnya jika pengetahuan ini terus dibagikan, dengan tujuan untuk lebih meningkatkan pemahaman mengenai lansia, sehingga timbul kesadaran dalam diri lansia untuk menyesuaikan diri dengan perubahan yang timbul serta berperilaku sesuai dengan usianya. Oleh karena itu, peneliti merekomendasikan program *Talk Show* mengenai seluk beluk kehidupan lansia, perubahan, permasalahan, dan solusinya bagi lansia yang tinggal di panti werdha.

Program ini dapat dilakukan sendiri oleh panti dengan mendatangkan ahli gerontologi atau psikolog sebagai pemateri, ataupun dilakukan atas kerjasama dengan lembaga lain seperti Dinas Sosial dan Universitas. Dalam kegiatan ini diharapkan pemateri dapat memberikan penjelasan yang ringan, mudah, namun mengenai pada permasalahan penyesuaian diri, serta diharapkan terjadi tanya jawab antara lansia dengan pemateri, sehingga

diharapkan muncul pemahaman pada lansia serta solusi bagi penyesuaian dirinya di panti werdha.

Kegiatan ini cenderung bersifat insidental, namun panti dapat melanjutkan manfaat dari kegiatan ini dengan melakukan *role play* konseling kelompok yang dilakukan dua minggu sekali atau sebulan dua kali, yakni dengan cara membagi lansia menjadi beberapa kelompok disertai seorang penanggung jawabnya (psikolog, mahasiswa psikologi, konselor, atau pekerja sosial) untuk melakukan tanya jawab seputar permasalahan yang dialami anggota kelompok, dan dicari solusinya bersama-sama. Dalam hal ini penanggung jawab diharapkan mampu menjadi pendengar yang baik, supel, ramah dan sopan, serta mampu menyesuaikan diri dengan lansia anggota kelompok konselingnya.

2. Program lansia bersahabat

Program ini bertujuan agar setiap lansia memiliki minimal satu orang teman dekat, baik itu lansia lain, pengurus, petugas, atau mahasiswa praktikan, yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan lansia akan dukungan sosial. Dengan memiliki sahabat, minimal lansia mampu mengungkapkan perasaannya, membagi permasalahannya, dan berusaha mencari solusi permasalahan tersebut dengan sahabatnya.

Seperti yang dihasilkan dalam penelitian kepuasan hidup lansia yang terlibat kelompok persahabatan dan yang tidak terlibat kelompok persahabatan (Agustiyani, 2010: 210), yakni lansia yang memiliki kelompok persahabatan cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi daripada

yang tidak memiliki kelompok persahabatan. Oleh karena itu, peneliti merekomendasikan program lansia bersahabat yang diharapkan mampu meningkatkan kepuasan hidup lansia sehingga lansia dapat menyesuaikan dirinya dengan mudah di panti werdha.

Program ini dapat dilakukan panti secara kontinyu, namun perlu mendapat pengawasan dari pengurus panti.

3. Program pendalaman keagamaan

Program ini bertujuan untuk menstimulasi kesadaran spiritual agar penerimaan diri tinggal di panti werdha dapat tumbuh dalam diri setiap lansia, selain itu kegiatan keagamaan ini merupakan salah satu sumber rasa aman pada lansia seperti yang diungkapkan oleh Covalt (Hurlock, 1980: 402) bahwa kegiatan keagamaan mempunyai kelompok rujukan yang memberi dorongan dan rasa aman kepada mereka, sedang orang yang tidak masuk kelompok agama manapun tampaknya kurang mendapatkan dorongan sosial semacam itu. Oleh karena itu, peneliti merekomendasikan untuk melaksanakan kegiatan rohani, seperti kajian Al-Quran, ceramah umum, atau konseling keagamaan untuk setiap lansia.

Walaupun di Panti Werdha Budi Pertiwi sudah dilaksanakan program pengajian, namun program tersebut dapat dilengkapi dengan mendatangkan ustadz atau ustadzah sebagai pemateri. Dalam pelaksanaannya diharapkan terjadi tanya jawab antara lansia dengan pemateri, sehingga didapatkan pemahaman keagamaan serta hubungannya dengan penyesuaian diri lansia di panti werdha. Kegiatan ini dapat dilakukan dua kali dalam seminggu.