

ABSTRAK

PERUBAHAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA LANSIA YANG MENGIKUTI PROGRAM “PESANTREN MASA KEEMASAN” DI PESANTREN DAARUT TAUHIID BANDUNG

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan *psychological well being* (PWB) pada lansia yang mengikuti program Pesantren Masa Keemasan (PMK). Penelitian ini dilakukan dengan metode campur (*mixed methods*) dengan jenis eksplanatori. Sesuai prosedur, penelitian ini dilakukan melalui studi kuantitatif terlebih dahulu untuk mengetahui gambaran PWB lansia sebelum dan setelah mengikuti program PMK serta mengetahui perubahannya. Sedangkan studi kualitatif digunakan untuk mendapatkan informasi yang lebih mendalam dari lansia mengenai perubahan PWB yang mereka rasakan setelah mengikuti program PMK. Setelah melakukan serangkaian kegiatan penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa lansia mengalami perubahan PWB yang signifikan setelah mengikuti program PMK, dengan hasil uji Wilcoxon 0,000 yang berarti terjadi perubahan yang signifikan, dan dari hasil perhitungan indeks gain sebesar 0,2078 yang berarti terjadi peningkatan nilai PWB setelah mengikuti program PMK. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara dengan enam lansia yang terdiri dari tiga pria dan tiga wanita, bahwa mereka merasakan adanya perubahan yang lebih baik setelah mengikuti program PMK. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa program PMK dapat meningkatkan PWB lansia. Disarankan kepada Pesantren Daarut Tauhiid untuk menambah waktu program PMK untuk memberikan perubahan yang lebih baik untuk lansia sebagai peserta program.

Kata kunci : *psychological well being*, lansia, program PMK

ABSTRACT

CHANGES IN PSYCHOLOGICAL WELL BEING OF THE ELDERLY PROGRAM " PESANTREN MASA KEEMASAN " AT BOARDING DAARUT TAUHIID BANDUNG

This study aimed to determine changes in psychological well-being (PWB) in elderly who follow program of Pesantren Masa Keemasan (PMK). This study was conducted using mixed methods with explanatory type . According to the procedure , the study was conducted through the first quantitative study to describe elderly PWB before and after the PMK program and to find out the changes. While qualitative studies are used to obtain in-depth information about the changes of the elderly PWB they felt after following the PMK program . After conducting a series of research activities , it can be concluded that the elderly experience a significant change in the PWB after PMK program , with Wilcoxon test results of 0.000 , which means a significant change , and from the calculation of the index gain of 0.2078 , which means an increase in the value of the PWB after PMK program . Thus , it can be concluded that PMK program can improve PWB elderly. Pesantren Daarut Tauhiid suggested to add time to give a better change for the elderly as program participants.

Keywords : psychological well being , the elderly , PMK program