

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman ditinjau dari enam dimensi *Psychological Well-Being* (Ryff, 1989) menunjukkan kondisi yang bervariasi dan unik pada setiap individu.

1. **Aspek penerimaan diri (*self-acceptance*)** menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin telah mampu menerima keadaan fisik yang menurun, kesalahan masa lalu, serta perubahan peran sosial dengan sikap sabar dan ikhlas. Hal ini menunjukkan kematangan psikologis yang stabil.
2. **Aspek hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)** menggambarkan melalui hubungan yang hangat dengan sesama penghuni dan petugas panti, serta hubungan keluarga yang masih terjaga pada sebagian lansia, meskipun tidak semua mendapatkan kunjungan rutin dari keluarga.
3. **Aspek otonomi (*autonomy*)** ditunjukkan dengan kemampuan sebagian lansia dalam mengambil keputusan sederhana dan tetap bertahan pada nilai hidup pribadi, seperti prinsip sabar dan ikhlas, meskipun dalam keterbatasan fisik.

4. **Aspek penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)** terlihat dari keberhasilan lansia dalam beradaptasi dengan rutinitas dan struktur kehidupan di panti. Lansia mampu memanfaatkan fasilitas yang ada dan menjalani kegiatan harian dengan teratur.
5. **Aspek tujuan hidup (*purpose in life*)** tercermin dari adanya harapan sederhana seperti ingin sehat, beribadah, dan keinginan bertemu keluarga. Sebagian besar lansia masih memiliki arah hidup yang bermakna secara spiritual.
6. **Aspek pertumbuhan pribadi (*personal growth*)** menunjukkan bahwa lansia lebih fokus pada ketenangan, kestabilan, dan penerimaan diri dibanding eksplorasi diri yang aktif. Meskipun tidak menunjukkan motivasi eksploratif, sebagian lansia tetap terbuka terhadap pengalaman positif dan pembelajaran spiritual.

## **B. Saran**

1. Bagi pihak panti, disarankan untuk terus mempertahankan serta meningkatkan kegiatan yang bersifat spiritual, sosial, dan edukatif sebagai sarana memperkuat aspek kesejahteraan psikologis lansia secara menyeluruh.
2. Bagi keluarga lansia, diharapkan adanya keterlibatan emosional yang lebih aktif, seperti kunjungan atau komunikasi rutin, karena dukungan keluarga terbukti memperkuat hubungan sosial dan makna hidup para lansia.

3. Bagi konselor atau tenaga pendamping di panti, disarankan untuk memberikan pendekatan bimbingan dan konseling yang menekankan nilai-nilai spiritual, penerimaan diri, serta makna hidup, sebagai bagian dari pemeliharaan kesehatan mental lansia.
4. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan pendekatan yang lebih luas, seperti membandingkan kesejahteraan psikologis lansia yang tinggal di panti dengan yang tinggal di rumah bersama keluarga, agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif.



## DAFTAR PUSTAKA

- Afnah, A. F. (2023). *Gambaran succesful aging pada lansia* (Skripsi, IAIN Kediri). <https://repository.um.ac.id/>
- Afnah, A. F. L. (2024). Successful aging pada lansia yang tinggal di panti jompo. [Skripsi, Universitas Negeri Malang]. Repositori Kemendikbud.
- Atiqah, H., & Lumadi, S. A. (2020). *Hubungan fungsi kognitif lansia dengan tingkat kemandirian lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Balearjosari, Malang*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida, 7(2), 107–114. <https://doi.org/10.55500/jikr.v7i2.112>
- Ayyunin, P. Q., & Syafiq. (2022). Gambaran penerimaan diri pada lansia yang tinggal di panti jompo. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, 10(3), 421–433. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/45024>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Dhani, S. R. A., Sillemu, E. S., Hanifah, M. Y., & Pratama, A. D. S. (2025). *Tingkat stres fisik dan psikologis pada lansia Desa Pucangan Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah*. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes, 16(1), 1–19. <https://doi.org/10.33846/sf16101>
- Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat. (2021). *Profil Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin*. Padang: Dinsos Sumbar.
- Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat. (2021). *Profil Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih*. Padang: Dinsos Sumbar.
- Erikson, E. H. (1980). *Identity and the life cycle*. W. W. Norton & Company.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and Society*. New York: W. W. Norton & Company.
- Ezalina, N., Purwaningrum, A. S., & Setyowati, H. (2023). Hubungan kualitas hubungan sosial dan kesejahteraan psikologis lansia di panti sosial. *Jurnal Psikologi Islam dan Kesehatan Mental*, 5(1), 15–27. <https://journal.unrika.ac.id/index.php/kopastajournal/article/view/1441>
- Fitriani, I., Rachmawati, I. N., & Kurniasari, M. (2021). Hubungan antara makna hidup dengan subjective well-being pada lansia. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(1), 12–21. <https://journal.uui.ac.id/insight/article/view/18457>
- Frankl, V. E. (2006). *Man’s search for meaning* (I. Lasch, Trans.). Beacon Press. (Original work published 1946)
- Hurlock, E. (2004). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan*. Jakarta.
- Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi ke-5). Jakarta: Erlangga
- Hidayat, A. (2020). *Psikologi Islam: Integrasi Konsep Psikologi dan Nilai-nilai Islam*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Indriani, S., Afrinaldi, A., Sesmiarni, Z., & Putra, D. P. (2024). *Gambaran kebahagiaan lanjut usia yang tinggal di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin*. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(4), 287–294. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.811>
- Islam dalam Pelayanan Dakwah dan Pendidikan Islam." Padang: FDIK UIN Imam Bonjol Padang (2017).
- Jaya, Yahya. "Wawasan Profesional BK-KI: Bimbingan Konseling Keperawatan Khadijah. (2024). Urgensi pengembangan sosial emosional bagi anak usia dini. *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(3), 137–146. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i3.2860>
- Lawton, M. P., & Nahemow, L. (1973). Ecology and the aging process. Dalam C. Eisdorfer & M. P. Lawton (Eds.), *The psychology of adult development and aging* (hlm. 619–674). American Psychological Association.
- Mamik. (2015). *Metodologi penelitian kualitatif*. Lumajang: CV Mahasiswa Mandiri.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). Harper & Row.
- Mawaddah, T. (2020). *Realitas hidup beragama Islam para lansia*.
- Minarti, S. (2022). *Asuhan keperawatan lansia dengan spiritual well-being berbasis Islami*. Yogyakarta.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Edisi Revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nafus, L. (2024). *Bimbingan agama Islam dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung), 95 hlm.
- Nalle, N. C., & Soetjiningsih, C. H. (2020). *Gambaran psychological well-being pada lansia yang berstatus janda*. *Jurnal Psikologi Konseling*, 16(1), 624–633.
- Noffiyanti. (2024). Bimbingan Islam dalam mengatasi kesepian kepada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Pondok Lansia Himbar Alam Pringsewu. *Mimbar: Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 10(2), 1–16. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v10i02.3141>
- Priyono, A., & Asyisya, P. (2022). *Peningkatan kualitas hidup lansia melalui pemberdayaan lansia produktif, gaya hidup sehat dan aktif*. *Indonesian Community Service and Empowerment Journal (IComSE)*, 3(1), 185–191. <https://doi.org/10.34010/icomse.v3i1.5330>
- Rukin. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif*. Surabaya.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it?* *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

- Sari, M. F. (2018). *Meningkatkan kualitas hidup lansia: Konsep dan berbagai strategi intervensi*. Malang: Wineka Media.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Siyoto, A. M. (2016). *Pendidikan keperawatan gerontik*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriani, A., & K. N. K. N. (2021). *Analisis domain kualitas hidup lansia dalam kesehatan*. *Journal of Ners Community*, 59–67.
- Teuku Musttaqim Mansur, M. (2020). *Ilmu sosial dan budaya dasar*. Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*,  
Tojiri, Y. (2023). *Dasar metodologi penelitian: Teori, desain, dan analisis data*. Padang.
- Utomo, A. S. (2019). *Kesehatan lansia berdayaguna*. Surabaya: Media Sahabat Cendikia.
- Wahyudi, K. (2023). *Monograf hubungan dukungan keluarga dengan perilaku lansia dalam pengadlan hipertensi*. Jakarta: NEM.
- Wahyuningsih, S. (2021). Pengaruh otonomi terhadap harga diri lansia di panti sosial. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 105–114. <https://doi.org/10.1037/h0054346>
- Yaslina, Y., Maidaliza, M., & Srimutia, R. (2021). *Aspek fisik dan psikososial terhadap status fungsional pada lansia*. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 4(2), 68–73.
- Zaskya Rahmadani, Intan Yulia Putri, & Linda Yarni. (2024). *Perkembangan usia lanjut.*, *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial* 2(4), 39–50. <https://doi.org/10.54066/jupendis.v2i4.2112>