

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Penerimaan Diri Lansia Di Panti Wreda Mergo Mukti Rembang dari 70 responden sebagian besar pada kategori penerimaan diri tinggi sebesar 47 responden (67.1%).
2. Kesepian lansia Di Panti Wreda Mergo Mukti Rembang dari 70 responden sebagian besar pada kategori kesepian rendah sebesar 48 responden (68.6%).
3. Hasil analisis dengan *chi-square* diperoleh nilai *p-value* 0.000 ($p < 0.05$) yang artinya ada hubungan yang signifikan antara penerimaan diri dengan kesepian pada lansia di panti wreda mergo mukti rembang.

B. SARAN

1. Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam menyusun serta mengembangkan program pembinaan psikososial bagi lansia. Program tersebut dapat berupa konseling individu maupun kelompok, kegiatan sosial, keagamaan, serta aktivitas bersama yang mampu meningkatkan penerimaan diri dan mengurangi rasa kesepian pada lansia. Selain itu, institusi juga disarankan untuk melakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala terhadap kondisi psikososial lansia agar intervensi yang diberikan dapat berjalan secara optimal dan sesuai dengan kebutuhan penghuni panti.

2. Bagi Keluarga

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya peran dukungan keluarga terhadap kesejahteraan psikologis lansia. Keluarga disarankan untuk tetap menjalin komunikasi yang intens, memberikan perhatian, serta melibatkan lansia dalam interaksi dan pengambilan keputusan keluarga meskipun lansia tinggal di

panti. Dukungan emosional yang berkelanjutan dari keluarga diharapkan dapat membantu lansia merasa dihargai, meningkatkan penerimaan diri, serta menurunkan kesepian.

3. **Bagi Peneliti**

Disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kondisi psikososial lansia, seperti dukungan sosial, religiusitas, kualitas hidup, atau kesehatan mental. Selain itu, penggunaan metode penelitian yang berbeda, seperti pendekatan kualitatif atau kombinasi metode kuantitatif dan kualitatif, diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman lansia. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk memperluas lokasi dan jumlah responden agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas.

4. **Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kepedulian terhadap pentingnya penerimaan diri dalam menghadapi proses penuaan. Masyarakat disarankan untuk berperan aktif dalam menciptakan lingkungan sosial yang ramah lansia serta mendukung berbagai kegiatan atau program komunitas yang melibatkan lansia, sehingga dapat membantu meningkatkan interaksi sosial dan mengurangi rasa kesepian pada lansia.