

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa. Di usia lanjut saat ini, hidup dengan materi yang berlimpah bukanlah tujuan utama dari kedua subyek. Hal yang paling mereka butuhkan di sisa usianya saat ini yakni bentuk perhatian dan pengertian serta kasih sayang serta memiliki orang terdekat untuk tempat berbagi.

Setiap individu ingin dapat merasakan kebahagiaan pada masa hidupnya. Ketika memasuki usia lanjut yang menjadi keinginan seseorang adalah dapat hidup bersama pasangan hidup, anak, cucu serta keluarga yang dikasihinya. Namun lain halnya dengan kehidupan yang dialami oleh kedua subyek dalam penelitian ini. Pasangan hidup yang terlebih dahulu pergi meninggalkannya, tidak adanya keturunan yang dimiliki, memiliki keturunan akan tetapi tidak mau menerima keberadaan orang tuanya membuat kedua subyek ini harus tinggal di wisma lansia.

Cita-cita seseorang untuk dapat hidup bersama dan mendapatkan perawatan dari keluarga terutama anak/cucu pada saat lanjut usia bukanlah sebuah jaminan, sebab ada beberapa faktor, yang menyebabkan lanjut usia tidak mendapatkan perawatan dari keluarga, seperti: tidak memiliki keturunan, punya keturunan tapi telah lebih dulu meninggal, anak tidak mau direpotkan untuk mengurus orang tua atau anak terlalu sibuk. Maka panti

merupakan salah satu alternatif kepada lanjut usia untuk mendapatkan perawatan dan pelayanan secara memadai, akan tetapi hal ini tidak seratus persen akan diterima oleh lanjut usia secara lapang, hidup di pilihan pahit yang kadang menyedihkan.

Proses menua yang dialami oleh lansia menyebabkan lansia merasakan berbagai macam perasaan. Sedih, cemas, kesepian, dan mudah tersinggung adalah hal yang sering mereka rasakan. Perasaan tersebut merupakan termasuk ciri-ciri gangguan kesehatan jiwa yang terjadi pada lansia. Dalam keadaan sebuah tempat tinggal dengan tanpa melakukan serangkaian kegiatan, bukan malah membuat lansia merasa nyaman. Akan tetapi hal tersebut dapat mengakibatkan lansia merasa terisolasi serta dapat menimbulkan terjadinya gangguan jiwa.

Jika lansia mengalami masalah pada gangguan kesehatan jiwa, maka kondisi tersebut dapat mengganggu kegiatan sehari-hari lansia. Mencegah terjadinya gangguan jiwa adalah hal yang sangat penting dalam upaya menciptakan kehidupan bahagia pada lansia. Oleh karena itu perlu adanya mempertahankan kesehatan jiwa yang optimal dalam mencapai masa tua yang sehat dan bahagia.

Agar lansia dapat mencapai masa tua yang sehat dan bahagia, maka penting adanya diadakan serangkaian kegiatan yang bersifat promotif, preventif, dan rehabilitatif serta membantu mempersiapkan lansia agar tidak merasa cemas dalam menghadapi kematian.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, agar para lansia terhindar dari berbagai masalah kesehatan jiwa dan dapat merasakan hidup yang lebih bermakna serta memperoleh kebahagiaan, maka kegiatan dengan upaya promotif, preventif, dan rehabilitatif yang dapat diberikan kepada para lansia yang tinggal di wisma lansia tersebut yakni:

### 1. Terapi keagamaan

Bertujuan untuk kebersamaan, persiapan menjelang kematian, dan meningkatkan rasa nyaman. Seperti mengadakan pengajian, memberikan ceramah agama maupun memberikan bimbingan rohani, melakukan kegiatan mengaji bersama, dan lain-lain yang berhubungan dengan kegiatan keagamaan.

### 2. *Life review terapi*

Bertujuan untuk meningkatkan gairah hidup dan harga diri dengan menceritakan pengalamannya.

### 3. Terapi okupasi

Bertujuan untuk memanfaatkan waktu luang dan meningkatkan produktivitas dengan membuat atau menghasilkan karya dari bahan yang telah disediakan.

### 4. Terapi musik

Bertujuan untuk menghibur para lansia sehingga meningkatkan gairah hidup dan dapat mengenang masa lalu.

## 5. Rekreasi

Bertujuan untuk meningkatkan sosialisasi, gairah hidup, menurunkan rasa bosan, dan melihat pemandangan.

