

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian peneliti di Balai Penyaluran Sosial Lanjut Usia Senja Cera Manado tentang bagaimana kegiatan yang dilakukan lansia yang mengalami *loneliness*, kendala yang dialami lansia yang mengalami *loneliness*, serta rasa kesepian yang dialami lansia dan apa yang dilakukan untuk mengatasi rasa kesepian tersebut, dapat disimpulkan bahwa lansia di tempat ini adalah lansia yang merasa kesepian. Perasaan kesepian lansia meliputi keterasingan dari keluarga, penolakan, kebosanan, kegelisahan, dan menjadi malas membuka diri. Namun, perasaan kesepian ini masih dalam taraf sedang dan belum digolongkan sebagai perasaan kesepian kronis. Perasaan kesepian pada lansia juga berkorelasi positif dengan tipe kepribadian lansia. Orang tua dengan kepribadian terbuka (ekstrovert) tidak mengalami kesepian kronis. Sementara itu, lansia dengan kepribadian introvert mengalami kesepian dengan cara yang berbeda. Lansia di panti mengupayakan apa yang mereka bisa lakukan untuk mengatasi rasa kesepian yang mereka alami. Untuk mengatasi perasaan kesepian yang dialami lansia mereka melakukan beberapa kegiatan, yaitu mengikuti kegiatan keagamaan, meningkatkan interaksi dengan orang lain, ikut berpartisipasi dalam kegiatan panti asuhan seperti konseling dan parenting. Juga disamping itu mereka banyak melakukan aktivitas-aktivitas agar dapat mengurangi rasa bosan ketika mereka dalam

kesendirian, yaitu dengan membaca buku, menjahit, dan berkomunikasi dengan keluarga atau anak mereka lewat telepon.

B. SARAN

Saran ini ditujukan kepada:

1. Kantor Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Senja Cerah Manado.

Kepada pegawai yang berada di panti seharusnya lebih menjalin hubungan yang lebih akrab dengan lansia yang ada disana dan harap memperhatikan lansia agar tidak kesepian.

2. Lansia

Untuk mengatasi kesepian, lansia berbagi kepada sesama penghuni dan perawat atau pendamping apabila memiliki beban pikiran supaya beban yang dirasakan bisa menjadi lebih ringan. Lansia juga sebaiknya menganggap semua yang tinggal di Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Senja Cerah Manado sebagai saudara supaya tidak lagi merasakan adanya kesepian. Untuk menghindari perasaan kesepian itu muncul, lansia melakukan kegiatan positif yang bisa dilakukan bersama yang tinggal di Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Senja Cerah Manado.

3. Masyarakat

Karena berbagai alasan, keluarga tidak boleh menelantarkan orang tua mereka yang sudah lanjut usia dan terus merawat mereka hingga akhir hayat. Sehingga orang tua dapat merasakan cinta dan

kasih sayang keluarga sebagai bentuk penghargaan kepada anak cucunya.

4. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya sebaiknya lebih fokus pada peran pengasuh panti asuhan dalam mengatasi perasaan kesepian lansia di Balai Penyantunan Sosial Lanjut Usia Senja CERAH Manado.