

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian serta analisis data maupun pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yang menyatakan bahwa “Adanya hubungan antara kecerdasan emosional dan dukungan keluarga dengan kesepian pada lansia” didapati pula bahwa sumbangan efektif kecerdasan emosional dan dukungan keluarga terhadap kesepian pada lansia sebesar 59,3% sedangkan 40,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Dengan hasil penelitian serta analisis data maupun pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan juga bahwa kedua hipotesis minor yang diajukan dalam penelitian ini ditolak, dengan hasil “Adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan kesepian pada lansia, yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi kesepian pada lansia dan sebaliknya” dan “Adanya hubungan positif antara dukungan keluarga dengan kesepian pada lansia, yang berarti semakin tinggi dukungan keluarga semakin tinggi kesepian pada lansia dan sebaliknya”.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Subjek Penelitian

Saran yang dapat peneliti berikan bagi subjek lansia adalah, untuk mampu menjaga hubungan yang baik dengan keluarga maupun lingkungan melalui penerapan hubungan interpersonal dengan melatih kontrol emosi diri, memahami kondisi orang lain, serta tetap berusaha melakukan kegiatan yang produktif di masa lansia seperti olahraga dan kesenian, untuk dapat menekan kesepian pada lansia.

Serta untuk keluarga dapat menjaga interaksi serta dukungan keluarga yang baik dengan orang tua atau lansia, melalui berbagai kegiatan yang bisa dilakukan bersama, seperti olahraga dan memasak. Hal ini penting agar lansia merasa diterima dan diperhatikan, sehingga mampu menekan kesepian pada lansia.

6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya yang hendak meneliti tingkat kesepian pada lansia agar dapat melakukan penyempurnaan dan pengembangan yang lebih baik lagi mengenai faktor apa saja yang dapat mempengaruhi kesepian pada lansia, penggunaan literatur yang tepat juga perlu untuk diperkuat dan diperdalam lagi agar dapat menjadi dasar dalam melaksanakan penelitian yang baik dan benar.

Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian kualitatif agar dapat memperdalam lagi penyebab terjadinya kesepian yang terjadi pada lansia, sehingga diharapkan dapat memperoleh data yang lebih kaya dengan hasil penelitian yang lebih baik lagi.

