

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini maka kesimpulan yang dapat diambil yaitu sebagai berikut:

1. Lansia yang aktif mengikuti program pendidikan lanjut usia memiliki resiko lebih rendah terhadap masalah kesepian dengan adanya mekanisme koping yang lebih beragam serta kemampuan lansia dalam menjalankan mekanisme koping tersebut.
2. Lansia yang tidak aktif mengikuti program pendidikan lanjut usia memiliki resiko lebih tinggi terhadap masalah kesepian karena aspek ketidaktahuan dan ketidakmauan lansia untuk menemukan maupun memanfaatkan fasilitas program yang ada sebagai salah satu sumber mekanisme koping dari masalah kesepian yang dialaminya.
3. Program pendidikan lanjut usia terbukti cukup efektif sebagai wadah sosialisasi lansia, meningkatkan

pengetahuan dan kemampuan lansia dalam hal pengetahuan, menyalurkan hobi dan ketrampilan serta mewujudkan lansia lebih mandiri dan produktif.

B. SARAN

Adapun saran yang didapatkan dari hasil penelitian antara lain:

1. Bagi responden
 - a. Bagi responden hendaknya meningkatkan kesadaran akan pentingnya aktualisasi diri, sosialisasi serta mengembangkan pengetahuan. Selanjutnya membangun kemauan pada diri sendiri untuk mengikuti program-program kelansiaan yang sudah dicanangkan oleh pemerintahan setempat.
 - b. Mempertahankan keaktifan sebagai peserta program pendidikan lanjut usia dengan berlandaskan falsafah *long life learning* sehingga harapan menjadi lansia sehat, mandiri dan bahagia dapat terwujud.

2. Bagi pengelola program pendidikan lanjut usia

Perlu adanya kajian dan evaluasi lebih lanjut terkait variasi model pendidikan non formal dengan mempertimbangkan latar belakang lansia.

3. Bagi pemegang kebijakan yang berkaitan dengan kelansiaan

Perlu adanya dukungan moril maupun materil baik dalam bentuk kebijakan, anggaran maupun sosialisasi (promosi) terhadap program pendidikan lanjut usia sebagai wadah yang memfasilitasi lansia dalam mempertahankan atau meningkatkan kesejahteraannya baik dari aspek pengetahuan dan ketrampilan, fisik, psikologi, sosial maupun spiritual.

4. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya jika ingin mengambil topik yang sama untuk dapat lebih mengembangkan intervensi yang dapat diaplikasikan khususnya di komunitas.

- b. Sebagai bahan referensi penelitian selanjutnya khususnya dalam keilmuan keperawatan gerontik maupun komunitas.