

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil Penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku *Dukungan Sosial* dengan *Kualitas Hidup* pada lanjut usia di Kelurahan Sumber Jaya tepatnya di Perumahan Villa Bekasi Indah 2. Hubungan tersebut bersifat positif yang artinya semakin tinggi dukungan sosial, maka Kualitas Hidup akan semakin tinggi pula. Begitu sebaliknya, jika perilaku Dukungan Sosial semakin rendah maka Kualitas Hidup lansia akan semakin rendah.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

1. Bagi para lanjut usia disarankan agar tetap beraktivitas secara mandiri dengan begitu mereka merasa bahwa dirinya masih dapat di andalkan dan tidak terlihat lemah sehingga tidak membebani siapapun. Selain itu, subjek diharapkan untuk meningkatkan pikiran positif serta penguatan spiritual dalam meningkatkan kualitas hidup terhadap aktivitas yang sedang dijalannya, dengan meyakini bahwa suatu masalah yang terjadi pada dirinya akan cepat berlalu, dan subjek hendaknya lebih terbuka terhadap kehidupan sosial.
2. Bagi masyarakat luas jika memiliki kerabat lanjut usia hendaknya selalu memberikan informasi yang detail perihal pandemic dan memberikan dukungan secara moril dan materil kepada lansia agar lansia merasa memiliki orang yang memperhatikannya dan agar lansia dapat memiliki semangat saat menjalani kondisi pandemic ini.

5.2.2 Saran bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor lain yang memiliki hubungan dengan Kualitas Hidup yang memiliki minat untuk melakukan penelitian pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kualitas hidup untuk mencari faktor-faktor lain atau variabel lain yang mempengaruhi kualitas hidup, misalnya dukungan spiritual, resiliensi, status pernikahan, dan status ekonomi. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk memilih sampel yang berbeda dengan penelitian ini atau jika sampel penelitian sama yaitu lansia yang diambil diharapkan menambahkan karakteristik selain dari penelitian ini agar hasil penelitian lebih beragam. Kemudian bagi peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menambahkan identitas sampel seperti status pernikahan, karena untuk melihat apakah perbedaan status pernikahan memiliki pengaruh dengan kualitas hidup seseorang atau tidak.

Memperbanyak jumlah responden penelitian agar data yang didapat semakin valid dan mewakili populasi yang ada serta berhati-hati dalam memilih responden dalam pengambilan data, apakah responden yang diambil dapat mewakili masalah yang diangkat atau tidak.