

## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Gambaran *successful aging* pada lansia di Desa Cangaan Kecamatan Ujung Pangkah Kabupaten Gresik, keempat subjek lansia mampu mengoptimalkan kemampuannya dalam meraih *successful aging* dengan memilih untuk tetap bekerja. Dalam hal kondisi kesehatan fisik, psikis, dan kognitif lansia mampu menjaga ketiga fungsi tersebut meskipun dari mereka terdapat beberapa riwayat penyakit, akan tetapi lansia mampu menjaga pola makan dan rutin periksa kesehatan. Lansia mengaku merasa bahagia dan memiliki kepuasan tersendiri dalam menjalani kehidupannya, ada juga yang mengaku merasa kesepian dalam menjalani masa lansianya, lansia mampu menerima diri apa adanya serta menyadari segala kekurangan yang dimilikinya saat usia lansia. lansia mampu menjalin hubunganyang baik dengan sekelilingnya dan mampu melibatkan diri dalam masyarakat. Terdapat tiga subjek yang mampu memenuhi kelima aspek tersebut yaitu subjek RM, FA dan HD. Sedangkan subjek MH tidak memenuhi aspek dalam functional well dan hubungan baik dengan orang lain

2. Faktor-faktor yang berperan dalam *successful aging* pada lansia di Desa Cangaan Kecamatan Ujung Pangkah Kabupaten Gresik yaitu faktor sosial antara lain : perkembangan sosial, perubahan sosialisasi diantara orang dewasa yang lebih tua, efikasi diri, bekerja, melibatkan diri dengan orang lain. Kelima faktor tersebut berperan penting dalam pencapaian *successful aging* pada lansia.

## B. Saran

### 1. Bagi lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu informasi mengenai lansia yang ingin mencapai *successful aging* atau keberhasilan di masa tua sangat penting untuk memperhatikan kesehatan di tengah penurunan kondisi tubuh. Karena, kesehatan sebagai modal utama untuk melakukan segala aktivitas. Maka dari itu, perlu upaya untuk menjaga kesehatan fisik, psikis, maupun kognitif agar tidak mengalami penurunan yang drastis.

### 2. Bagi anak/pendamping lansia

Hasil penelitian ini, diharapkan memiliki kegunaan bagi pendamping lansia sebagai evaluasi atau masukan mengenai gambaran *successful aging*, sehingga mereka lebih mengerti dan bisa mendampingi orangtuanya dengan baik dan bisa memaksimalkan proses *successful aging* yang berhasil.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya.

Disarankan agar dapat menggali informasi lainnya mengenai *successful aging* dari sudut pandang yang berbeda, seperti mengembangkan tema pokok yang sejenis baik dari segi teori maupun dari segi metode penelitian dengan menambahkan variabel lain dan subjek dari latar belakang yang berbeda agar penelitian tentang *successful aging* lebih bervariasi dan dapat dijadikan pembandingan dari penelitian sebelumnya.