

BAB VI

PENUTUP

1. Kesimpulan

- 1) Tingkat kebersyukuran lansia termasuk pada kategori tinggi. Terdapat 24 orang yang memiliki tingkat kebersyukuran tinggi dan 11 orang yang memiliki tingkat kebersyukuran sedang. Yang menyebabkan lansia memiliki kebersyukuran tinggi adalah aspek kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki, setelahnya aspek memiliki rasa apresiasi.
- 2) Tingkat kebahagiaan lansia termasuk pada kategori tinggi karena terdapat 30 orang yang memiliki tingkat kebahagiaan tinggi dan 5 orang memiliki tingkat kebahagiaan sedang. Dan yang menyebabkan lansia memiliki kebahagiaan tinggi adalah aspek resiliensi, terjalinnya hubungan positif dengan orang lain dan optimisme yang realistis.
- 3) Berdasarkan hasil penelitian diketahui nilai *sig 2 tailed* 0.001 lebih kecil dari 0.05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat ditarik kesimpulan terdapat hubungan yang positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan pada lansia yang bekerja di Dusun Tanjungan. Yaitu semakin tinggi kebersyukuran semakin tinggi kebahagiaan. sebaliknya semakin rendah kebersyukuran semakin rendah pula kebahagiaan.

2. Saran

1) Bagi Lansia

Saran saya sebagai peneliti bagi para lansia supaya lebih bahagia alangkah baiknya untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah supaya dalam dirinya merasa lebih tenang, tentram serta damai, selain itu juga untuk menjalin tali silaturahmi yang terputus pada keluarga atau sanak saudara maupun lingkungan sekitarnya.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti terkait dengan kebersyukuran dan kebahagiaan dengan subjek dan lokasi yang sama dapat untuk menggunakan metode penelitian lain agar dapat melakukan penelitian secara mendalam serta memiliki nilai pembaharuan.

3) Bagi Masyarakat umum

Untuk masyarakat umum yang masih awam terkait dengan kebersyukuran dan kebahagiaan peneliti menyarankan penelitian ini menjadi refleksi sebagai bahan intropeksi diri untuk dapat menerima setiap keadaan diri sendiri secara ikhlas serta dapat mendekatkan diri kepada Allah sehingga secara perlahan dapat menimbulkan perasaan bahagia dalam dirinya.