

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

1. Adapun gambaran kebahagiaan pada lansia dilihat dari aspek-aspek sumber kebahagiaan yang meliputi: bahwa mereka memiliki hubungan atau relasi yang positif dengan sesama penghuni, keluarga, serta pengurus dengan melakukan interaksi dan rasa senang. Memiliki keterlibatan penuh dan semangat dalam menjalani aktifitas sehari-hari yang dilakukan baik yang telah ditetapkan oleh pondok maupun hobi yang dimiliki, memiliki makna hidup yang positif yang berarah untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, memiliki harapan (optimisme) untuk menjadi insan manusia lebih baik dari masa lalu, serta memiliki resiliensi dalam menghadapi suatu permasalahan dengan rasa cuek dan tenang.
2. Bentuk-bentuk kebahagiaannya meliputi rasa senang, nyaman, tenang, tentram, dan damai. Serta faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pada lansia yang tinggal di pondok lansia yaitu faktor eksternal meliputi kehidupan sosial yang dimiliki, agama atau religiusitas, dan kesehatan. Faktor internal yang mempengaruhi kebahagiaan subjek yaitu kepuasan yang dicapai subjek pada masa sekarang, yaitu aktifitas yang dilakukannya.

**B. Saran**

1. Kepada kepala pondok untuk memanfaatkan alat-alat kesehatan maupun poli kesehatan yang ada
2. Kepada pengurus pondok untuk mencari kan orang yang bisa *stay* di pondok agar bisa menunjang semangat lansia dalam beribadah
3. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat memperkaya data wawancara secara mendalam dan dapat membangun hubungan interpersonal dengan subjek penelitian.