

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, pemenuhan kebutuhan dan strategi lansia dalam menghadapi kesepian (*loneliness*) di Panti Tresna Werdha Kota Bengkulu saling berkaitan dan membentuk proses adaptasi yang mendukung kesejahteraan hidup lansia. Pemenuhan kebutuhan berlangsung bertahap sesuai hierarki Maslow, di mana kebutuhan fisiologis dan rasa aman telah terpenuhi dengan baik. Kebutuhan sosial dan penghargaan juga relatif terpenuhi. Namun demikian, kebutuhan aktualisasi diri belum sepenuhnya optimal, ditandai dengan adanya ketidaksesuaian antara harapan masa lalu dan kondisi kehidupan saat ini.

Meskipun demikian, lansia menunjukkan strategi adaptif dalam menghadapi kesepian, seperti membangun hubungan sosial, serta memanfaatkan pendekatan spiritual (shalat, mengaji) sebagai bentuk regulasi emosi. Dengan demikian, pemenuhan kebutuhan yang didukung oleh strategi koping yang

adaptif berperan penting dalam membantu lansia menjalani masa tua secara lebih stabil dan bermakna.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian Kondisi (*Loneliness*) Lansia Ditinjau Dari Teori Abrham Maslow Di Panti Tresna Werdha Kota Bengkulu, maka peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak-pihak terkait.

1. Bagi Pegawai Panti Tresna Werdha Kota Bengkulu

Disarankan agar pihak panti terus mempertahankan pemenuhan kebutuhan dasar lansia yang selama ini telah berjalan dengan baik, khususnya pada aspek fisiologis dan rasa aman. Selain itu, perlu dilakukan penguatan program yang mendukung kebutuhan sosial, penghargaan, dan terutama aktualisasi diri lansia. Pegawai panti dapat mengembangkan kegiatan yang lebih variatif seperti pelatihan keterampilan ringan, kegiatan seni, terapi kelompok, atau forum berbagi pengalaman hidup agar lansia merasa lebih bermakna dan

memiliki ruang untuk mengekspresikan diri. Pendekatan spiritual yang selama ini menjadi strategi utama lansia juga dapat terus difasilitasi dan ditingkatkan melalui pendampingan yang lebih terstruktur. Dengan demikian, lansia tidak hanya merasa terpenuhi kebutuhan dasarnya, tetapi juga berkembang secara emosional dan psikologis.

2. Bagi Program Studi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan referensi dan pengayaan kajian akademik, khususnya dalam mata kuliah yang berkaitan dengan psikologi perkembangan, psikologi sosial, maupun kesejahteraan sosial lansia. Program studi juga dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian lanjutan dengan pendekatan yang lebih mendalam atau menggunakan metode yang berbeda agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai permasalahan kesepian pada lansia. Selain itu, kerja sama antara program studi dan lembaga sosial seperti panti werdha dapat ditingkatkan melalui kegiatan pengabdian masyarakat,

praktik lapangan, maupun program pendampingan, sehingga teori yang dipelajari mahasiswa dapat diimplementasikan secara langsung dalam konteks nyata.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan memperluas variabel, jumlah informan, atau lokasi penelitian agar hasil yang diperoleh lebih beragam dan dapat dibandingkan antar lembaga. Penelitian selanjutnya juga dapat mengkaji faktor lain yang memengaruhi kesepian lansia, seperti dukungan keluarga, kondisi kesehatan, atau latar belakang sosial budaya. Selain itu, penggunaan pendekatan kuantitatif atau metode campuran (*mixed methods*) dapat dipertimbangkan untuk memperkuat temuan penelitian. Dengan penelitian yang lebih mendalam dan berkelanjutan, diharapkan upaya peningkatan kualitas hidup lansia dapat dilakukan secara lebih sistematis dan berbasis data.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad Zuchri. *Metode Penelitian Kualitatif*. Edited By Rapanna Ptta. Syakir Media Press. Vol. 11. Syakir Media Press, 2021.
- Agnes Dewi Astuti; Hyan Oktodia Basuk; Sigit Priyanto. *Buku Ajar Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta Barat: PT Nuansa Fajar Cemerlang, 2024.
- Akbar, Fredy, Darmiati Darmiati, Farmin Arfan, And Andi Ainun Zanzadila Putri. "Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Kecamatan Wonomulyo." *Jurnal Abdidas* 2, No. 2 (2021): 393. <https://doi.org/10.31004/Abdidas.V2i2.282>.
- Amrullah; Kholis, Feridiyanto, Taridi; Muhamad. *Metode Penelitian Kualitatif*. Edited By Firmansyah. Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi, 2022.
- Anastasia, Dwi, Mastang Ambo Baba, Fakultas Ushuluddin Adab, Dan Dakwah, Agama Islam, And Negeri Manado. "Kesepian Pada Lanjut Usia Di Panti Werdha." *JIVA: Journal Of Behaviour And Mental Health* 5, No. 2 (2024): 106 19. <https://journal.iainmanado.ac.id/index.php/JIVA/index>.
- Andas, Amzal Mortin, Shinta Silaswati, I Wayan Romantika, And Ashar Prima. "Research Article Determinants Of Loneliness , Resilience , And Mental Health In Elderly Patients At Long Term Care In Jakarta." *Indonesian Journal Of Health Sciences Research And Development* 6, No. 2 (2024): 64. <https://doi.org/10.36566/Ijhsrd/Vol6.Iss2/251>.
- Asri, Yuni;, Aris; Hartono, Arita; Murwani, Juda Julia; Kristiarini, And Yankuba Manga. "Prevalence And Associated Factors Of Loneliness Among Older Adults In Indonesia: Insights From The Indonesian Family Life Survey (Ifs-5)." *Jurnal Ners* 20, No. 1 (2025): 13–20.

<https://doi.org/10.20473/jn.v20i1.59927>.

Astutik, Dwi;, Retno; Indarwati, And Eka Misbahatul Has. "Loneliness And Psychological Well-Being Of Elderly In Community." *Indonesian Journal Of Community Health Nursing* 4, No. 1 (2019): 34. <https://doi.org/10.20473/ijchn.v4i1.12731>.

Aviva, Shafira Putri Ayu, And Miftakhul Jannah. "Eksplorasi Loneliness Pada Dewasa Awal Exploration Of Loneliness In Early Adulthood." *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 10, No. 02 (2023): 204. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/53184>.

Baihaqi. *Psikologi Pertumbuhan*. Edited By Guyun Selamat. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2008.

Barran, Baroness D. *The Psychology Of Loneliness. Contemporary Sociology*. Vol. 6. Inggris, 2020. <https://doi.org/10.2307/2066477>.

Batubara, Saiful, Julahir Hotmatua Siregar, And Aulia Fuad. "Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Panti Jompo Tresna Werda Kota Bengkulu." *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam* 12, No. 1 (2022): 1-99. <https://doi.org/10.37776/zked.v12i1.971>.

Board, On Health Sciences Policy. *Social Isolation And Loneliness In Older Adults*. Wasingthon: The National Academies Press, 2020.

BPS, Bengkulu. *Satistik Penduduk Lanjut Usia 2024*. Edited By Bengkulu BPS. Bengkulu: Badan Pusat Statistik Bengkulu, 2024.

Dahiam, Belal, And Saif Ghaleb. "Towards A Dynamic Model Of Human Needs : A Critical Analysis Of Maslow ' S Hierarchy." *International Journal Of Multidisciplinary Approach Research And Science* 2, No. 3 (2024): 1029–30.

Dwisetyo, Bayu. *Strategi Holistik Peningkatan Kualitas Hidup Lansia*. Edited By Lisnawati. Jawa Tengah: Penerbit Amerta Media, 2024.

Erdoğan, Eylül Gülnur. "The Relationship Between The Level Of Satisfaction Of Maslow ' S Hierarchy Of Needs And Loneliness , Happiness And Life Satisfaction In Elderly Individuals." *Journal Of Clinical Nursing* 1, No. 3 (2025): 2–3. <https://doi.org/10.1111/Jocn.17759>.

Fahlevi, Reza. *Gerontologi*. Edited By Sulung Nela. *Get Press Indonesia*. Sumatera Utara, 2023. <https://doi.org/10.22182/Sp.12021.6>.

Farihin, Ahmad, Septian Eka Prahardik, Ahmad Dasuki, Riema Afriani Kusumadewi, And Putri Anggraeni. "Motivasi Belajar Lansia Dalam Mengikuti Pengajian Rutin Ahadan Di Majelis Taklim Darussalam Kunir." *Islamic Management: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam* 4, No. 02 (2021): 443. <https://doi.org/10.30868/Im.V4i02.1550>.

Fitri, Tiarna, Br Malau, Susiwyat Silitonga, And Santa Agustina Hutagalung. "Penyuluhan Terhadap Lansia: Mengenali Karakteristik Para Lansia." *Elettra : Jurnal Pendidikan Penyuluhan Agama Kristen Negeri Truntung* 1, No. 1 (2023): 49–50. <https://elettra.iakntarutung.ac.id>.

Gusti, Alif Eling. "Pemenuhan Kebutuhan Lanjut Usia Di Desa Cisolak Kecamatan Cisarua Kabupaten Sumedang." *Jurnal Ilmiah Pekerja Sosial* 23, No. 2 (2024): 205.

Himawan, Dede; Susanto, Dwi. "Association Of Loneliness, Social Isolation And Health Problems In The Elderly." *Jurnal Psikiatri Surabaya* 13, No. S1 (2024): 40–45. <https://doi.org/10.20473/Jps.V13is1.62654>.

Jahja, Yudrik. *Psikologi Perkembangan*. Edited By Rendy. Jakarta: Prenadamedia Group, 2015.

- Jannah, Miftahul. "Hubungan Parental Attachment Dengan Lonelines Mahasiswa Perantau Di Jurusan Dakwah Uin Fatmawati Sukarno Bengkulu." Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, 2025.
- Khalifah Akbar, Syahdan, And Elis Suci Prapita Sari Abdullah. "Hubungan Antara Kesepian (Loneliness) Dengan Self Disclosure Pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa Yang Menggunakan Sosial Media (Instagram)." *Jurnal Tambora* 5, No. 3 (2021): 42. <https://doi.org/10.36761/Jt.V5i3.1313>.
- Kuanca, Jodie;, And Helsa. "Keberfungsian Keluarga Dan Kesepian Pada Lansia Di Jabodetabek." *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set* 15, No. 01 (2024): 76–89. <https://doi.org/10.35814/Mindset.V15i01.5477>.
- Ma'rifatul Munawaroh, Zuyyin Choiriyyatun Felasuf. "Loneliness In The Elderly: A Qualitative Study Of Loneliness Factors In The Elderly." *Jurnal Internasional Tentang Sains, Pendidikan, Dan Agama Tingkat Lanjut (Ijoa* 8, No. 2 (2025): 440–41.
- Marisa, Dinda, And Nelia Afriyeni. "Kesepian Dan Self Compassion Mahasiswa Perantau." *Psibernetika* 12, No. 1 (2019): 2–3. <https://doi.org/10.30813/Psibernetika.V12i1.1582>.
- Mauviroh, Fita Yatul, And Surayadi Suryadi. "Analisis Loneliness (Perasaan Kesepian) Pada Lansia Di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember Kecamatan Puger." *Psychospiritual: Journal Of Trends In Islamic Psychological Research* 4, No. 1 (2025): 69–80. <https://doi.org/10.35719/Psychospiritual.V4i1.126>.
- Mijuskovic, Ben Lazare. *Loneliness In Philosophy, Psychology, And Literature*. America: Universe, 2012.

Muhfizar. *Pengantar Manajemen*. Edited By Hartini. CV Media Sains Indonesia. Vol. 5. Bandung, 2020.

Muliawan, Michiko;, And Yenny. "Relationship Between Loneliness And The Risk Of Malnutrition For Elderly In Indonesian Nursing Homes." *International Journal Of Biological And Pharmaceutical Sciences Archive* 10, No. 1 (2025): 023–030.
<https://doi.org/10.53771/Ijbpsa.2025.10.1.0056>.

Murtazina, Inna, Kristina Krupina, And Olga Strizhitskaya. "Loneliness In Middle-Aged And Older Adults : Effects Of Social Environments." *Ilmu Perilaku* 15, No. 71 (2025): 1–2.

Mustofa, Ahmad Zainal, And Abraham Maslow. "Hierarchy Of Human Needs : A Humanistic Psychology Approach Of Abraham Maslow." *Kawanua International Journal Of Multicultural Studies* 3, No. 2 (2022): 33.
<https://doi.org/10.30984/Kijms.V3i2.282>.

Naura, Alifiya, Fitri Fauziah Harahap, And Rabiatal Adawiyah. "Memahami Kebutuhan Kesejahteraan Pada Masa Lansia." *Jurnal Penelitian Multidisiplin Terpadu* 8, No. 6 (2024): 645.

Nurjanah, Vausta; Retno, Vivi. "Assessment Of The Elderly Loneliness : A Qualitative Study" 8, No. 1 (2025): 2.
<https://doi.org/10.32524/Jksp.V8i1.1399>.

Ramadhani, Yulia Rizki, Jamaris Jamna, And Yuswin Harputra. "Big-Five Personality Types Of Students In Department Of Primary School Teacher Education And The Effects On Self-Directed Learning." *Guidena: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling* 13, No. 2 (2023): 533–49.

Rizal, Muhammad Nur, Yusuf. "Pentingnya Rasa Nyaman Dan

- Aman Menurut Teori Abraham Maslow Pada Pembelajaran Pjok Disekolah Dasar.” *Global Journalsportand Education* 1, No. November (2024): 26.
- Saifuddin, Ahmad. *Psikologi Umum Dasar*. Edited By Endang Wahyudin. 1st Ed. Jakarta: Kencana, 2022.
- Sakti, I. P., & Luhung, M. *Buku Ajar Penatalaksanaan Hipertensi. PT Literasi Nusantara Abadi Grup*. Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Grup, 2025.
- Satria, Ramadhan Putra, And Wibowo; Nurhakim Yudhi. “Pengalaman Kesenian Pada Lansia.” *Jurnal Ilmu Dsn Teknologi Kesehatan* 13, No. 1 (2022): 91–92. [Http://Ojs.Stikesbhamadaslawi.Ac.Id/Index.Php/Jik](http://Ojs.Stikesbhamadaslawi.Ac.Id/Index.Php/Jik).
- Septiana, Anindita Buana Dan Priyanto, Pius Heru. “Loneliness Lansia.Pdf.” Edited By Pius H Priyanto, 10. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata, 2017.
- Silva, Celso, Bruno Morgado, And Elisabete Alves. “Depression , Loneliness And Quality Of Life In Institutionalised And Non-Institutionalised Older Adults In Portugal : A Cross-Sectional Study.” *Nursing Repoart* 14, No. 2 (2024): 2340.
- Solichin, Mohammad Muchlis. *Pendekatan Humanisme Dalam Pembelajaran*. Edited By Ahmad Ariyanto. Malang, 2019.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Edited By Alfabeta. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Edited By Suryandari. Ketujuh. Bandung: Alfabeta, 2024.
- Surya, Gatot, And Nuril Endi Rhaman. “Aktualisasi Lanjut Usia Melalui Karang Werda Ismoyo Di Kelurahan Banjarejo Kecamatan Taman Kota Madiun.” *Pekerjaan Sosial* 22, No. 2 (2023): 253. <https://Doi.Org/10.24198/Focus.V6i2.52101>.

Susanty, Sri;, And Min Huey Chung. "Prevalence Of Loneliness And Associated Factors Among Community-Dwelling Older Adults In Indonesia: A Cross-Sectional Study." *International Journal Of Environmental Research And Public Health* 19, No. 8 (2022): 5. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084911>.

Umar Sidiq, Miftachul Choiri. *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan*. Edited By Anwar Mujahidin. Cv Nata Karya. 1st Ed. Vol. 53. Ponorogo: Cv Nata Karya, 2019. [http://repository.iainponorogo.ac.id/484/1/Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan.Pdf](http://repository.iainponorogo.ac.id/484/1/Metode_Penelitian_Kualitatif_Di_Bidang_Pendidikan.Pdf).

Vella, Wiwit Marta, And Linda Yarni. "Loneliness Problem Pada Lansia Di Panti Jompo Jasa Ibu Jorong Lakung Kenagarian Situjuh Batua." *Ranah Research: Journal Of Multidisciplinary Research And Development* 4, No. 1 (2021): 50–63. <https://doi.org/10.38035/Rj.V4i1.424>.

Wang, Yanting, Feiyang Zheng, And Xiping Zhang. "The Impact Of Social Participation On Frailty Among Older Adults: The Mediating Role Of Loneliness And Sleep Quality." *Healthcare* 12, No. 2095 (2024): 1–2.

