

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan mengenai hubungan *self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia di wilayah kerja puskesmas andalas, maka didapat kesimpulan sebagai berikut :

1. *Self efficacy* pada lansia di wilayah kerja puskesmas andalas berada pada rentang nilai 25 yang dikategorikan dalam kategori sedang.
2. Kesejahteraan psikologis pada lansia di wilayah kerja puskesmas andalas berada pada rentang nilai 84 yang dikategorikan dalam kategori sedang.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan kesejahteraan psikologis dengan arah korelasi positif atau searah, pada tingkat korelasi sangat kuat. *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan koefisien korelasi sebesar 0,877, artinya dimana semakin tinggi *self efficacy* yang dirasakan seseorang maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologisnya begitu sebaliknya.

## B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, terdapat beberapa saran untuk pengembangan hasil penelitian, yaitu sebagai berikut:

### 1. Bagi Lansia

Diharapkan kepada lansia untuk mempertahankan dan meningkatkan kegiatan-kegiatan untuk menunjang kesehatan psikologisnya. Kesejahteraan ataupun kebahagiaan bagi lansia sangat penting karena akan berpengaruh terhadap kesehatan pada lansia.

### 2. Bagi Keluarga

Diharapkan kepada keluarga mengetahui pentingnya kesejahteraan psikologis terhadap lansia serta memberikan dukungan sosial kepada lansia agar dapat meningkatkan *self efficacy* dan kesejahteraan psikologisnya.

### 3. Bagi Perawat Gerontik

Diharapkan dapat mendorong lansia untuk mengikuti kegiatan seperti posyandu dan senam lansia serta memberikan masukan yang positif dan mendorong sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan *self efficacy* pada lansia.

### 4. Bagi Instansi Kesehatan

Diharapkan mendukung kegiatan lansia sehingga lansia menjadi aktif dalam berkegiatan. Mengadakan suatu kegiatan pemberdayaan lansia yang mengadakan kegiatan positif dan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia.

## 5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data awal maupun acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai kesejahteraan psikologis maupun *self efficacy*. Peneliti berharap agar peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang tidak diteliti dalam penelitian ini yaitu harapan (*hope*), harga diri (*self-esteem*) ataupun faktor lainnya.

