

## BAB V PENUTUP

### 5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *coping strategy* (CS) terhadap *psychological well-being* (PWB) pada lansia dengan penyakit kronis. Dalam menghadapi penyakit kronis, CS mempunyai peran untuk meningkatkan PWB pada lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *coping strategy* terhadap *psychological well-being* pada lansia dengan penyakit kronis. Ketiga tipe CS, yaitu *problem-focused coping* (PFC), *emotion-focused coping* (EFC), dan *dysfunctional-focused coping* (DFC) memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being*. Hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa lansia dengan penyakit kronis cenderung memiliki PWB yang tinggi.

Analisis deskriptif terhadap dimensi-dimensi PWB menunjukkan bahwa keenam dimensi memiliki *mean* empirik yang lebih tinggi dibandingkan *mean* teoritik. Dengan demikian, para lansia tersebut memiliki persepsi positif terhadap diri mereka, memiliki penerimaan terhadap kelebihan dan kekurangannya, perkembangan diri, tujuan hidup, hubungan sosial yang baik, pengendalian lingkungan, serta kemandirian. Lansia dengan penyakit kronis juga dapat terbagi ke dalam tiga kelompok, yaitu mereka yang menggunakan CS tipe PFC, menggunakan tipe EFC dan menggunakan tipe DFC. Lansia dengan tipe PFC cenderung mencari informasi dari orang lain tentang penyakitnya, sedangkan lansia dengan tipe EFC lebih mampu menerima dan beradaptasi dengan penyakit yang dimiliki. Berbeda pada lansia dengan tipe DFC yang sering menyalahkan diri sendiri atas penyakit kronisnya.

Hasil analisis menunjukkan bahwa PWB pada lansia usia 60–70 tahun cenderung tinggi, tetapi mengalami penurunan ketika berusia di atas 70 tahun. Lansia dengan penyakit kronis lebih dari 5 tahun memiliki PWB yang seimbang antara kategori tinggi dan rendah. Pendapatan dapat berpengaruh, di mana lansia tanpa pendapatan cenderung memiliki PWB rendah, sementara lansia dengan berpendapatan cenderung memiliki PWB tinggi. Secara keseluruhan, faktor usia,

penyakit kronis, jenis kelamin, dan pendapatan saling memengaruhi kondisi PWB pada lansia.

## 5.2 Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *coping strategy* (CS) terhadap *psychological well-being* (PWB) pada lansia dengan penyakit kronis. Lansia yang menggunakan PFC, yaitu berfokus pada pemecahan masalah dapat meningkatkan PWB mereka. Lansia yang menggunakan EFC, yaitu mengelola emosi juga memiliki pengaruh terhadap PWB mereka. Pada tipe DFC yang melibatkan perilaku, seperti menyalahkan diri sendiri atau menghindari masalah menunjukkan adanya pengaruh terhadap kondisi PWB mereka.

Penelitian ini menunjukkan bahwa PFC mempunyai pengaruh terhadap PWB. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Galiana et al., (2020), yang dilakukan pada 857 lansia bahwa CS tipe PFC berpengaruh signifikan terhadap PWB. Dalam penelitian ini diketahui bahwa EFC mempunyai pengaruh terhadap PWB. Hasil ini sejalan dengan penelitian Galiana et al., (2020), yang menjelaskan bahwa CS tipe EFC mempunyai pengaruh signifikan terhadap PWB pada lansia di Spanyol.

Pada CS tipe DFC juga memiliki pengaruh terhadap PWB. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Angelica et al., (2022), bahwa DFC memiliki pengaruh terhadap PWB. Kesimpulannya, ketiga tipe CS pada penelitian ini berperan dalam memengaruhi PWB. Penelitian ini menjelaskan jika lansia dengan penyakit kronis memiliki PWB tinggi, terutama pada setiap dimensinya. Pada dimensi *autonomy*, lansia dengan penyakit kronis menunjukkan kemandirian terhadap hidup mereka.

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian Moilanen et al., (2021), yang menjelaskan jika kemandirian ini berhubungan dengan persepsi individu terkait kemampuan mereka dalam membuat keputusan ketika melakukan pengobatan. Lansia penelitian ini juga memiliki *environmental mastery* yang tinggi. Sejalan dengan Megasara dan Suhana, (2018), yang menunjukkan bahwa pasien kanker memiliki kemampuan dalam mengelola lingkungan mereka. Hasil penelitian menunjukkan jika lansia dengan penyakit kronis memiliki *personal*

*growth* yang tinggi. Dalam penelitian Candra dan Sastrawan, (2015), individu dengan *personal growth* yang tinggi akan memiliki keinginan untuk berkembang dan terbuka terhadap kritik.

Lansia dalam penelitian ini juga memiliki *positive relationship with others* yang tinggi dengan empati dan saling percaya, sehingga berdampak positif pada kehidupan mereka (Candra & Sastrawan, 2015). Pada dimensi *purpose in life* juga menunjukkan hasil tinggi pada lansia, yang sesuai dengan penelitian Nurhaeda et al., (2023), dan (Tristiana et al., 2016). Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa lansia dengan *purpose in life* akan menemukan makna dan tujuan hidup mereka melalui keinginannya untuk menikmati hidup bersama keluarga. Lansia dengan penyakit kronis dalam penelitian ini juga menunjukkan *self-acceptance* yang tinggi sejalan dengan temuan penelitian Amna et al., (2022), mengenai lansia dengan gagal ginjal kronik serta Silvi et al., (2023), tentang lansia dengan diabetes melitus tipe 2.

Pada kedua penelitian di atas menunjukkan bahwa penerimaan diri pada lansia dapat terlihat dari kemampuan mereka dalam menerima kondisi kesehatan dan menjalani pengobatan dengan baik Analisis tambahan mengenai faktor PWB, seperti usia, jenis kelamin, dan pendapatan berperan dalam menentukan kategori PWB. Lansia berusia 60–70 tahun cenderung memiliki PWB tinggi karena pengalaman hidup mereka yang lebih banyak. Baik lansia laki-laki maupun perempuan menunjukkan tingkat PWB yang tinggi. Pada faktor sosial dan ekonomi juga berperan penting terhadap PWB lansia. Dengan demikian, usia, jenis kelamin, serta faktor sosial dan ekonomi saling berperan terhadap tingkat PWB pada lansia.

### **5.3 Saran**

#### **5.3.1 Saran Metodologis**

1. Penelitian ini meneliti CS sebagai faktor dari PWB, namun belum meneliti faktor *internal locus of evaluation* meskipun faktor lain, seperti usia, jenis kelamin, budaya, dan status sosial ekonomi telah diteliti. Berdasarkan hal tersebut, penelitian selanjutnya agar meneliti *internal locus of evaluation* yang mungkin mempunyai pengaruh terhadap CS dan PWB pada lansia dengan penyakit kronis.

2. Penelitian ini menemukan bahwa CS berpengaruh terhadap PWB, namun belum meneliti sub-tipe EFC, DFC, dan PFC, seperti *acceptance*, *self-blame* atau *planning*. Penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti sub-tipe tersebut untuk mengetahui dampak DFC pada lansia berdasarkan kondisi sub-tipe dari CS.
3. Penelitian ini hanya membahas subjek dengan penyakit kronis. Oleh karena itu, disarankan agar penelitian selanjutnya meneliti subjek dengan penyakit terminal untuk menggambarkan permasalahan psikologis dan dampaknya terhadap PWB berdasarkan model multidimensional.

### 5.3.2 Saran Praktis

1. Bagi komunitas lansia disarankan agar mengukur PWB dan mengidentifikasi tipe CS mereka. Dengan demikian, komunitas dapat memberikan dukungan yang lebih tepat untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia.
2. Komunitas lansia maupun *caregiver* perlu memberikan perhatian penuh kepada lansia dengan tipe DFC untuk menjaga kesejahteraan psikologis dan kesehatan fisik lansia tersebut.