

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan penerapan terapi *life review* dan harga diri subyek, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Terapi *life review* dilaksanakan pada sesi 1 sampai sesi 3 hanya sekedar menceritakan pengalaman yang menyenangkan dan tidak menyenangkan, sedangkan pada sesi 4 subyek menceritakan pengalaman menyenangkan dan tidak menyenangkan dilanjutkan dengan berbagai intervensi untuk meluruskan tujuan hidup subyek sehingga pada akhir sesi didapatkan bahwa subyek menerima kondisinya di panti, ingin menghabiskan waktu sampai akhir hayatnya di panti dan siap menghadapi kematiannya.
- 2) Hasil wawancara skala Rosenberg *Self-Ensteem* yang didapatkan yaitu sebelum terapi *life review* jumlah skor 10 (harga diri rendah) dan setelah dilakukan terapi *life review* meningkat dengan skor 23 (harga diri tinggi). Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa terapi *life review* merupakan salah satu cara yang efektif dalam mengatasi masalah harga diri lansia di Panti Wredha.
- 3) Konsep harga diri subyek sebelum dilakukan terapi *life review* menunjukkan penilaian diri negatif dan setelah dilakukan terapi *life review* didapatkan konsep harga diri yang menunjukkan perubahan yaitu penilaian diri positif atau lebih baik dari sebelumnya.

- 4) Hasil observasi subyek sebelum dilakukan terapi *life review* menunjukkan tanda gejala harga diri rendah dan setelah dilakukan terapi *life review* didapatkan bahwa subyek tidak menunjukkan tanda gejala harga diri rendah sehingga ada perubahan konsep diri positif pada subyek.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Subyek Penelitian

Bagi subyek penelitian dapat meningkatkan harga diri dan meningkatkan penerimaan diri sebagai hasil pelaksanaan terapi *life review*. Selain itu hendaknya lansia rutin melakukan interaksi sosial dengan teman sesama penghuni panti dan petugas panti sehingga subyek dapat menikmati masa tua.

5.2.2 Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan Lansia

Untuk meningkatkan pelayanan kesehatan lansia di Panti Wredha khususnya pada lansia dengan harga diri rendah diharapkan petugas kesehatan memberikan pelayanan untuk mengatasi masalah tersebut, salah satunya dengan terapi *life review*. Tujuannya yaitu untuk meningkatkan harga diri lansia sehingga lansia dapat menikmati masa tuanya dengan bahagia. Hal ini perlu dilakukan karena jika masalah harga diri rendah tidak ditangani, maka akan mengakibatkan lansia beresiko mengalami depresi atau masalah-masalah psikis lainnya.

5.2.3 Rekomendasi Peneliti Selanjutnya

Untuk kesempurnaan penelitian selanjutnya hendaknya terapi *life review* dilakukan selama satu bulan penuh sehingga peneliti dapat melaksanakan terapi dengan lebih maksimal. Selain itu, peneliti selanjutnya mengembangkan penelitian dengan melakukan penerapan terapi tidak hanya sampai penerimaan kondisi di Panti Wredha, namun juga menyusun rencana hidup sehingga dapat meningkatkan gairah hidup subyek penelitian.

5.2.4 Saran Bagi Pihak Panti Wredha

Bagi pihak panti diharapkan dapat menambahkan suatu syarat kepada keluarga lansia yaitu memberikan album foto kenangan saat hendak menitipkan lansia ke Panti Wredha Griya Kasih Siloam. Hal ini bertujuan untuk membantu lansia mengingat kenangan masa lalunya dan mengingat keluarganya.