

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah pada skripsi ini yang berjudul konseling individual dengan teknik *Logotherapy* untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia (studi kasus di UPTD Perlindungan sosial Provinsi Banten), maka penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi usia lanjut ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu. Efek-efek perubahan tersebut menentukan sampai sejauh tertentu apakah pria atau wanita usia lanjut akan melakukan penyesuaian diri secara baik atau buruk. Selain itu juga pada masa lansia terjadi banyak perubahan, diantaranya perkembangan jasmani atau fisik, perkembangan intelektual, perkembangan emosi, perkembangan spiritual, perubahan sosial, perubahan kehidupan keluarga, dan hubungan sosio-emosional lansia. Akibat perubahan yang terjadi pada masa lansia ini mengakibatkan banyak dari mereka mengalami beberapa masalah dalam kehidupannya, diantaranya pada masalah fisik, intelektual, emosi, dan spiritual. Mengingat permasalahan-permasalahan akibat perubahan yang begitu kompleks, sehingga para lansia membutuhkan bantuan agar mereka bisa menjalani fase perkembangannya ini dengan penuh makna. Dengan adanya konseling logotherapy pada lansia ini diharapkan dapat membantu mereka dalam mengatasi setiap permasalahannya.
2. Dalam proses penerapan teknik *Logotherapy* menggunakan beberapa tahapan untuk proses konseling kepada klien yaitu tahap awal (tahap mendefinisikan masalah), tahap inti (tahap kerja atau proses konseling dan peneliti menggunakan *Logotherapy* pada klien, tahap akhir (tahapan perubahan dan tindakan) atau evaluasi. Pada proses penerapan konseling ini dengan teknik *Logotherapy* efektif dalam mengatasi kebermaknaan

hidup bertujuan agar dalam masalah yang dihadapi klien dapat menemukan makna dari penderitaan dan kehidupan serta cinta. Dengan penemuan itu klien akan dapat membantu dirinya sehingga bebas dari masalah tersebut. Selain itu, terdapat beberapa tujuan logoterapi, antara lain. Memahami adanya potensi dan sumber daya rohaniyah yang secara universal ada pada setiap individu, tanpa membedakan ras, keyakinan, dan agama yang dianutnya. Menyadari bahwa sumber-sumber dan potensi itu sering ditekan, terhambat, dan diabaikan bahkan terlupakan. Memanfaatkan daya-daya tersebut untuk bangkit kembali dari penderitaan untuk mampu tegak menghadapi berbagai kendala, dan secara sadar mengembangkan diri untuk meraih kualitas kehidupan yang lebih bermakna.

3. Hasil dari proses penerapan teknik *Logoteraphy* kepada 4 klien responden MR yang sebelum konseling kondisinya psikologisnya merasa stres dan memiliki gangguan kecemasan, kini setelah konseling mulai sedikit ada perubahan yaitu mulai merasa bahagia dimasa tua dan berkurangan rasa cemas pada dirinya. Pada responden MH yang sebelum konseling kehilangan kepercayaan diri, mudah marah dan sensitif, kini setelah konseling mulai sedikit bisa menerima keadaan dan bersikap lebih baik. Selanjutnya pada responden NH sebelum konseling ia selalu menyendiri dan sedih tetapi setelah konseling kini mulai sedikit ada perubahan yaitu mulai berbaur pada sekitarnya dan mulai mengurai rasa sedihnya. Dan pada responden AM sebelum konseling ia selalu merasa sedih dan khawatir terhadap dirinya sendiri kini setelah konseling ia mulai sedikit ada perubahan yaitu sudah mulai mengurangi rasa khawatirnya akan permasalahan dan mulai mengurangi rasa sedihnya.

B. Saran

Dengan mengacu pada hasil data yang telah diperoleh, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut :

1. Kepada pihak Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Sosial Provinsi Banten
 - a. Hendaknya terus ditingkatkan dan dipertahankan program-program kegiatan dan pelayanan bimbingan keagamaan kepada para lansia pada setiap minggunya.
 - b. Hendaknya diberikan pelayanan bimbingan kerohanian secara individu untuk para lansia yang sudah tidak mampu mengikuti secara langsung agar memaknai hidupnya di masa tua.
2. Mahasiswa

Kepada para mahasiswa yang akan melakukan penelitian, hendaknya selalu menjaga etika dan tata krama. Dan peneliti hanya menggunakan 4 orang responden lansia perempuan sebagai acuan data. Sehingga pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan data dari partisipan yang variasi seperti laki-laki dan perempuan dan memiliki latar belakang yang lebih unik dari subjek sebelumnya.