

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *meaning in life* dan *hope* pada lansia, dengan nilai  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ). Dengan nilai nilai *correlation coefficient* menunjukkan adanya arah hubungan positif antar variabel dengan nilai korelasi yang rendah dengan  $\tau_{\beta} = 0,217$ . Arah hubungan yang positif dapat diartikan bahwa semakin tinggi variabel *meaning in life* maka semakin tinggi juga *hope*, begitu juga sebaliknya semakin rendah variabel *meaning in life* maka semakin rendah juga *hope* yang dimiliki oleh seorang individu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang memiliki korelasi positif antara *meaning in life* dan *hope*. Hal ini disebabkan karena harapan memiliki peran yang penting karena lansia menghadapi berbagai perubahan seperti penurunan kondisi fisik, perubahan peran sosial, dan juga kehilangan orang terdekat. Oleh karena itu, harapan berfungsi sebagai sesuatu yang menjaga lansia untuk dapat tetap menatap kedepan. Dengan adanya harapan, lansia dapat terdorong untuk mengartikan pengalaman hidupnya sebagai sesuatu yang masih bernilai, dan kemudian hal inilah yang akan memunculkan makna hidup pada lansia. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Edwards et al (2024), yaitu harapan khususnya sebagai pengalaman emosional berperan sebagai prediktor yang signifikan terhadap makna hidup.

Di sisi lain, terdapat penelitian yang membahas mengenai hubungan antara *meaning in life*, *hope*, dan *depression* (Hedayati & Khazaei, 2014), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *meaning in life* yang dimiliki seseorang maka tingkat *hope* dalam diri orang tersebut juga tinggi. Begitu juga penelitian dari (Afrashteh et al., 2024), yang menyatakan bahwa *hope*, *meaning in life*, *resilience*, dan *self-efficacy* memiliki pengaruh terhadap perawat yang memiliki *post traumatic growth* yang bekerja pada waktu Covid-19. Penelitian tersebut menyatakan bahwa individu yang memiliki *hope* yang tinggi, mampu menemukan

makna dibalik pengalaman yang dialaminya, dan individu tersebut lebih dapat untuk bertumbuh secara psikologis setelah menghadapi peristiwa traumatis. *Self-efficacy* berfungsi untuk memperkuat kemampuan individu untuk dapat mengelola stres, mengatasi masalah, dan merekonstruksi pengalaman traumatis dengan lebih positif. Oleh karena itu, meningkatnya *hope*, *meaning in life* dan *resilience* merupakan sebuah aspek penting dalam mendukung pertumbuhan pascatrauma pada perawat yang bekerja pada waktu Covid-19.

Hal ini sejalan dengan hasil tabulasi silang pada tabel 4.8 antara variabel *meaning in life* dan *hope*. Pada tabel 4.8 dapat dilihat bahwa *meaning in life* yang sangat tinggi kebanyakan dimiliki oleh individu yang memiliki *hope* yang tinggi, yaitu sebanyak 20 responden atau 19,2% dari keseluruhan responden yang berjumlah 104 responden.

Penelitian yang dilakukan (Mamo, 2025) yang meneliti mengenai bagaimana harapan dan identitas moral berhubungan dengan kesejahteraan mental dan sejauh mana hubungan itu dipengaruhi oleh makna hidup, menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki makna hidup yang kuat cenderung memiliki tingkat kesejahteraan mental yang lebih tinggi. Mereka menemukan bahwa orang yang merasa hidupnya terarah dan penuh arti menunjukkan kondisi mental yang lebih stabil, lebih bahagia, dan lebih mampu menghadapi tekanan. Makna hidup juga menjadi fondasi yang penting untuk memperkuat hubungan antara harapan, nilai moral, dan kesehatan psikologis. Kedua aspek dari harapan, yakni *agency* dan *pathway* juga terbukti meningkatkan kesehatan mental. Kehadiran *agency hope* dan *pathway hope* juga diperkuat ketika ditambahkan makna hidup sebagai variabel mediator. Hal ini memiliki arti bahwa *hope* menjadi lebih efektif ketika seorang mahasiswa merasa hidupnya memiliki *meaning in life*.

Penelitian yang dilakukan (Alon, 2010) yang meneliti mengenai bagaimana peran *meaning in life* dalam membangkitkan dan mempertahankan *hope* pada pasien yang berada dalam kondisi penyakit terminal. Penelitian ini menemukan bahwa individu masih dapat menemukan sumber makna baru walau di tengah penderitaan yang sedang mereka alami. Ketika individu tersebut berhasil

menemukan makna, maka hal ini dapat membantu mereka menyeimbangkan rasa sakit yang dialami dengan harapan yang mereka miliki, hal ini menyebabkan kembali munculnya perasaan bahwa mereka tetap memiliki nilai, arti, dan tujuan, walaupun usia mereka terbatas. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa *meaning in life* dan *hope* saling terkait erat dan saling menguatkan.

Adapun selama melakukan pengambilan dan analisa data, peneliti menemukan beberapa keterbatasan, diantaranya:

- a. Peneliti tidak menemani seluruh proses pengisian dari masing- masing responden, yang menyebabkan ada kemungkinan terjadinya misinterpretasi pertanyaan oleh lansia.
- b. Peneliti mengandalkan keluarga untuk bisa berkomunikasi dengan lansia yang berbahasa jawa, yang menyebabkan ada kemungkinan terjadinya distorsi makna dari pertanyaan.

## 5.2 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *meaning in life* dan *hope* pada lansia. Hal ini dapat diartikan bahwa, hipotesis di dalam penelitian ini diterima. Dengan nilai  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ) serta koefisien korelasi sebesar  $r_{\beta} = 0,217$ , yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi nilai *meaning in life* yang dimiliki oleh seorang individu, maka semakin tinggi juga nilai *hope*, begitu juga sebaliknya semakin rendah nilai *meaning in life* maka semakin rendah juga nilai *hope* yang dimiliki oleh seorang individu.

## 5.3 Saran

### a. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *meaning in life* dan *hope* merupakan hal yang penting dalam kehidupan lansia, sehingga lansia disarankan untuk tetap menjaga aktifitas yang bermakna dalam kehidupan sehari- hari seperti kegiatan yang berkaitan dengan spiritualitas, kegiatan yang berkaitan dengan hobi dan minat mereka dan lainnya.

b. Bagi Keluarga Lansia

Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam membantu lansia mempertahankan *meaning in life* dan *hope*, sehingga keluarga diharapkan untuk dapat memberikan dukungan kepada lansia agar dapat menjaga tingkat *meaning in life* dan *hope* pada lansia tersebut.

c. Bagi Peneliti Geriatri

Bagi peneliti di bidang geriatri, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk bisa mengembangkan program intervensi yang berfokus pada peningkatan makna hidup dan harapan bagi lansia.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *meaning in life* dan *hope* pada lansia, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan desain penelitian yang lebih mendalam, seperti penelitian longitudinal, agar dapat melihat perubahan makna hidup dan harapan lansia dari waktu ke waktu. Selain itu, juga untuk memperluas jumlah dan karakteristik partisipan dari berbagai latar belakang agar data yang didapatkan lebih luas.