

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada purnawirawan prajurit kesehatan TNI AD (Purwakesad) Pusat Kesehatan Angkatan Darat dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian kecil memiliki *psikological well-being* tinggi sebanyak 6 orang (9%)
2. Sebagian besar memiliki *psicological well-being* normal sebanyak 47 orang (75%)
3. Sebagian kecil memiliki *psikological well-being* rendah sebanyak 10 orang (16%).

Dapat disimpulkan faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, penghasilan, tanggungan finansial, kesiapan purnatugas, berkumpul dan dukungan dari keluarga, teman, tetangga, mempengaruhi *psychological well-being* responden.

#### 5.2 Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat meingkatkan peran institusi pendidikan dalam pengembangan penelitian di masyarakat terutama tentang *psychological well-being* pada prajurit yang telah purna tugas purwakesad dengan cara memberikan promosi kesehatan.

2. Bagi Instansi

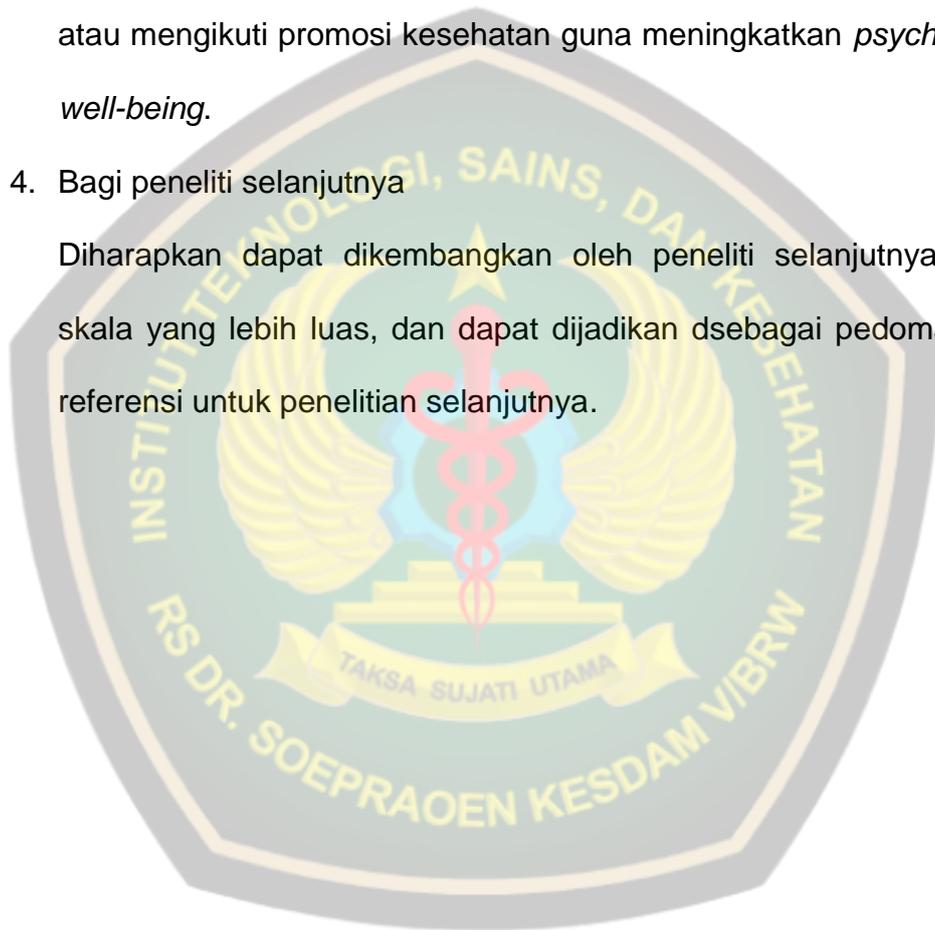
Diharapkan dapat menyiapkan lapangan pekerjaan atau aktivitas setelah purnatugas agar ada kepuasan.

3. Bagi Responden

Diharapkan dapat menjadi evaluasi diri prajurit tentang *psychological well-being* sehingga dapat mendorong prajurit untuk aktif mencari atau mengikuti promosi kesehatan guna meningkatkan *psychological well-being*.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya dalam skala yang lebih luas, dan dapat dijadikan dsebagai pedoman atau referensi untuk penelitian selanjutnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar. (2018). Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik (BPS). Statistik Gangguan Jiwa. Jakarta: Badan Pusat Statistik; 2019.
- Diansari, N. M. (2018). Psychological Well-Being Pada Pensiunan PNS di Kota Batu. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Ekasari, A, & Susanti. N.D. (2009). Hubungan antara optimisme dan penyesuaian diri dengan narapidana kasus napza di lapas kelas II A Bulak Kapal Bekasi. *Jurnal Soul*, 2(2), 1-32.
- Hermaningtyas, D.P., Mardijana, A., & Dewi, R. (2015). Hubungan antara masa persiapan pensiun dan kecenderungan depresi pada pegawai negeri sipil (PNS) di Universitas Jember. *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa 2015*, 1-4.
- Hutapea, C. D. A & Mashoendi, S. F (2019). Hubungan antara Optimisme dan Distres Psikologis pada Emerging Adults Miskin di DKI Jakarta: *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol 10 no 2
- Ismail. Fajri. 2018. *Statistika Untuk Penelitian Pendidikan dan Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Mahardika. dkk., "Pengaruh Kompensasi dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Hotel Puri Bagus Lovina", e-Journal Bisma Univeritas Pendidikan Ganesha Jurusan Management, Vol. 4, 2016.
- Mulyadi, and Widi Winarso. 2020. *Pengantar Manajemen*. Purwokerto: CV Pena Persada.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. In Salemba Medika. Jakarta: Pendekatan Praktis
- Pertiwi, A. D. (2016). Perbedaan Psychological Well-Being Ditinjau dari Masa Perceraian pada Perempuan. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Prihandhani, S. (2016). Hubungan lama pensiun pegawai negeri terhadap tingkat kecemasan pada lansia di lingkungan candi baru ganyar. *Jurnal Dunia Kesehatan*, 5(1), 63-70.
- Priadi, Sugeng. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Sejarah*. Ombak: Yogyakarta.
- Rahmat, A., & Suyatno. (Juni, 2016). Post-power syndrome dan perubahan perilaku sosial pensiunan guru. *Psychopathic :Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(1), 77-94.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.
- Ryff. (2014). Psychological well-being revisited : advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychoterapy and Psychosomatics*, 10-28.
- Safitri, B. R. (2013). Kesiapan Menghadapi Masa Pensiun Ditinjau dari Peran Gender Karyawan. Skripsi. Malang : Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang.

- Setiadi. (2018). Konsep dan proses: Keperawatan keluarga. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Seligman, Martin E.P. 2006. Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life. New York: Vintage Books
- Seligman, Martin. 2008. Menginstal Optimisme (edisi terjemahan). Translated by Budhy Yogapra- nata. 2008. Bandung: PT Karya Kita.
- Setiadi. (2013). Konsep dan praktek penulisan riset keperawatan (Ed.2) Yogyakarta: Graha Ilmu
- Triwibowo C, Pusphandani ME. Kesehatan Lingkungan dan K3. Yogyakarta: Nuha Medika. 2013.
- WHO. (2018). Mental Health Action Plan. World Health Statistics : 2018.

