

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan salah satu negara Asia yang tergolong cepat pertumbuhan lansia nya, dari tahun ketahun yang jumlahnya semakin meningkat. Menurut data Worl Health Organisation (WHO), sejak tahun 2000 penduduk Indonesia sudah tergolong berstruktur tua, dimana jumlah lansia mencapai lebih dari 7% jumlah total penduduk. Data Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2000 menunjukkan penduduk lansia sudah berjumlah 14,4 juta (7,18%) dan pada tahun 2020 diperkirakan akan menjadi dua kali lipat jumlahnya.

Indonesia saat ini tergolong sebagai Negara yang berstruktur tua sebagaimana ketentuan badan dunia, dikarenakan jumlah penduduk lansia yang dimiliki Indonesia telah mencapai lebih dari 7 persen. Indonesia juga menduduki ranking keempat di dunia dengan jumlah lansia mencapai 24 juta jiwa. Menurut data yang dihimpun dari Badan Perencanaan Nasional (Bappenas) diperkirakan penduduk Indonesia akan mencapai 273,65 juta jiwa pada tahun 2025. Ini artinya, dengan peningkatan usia harapan hidup merupakan salah satu indikator keberhasilan dalam hal pembangunan namun disisi lain juga menjadi tantangan bagi pembangunan itu sendiri yang dimana nantinya akan diikuti dengan jumlah lansia.

Bekerja adalah hal yang paling penting bagi manusia. Dengan bekerja manusia dapat memperoleh jabatan, penghasilan, rekan kerja, lingkup sosial, serta dengan bekerja dapat menyalurkan kebebasan ataupun kreatifitas seseorang. Bekerja juga merupakan suatu aktivitas bagi individu untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut (Yuli, 2012) bekerja tidak hanya semata-mata untuk mencari materi ataupun untuk mendapatkan fasilitas, disamping itu juga dapat memberikan kepuasan tersendiri bagi seseorang. Suatu individu akan lebih diakui keberadaannya oleh masyarakat sebagai manusia normal yang sehat lahir dan batin apabila ia bekerja. Bekerja juga

merupakan sarana/tempat dimana seseorang dapat menyalurkan naluri alamiahnya sebagai manusia yakni berinteraksi dengan manusia lainnya, oleh karena itu kegiatan bekerja juga dapat memberikan makna tersendiri bagi individu.

Pada masa usia produktif individu akan berusaha untuk mencapai kesuksesannya dalam pekerjaan, sehingga mencapai posisi/jabatan yang baik dalam tempatnya bekerja atau posisi/jabatan yang diinginkannya. Dari kegiatan bekerja tersebutlah individu akan mendapatkan imbalan materil yang berupa fasilitas, uang, gaji dan materi lain. Disamping itu bekerja juga tidak melulu soal pemenuhan materi semata namun juga menyangkut pemenuhan kebutuhan non materil seperti halnya penghargaan, status sosial, dan citra baik yang berarti bagi individu sebagai manusia.

Namun, ada suatu waktu ketika individu sudah tidak lagi produktif maka sudah saatnya bagi individu tersebut melepas ataupun meninggalkan semua kegiatan yang berhubungan dengan pekerjaannya, ataupun meninggalkan seluruh jabatan yang dipunyainya. Pensiunan adalah peran baru dalam hidup seseorang yang berhenti dari pekerjaan formal dan tidak bekerja lagi serta mengalami kemerosotan ekonomi berupa pendapatan yang jauh berkurang dari biasanya.

Menurut Turner & Helms Dibutuhkan aspek kesiapan mental dalam menghadapi perubahan keadaan serta membutuhkan penerimaan diri yang baik, sehingga tidak menimbulkan depresi, frustasi dan stress terhadap diri sendiri. Masa pensiunan seringkali dianggap sebagai titik awal kemunduran individu dalam kehidupannya atau kenyataan yang tidak menyenangkan. Individu akan merasa cemas karena tidak mengetahui kehidupan seperti apa yang akan dialami pasca pensiun. Kehidupan akan terasa semakin sulit jika pada saat masa aktif bekerja memiliki kedudukan/jabatan yang tinggi sementara kedudukan itu akan lenyap

begitu saja setelah pensiunan kelak.¹ Individu yang memasuki masa pensiunan sering dianggap sebagai individu yang tuna karya (tidak dibutuhkan lagi tenaga serta pikirannya).

Anggapan semacam ini membuat individu tidak bisa lagi menikmati masa pensiunannya dengan hidup nyaman dan damai. Ketakutan menghadapi masa transisi pasca pensiun, membuat banyak orang mengalami problem yang cukup serius dari sisi kejiwaan maupun fisik, terlebih individu yang memiliki ambisi besar serta sangat menginginkan posisi yang tinggi ataupun mapan dalam pekerjaannya. Hal ini sangat rentan bagi individu untuk mengalami goncangan/gangguan ketika tidak lagi bekerja yakni gangguan *post power syndrome*.

Pada saat seseorang seseorang memasuki kehidupan sebagai dewasa akhir atau lansia, pada masa itu ternyata muncul masalah timbulnya gejala tidak percaya diri dan cemas yang berlebih. Adapun gejala percaya diri pada orang tua yang sudah memasuki fase dewasa akhir atau lansia di antaranya:

1. Sangat takut ketika memasuki pensiun.
2. Merasa sudah tidak berguna lagi.
3. Merasa kurang dihormati baik dari keluarga maupun masyarakat.
4. Merasa hidup di dunia ini tidak akan lama lagi
5. Merasa lemah tak berdaya.
6. Takut akan kematian.
7. Takut sakit
8. Takut akan ditinggal mati oleh suami/istri.

Hal inilah yang sering memicu terjadinya gejala *post power syndrome* pada para pekerja yang mengalami pensiun atau terkena PHK. *Post power syndrome* adalah gejala yang terjadi dimana si penderita hidup dalam bayang-bayang kebesaran masa lalunya (entah jabatannya, karirnya, kecerdasannya, kepemimpinannya atau hal yang lainnya), dan seakan-akan tidak bisa memandang realita yang terjadi saat ini. *Post power syndrome*

¹ Turner & Helms, *Lifespan Development (3rd Ed)*, (New York: Hold Saunder, 1983)

hamper selalu dialami terutama pada orang-orang yang sudah lansia dan pensiunan dari pekerjaannya.²

Para pensiunan yang mengalami gejala *post power syndrome* sering kali dihubungkan dengan pikiran-pikiran yang irasional, biasanya para pensiunan yang mengalami *post power syndrome* berpikir bahwa setelah dia pensiun dan sudah tidak memiliki jabatan atau kekuasaan lagi ia merasa tidak akan dihargai dan dihormati lagi oleh masyarakat ataupun keluarganya sendiri. Hal ini juga yang bisa menyebabkan para pensiunan merasa cemas bahkan depresi karena pikiran irasionalnya tersebut sehingga dapat mempengaruhi perilaku sosialnya.

Menurut Achmad individu yang mengalami *post power syndrome* dapat dilihat dari gejala-gejalanya yaitu ditandai dengan rasa kecewa, bingung, kesepian, ragu-ragu, khawatir, takut, putus asa, ketergantungan, kekosongan, dan kerinduan. Lalu harga diri juga menurun, merasa tidak lagi dihormati dan terpisah dari kelompok.

Turner & Helms menggambarkan penyebab terjadinya *post power syndrome* dalam kasus kehilangan pekerjaan yakni: (1) kehilangan harga diri, hilangnya jabatan menyebabkan hilangnya perasaan atas pengakuan diri; (2) kehilangan fungsi eksekutif, fungsi yang memberikan kebanggaan diri; (3) kehilangan perasaan sebagai orang yang memiliki arti dalam kelompok tertentu; (4) kehilangan orientasi kerja; (5) kehilangan sumber penghasilan terkait dengan jabatan terdahulu.

Tri Mardhany dalam skripsinya yang berjudul “*Makna hidup pada pensiunan yang mengalami post power syndrome dengan yang tidak mengalami post power syndrome*” (Fakultas Psikologi UI, 2003) menarik kesimpulan bahwa perbandingan sikap dalam menghadapi masa pensiunan pada pensiunan yang mengalami *post power syndrome* dan non *post power syndrome* mengalami perbedaan yang cukup signifikan. Non *post power syndrome* menyikapi masa pensiunan secara positif dengan merelakan

² Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), cet. Ke-1, hal. 107-109

segala sesuatu yang didapatnya selama bekerja termasuk jabatan karena menyadari usianya telah lanjut. Sedangkan penderita *post power syndrome* menyikapi masa pensiunan dengan menyangkalnya. Penyangkalan ini karena mereka yang mengalami *post power syndrome* memiliki orientasi pada bekerja dan jabatan yang disandang.

Memiliki kehidupan masa tua yang bahagia dan nyaman merupakan impian bagi setiap orang, namun keadaan seperti ini hanya bisa terealisasi apabila individu merasa sehat secara, psikis, mental, sosial, merasa dibutuhkan dan dicintai, mempunyai harga diri serta dapat berpartisipasi dalam kehidupan. *Post power syndrome* ini umumnya banyak dialami oleh mereka yang baru saja memasuki masa pensiun.

Syndrom tersebut muncul bagi mereka yang tidak siap menjalani kehidupan pasca pensiun. Stres, depresi, merasa tidak berguna, serta merasa tidak dihormati dan dihargai adalah beberapa hal yang dialami oleh mereka yang mengalami *post power syndrome*. Banyak hal yang dimunculkan oleh seseorang yang memiliki gejala *post power syndrome* salah satunya adalah *self compassion*. *Self compassion* merupakan sikap perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun kekurangan dalam dirinya sendiri serta memiliki pengertian dan pemahaman bahwa penderitaan, kegagalan serta kekurangan merupakan bagian dari kehidupan manusia.³ *Self compassion* tidak menjadikan individu hanya berfokus pada penyelesaian emosi, yang menjadikannya lupa terhadap masalah yang sedang dihadapi. Dibandingkan membentuk kesenangan ataupun kepuasan diri.

Fungsi dari *self compassion* adalah sebagai strategi beradaptasi untuk mendaur emosi dengan cara menurunkan kadar emosi negatif serta meningkatkan emosi positif. *Self-compassion* memiliki tiga aspek yaitu, *self-kindness* (kebaikan pada diri sendiri), *common humanity* (memandang

³ Neff, "The Development and Validation of a Scale to Measure Self Compassion". *Self and Identity*. Vol. 2, Juli 2003, hal. 223-250.

segala sesuatu permasalahan sebagai hal yang manusiawi), mindfulness (kesadaran penuh akan segala sesuatu yang terjadi saat ini).⁴

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang apa saja self compassion yang muncul pada individu yang terkena gejala post power syndrome, lebih spesifik pada lansia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas untuk lebih memfokuskan penelitian maka rumusan masalah yang dihasilkan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana fenomena *post power syndrome* pada lansia di Panti Werdha Tresna Blitar ?
2. Apa saja *self compassion* yang nampak pada individu dengan gangguan *post power syndrome* pada Lansia di Panti Werdha Tresna Blitar

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui bagaimana fenomena *post power syndrome* pada lansia di Panti Werdha Tresna Blitar.
2. Mengetahui apa saja *self compassion* yang nampak pada individu dengan gangguan *post power syndrome* pada Lansia di Panti Werdha Tresna Blitar

D. Manfaat Penelitian

1. Toritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi referensi kajian hasanah keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi tentang aspek psikologis khususnya tentang self compassion yang muncul pada lansia yang mengalami gangguan post power syndrome.

⁴ Neff, "Self Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward One Self". Self and Identity. Vol. 2, juli 2003, hal. 85-102.

2. Praktis

A. Pembaca

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat berupa gambaran bagaimana self compassion dalam mengatasi gangguan post power syndrome sehingga gangguan post power syndrome yang timbul bisa berkurang dengan membaca penelitian ini.

B. Jurusan

Penelitian ini diharapkan memberikan mampu menambah koleksi kajian penelitian psikologi ayaupun tasawuf dan psikoterapi khususnya dengan tema cara menanggapi post power syndrome, sehingga dapat menjadi referensi bagi mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterpi dalam mengembangkan penelitian tentang mengatasi post power syndrome lebih lanjut.

C. Lembaga UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung

Penelitian ini diharapkan memberikan mafaat kepada lembaga UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar di Tulungagung guna membantu menambah wawasan mengenai mengatasi gangguan post power syndrome dapat dilakukan menggunakan metode self compassion.

E. Penegasan Istilah

1. *Post Power Syndrome*

Santoso dan Lastri menyatakan bahwa *post power syndrome* adalah keadaan yang menimbulkan gangguan fisik, psikis dan sosial, pada lanjut usia saat memasuki waktu pensiun sehingga dapat menghambat aktivitas dalam kehidupan sehari-hari.⁵ Rahmat dan suyanto juga berpendapat bahwa *post power syndrome* adalah suatu ketidaksetabilan psikis seseorang yang muncul pada dirinya setelah

⁵ Lesatari & Santoso, "Peran Serta Keluarga Dalam Menghadapi Post Power Syndrome". Nurse Media Journal of Nursing. Vol. 2, No. 1, Desember 2010, hal. 23-31.

hilangnya suatu jabatan atau kekuasaan yang dimilikinya.⁶ Gangguan ini terjadi pada orang yang merasa dirinya sudah tidak dianggap dan tidak dihormati lagi.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *post power syndrome* adalah sebuah gejala penyakit pasca kekuasaan yang dihayati dan dirasakan oleh individu pada keadaan baru, dimana mengakibatkan ketidaksetabilan psikis dan hilangnya fungsi jasmani, sehingga memunculkan pikiran tidak realistis dan tidak menerima kenyataan setelah kehilangan jabatan ataupun kekuasaan yang dimilikinya.

2. *Self Compassion*

Neff mendefinisikan self compassion sebagai sikap mengasihi diri sendiri yang mengacu pada bagaimana kita berhubungan dengan diri sendiri ketika menghadapi kegagalan, kekurangan, dan penderitaan. Germer menjelaskan bahwa self compassion sebagai salah satu bentuk dari penerimaan diri yang mengacu pada situasi atau peristiwa yang dialami seseorang dalam bentuk penerimaan secara emosional dan kognitif.⁷

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa self compassion merupakan perasaan kasih sayang terhadap diri sendiri ketika individu mengalami sebuah penderitaan, kesengsaraan dalam menghadapi sebuah masalah dengan cara tidak mengkritik diri sendiri dan tidak menghakimi diri sendiri.

F. Keaslian Penelitian

Bahan perbandingan diperlukan dalam menyusun penelitian ini. Sebagai bahan perbandingan, berikut penelitian terdahulu dengan tema post power syndrome/self compassion:

⁶ Rahmat & Suryanto, "Post-Power Syndrome dan Perubahan Perilaku Sosial Pensiunan Guru". *Psympatic Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol. 3, No. 1, Desember 2016, hal. 77-94

⁷ Germer, *The Mindfull Path to Self Compassion: Freeing Yourself From Destructive Thoughts and Emotions*, (The London: Guilford Press, 2009), hal. 37

1. Penelitian berjudul “Hubungan *Post Power Syndrome* dengan Tingkat Kecemasan Lansia pada Masa Pensiunan di Desa Klagen Gambiran, Kecamatan Maospati, Kabupaten Magetan” ditulis oleh Ria Oktavia. Penelitian ini dilakukan dengan desain penelitian kuantitatif korelasi dengan menggunakan pendekatan metode cross sectional yaitu menekankan waktu pengukuran/ observasi data dan variable independen dan dependen dalam hal ini akan melihat hubungan antara *Post Power Syndrome* dengan tingkat kecemasan lansia pada masa pensiunan di Desa Klagen Gambiran, Kecamatan Maospati, Kabupaten Magetan. Subjek berjumlah 92 orang, pengumpulan data menggunakan metode kuisisioner, pengukuran menggunakan variable bebas dan variable terikat. Adapun hasil dari penelitian ini adalah *Post Power Syndrome* pada lansia di Desa Klagen Gambiran Kecamatan Maospati Kabupaten Magetan tertinggi dalam kategori sedang yaitu sebanyak 49 responden (53,3%), lalu tingkat kecemasan lansia Desa Klagen Gambiran Kecamatan Maospati Kabupaten Magetan tertinggi kategori ringan yaitu sebanyak 58 responden (63,0%), berdasarkan hasil analisa menggunakan uji statistic spearman rank dengan program SPSS versi 16.0 menunjukkan hasil bahwa hubungan *Post Power Syndrome* Dengan Tingkat Kecemasan Lansia Pada Masa Pensiunan di Desa Klagen Gambiran, Kecamatan Maospati, Kabupaten Magetan yakni sedang.
2. Penelitian berjudul Penelitian yang berjudul “Hubungan Kebersyukuran dengan *Post Power Syndrome* pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS)” yang ditulis oleh Dhesy Nurindah Dwi Pawistri. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain penelitian kuantitatif korelasi dengan menggunakan metode pendekatan dependen variable dan independent variable dalam hal ini akan melihat hubungan antara kebersyukuran dengan *Post Power Syndrome* pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS). Subjek penelitian ini terdiri dari pria dan wanita pensiunan Pegawai Negeri Sipil baik pegawai

pemerintah maupun guru yang sudah berumur 56-85 tahun, pengukuran menggunakan metode skala yang berwujud kumpulan pertanyaan-pertanyaan yang harus diisi oleh subjek penelitian. Adapun hasil penelitian ini yakni ada hubungan negative yang sangat signifikan antara kebersyukuran dengan *post power syndrome* pada pensiunan pegawai negeri sipil. Sebaliknya semakin rendah kebersyukuran maka semakin tinggi *post power syndrome* yang dialami oleh pensiunan pegawai negeri sipil, lalu jenis kelamin laki-laki lebih rentan terkena *post power syndrome* dari pada perempuan.

3. Penelitian berjudul “Hubungan Antara *Self-Compassion* dengan Resiliensi pada Remaja dari Keluarga yang Bercerai” yang ditulis oleh Aptini Dwi Harning. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan variable tergantung dan variable bebas, subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja dari keluarga bercerai dengan rentang usia 12-21 tahun, metode analisis data pada penelitian ini yakni menggunakan analisis *statistic correlational product moment*. Adapun hasil penelitian ini yakni terdapat hubungan positif antara *self compassion* dengan resiliensi pada remaja dari keluarga yang bercerai. Semakin tinggi *self compassion* maka semakin tinggi juga tingkat resiliensi, semakin rendah *self compassion* maka semakin rendah pula tingkat resiliensi.
4. Penelitian berjudul “Pengaruh Antara *Self-Compassion* pada *Body Dissatisfaction* di Kalangan Remaja Perempuan” yang ditulis oleh Sony Laksana Adi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif kausal yang bertujuan untuk meneliti hubungan sebab-akibat antara satu variable dari variable lain, subjek penelitian ini adalah remaja perempuan yang berumur 18-22 tahun yang masih belum menikah, pengukuran penelitian ini menggunakan skala *likert* yakni skala yang digunakan untuk mengukur atribut psikologis individu atau sikap individu terhadap atribut psikologis tertentu. Adapun hasil dari penelitian ini yakni *self compassion* berpengaruh negative terhadap

body dissatisfaction pada remaja perempuan. Hasil analisis penelitian menggunakan regresi linear sederhana menunjukkan koefisien regresi $r^2 = 0.094$ dengan nilai signifikan $p = 0.000$ ($p < 0.005$). Semakin tinggi self compassion maka *body dissatisfaction* yang dialami oleh remaja perempuan semakin rendah, begitu juga sebaliknya.

5. Penelitian berjudul “Hubungan Antara *Self Compassion* dan Loneliness pada Remaja” yang ditulis oleh Aas Susanti. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi dengan menggunakan metode pendekatan variable bebas dan variable terikat, subjek penelitian ini adalah siswa siswi SMP Negeri 77 Jakarta, pengukuran penelitian ini menggunakan *de jong gierveld loneliness scale (DJGLS)* dan *self compassion scale (SCS)*. Adapaun hasil dari penelitian ini yakni terdapat hubungan yang signifikan antara self compassion dan loneliness pada remaja, semakin tinggi loneliness maka semakin tinggi pula self compassion, begitu juga sebaliknya.

Tabel Penelitian Yang Relevan

No.	Judul Penelitian	Perbedaan	persamaan
1	Hubungan <i>Post Power Syndrome</i> dengan Tingkat Kecemasan Lansia pada Masa Pensiunan di Desa Klagen Gambiran, Kecamatan Maospati, Kabupaten Magetan	a. Subjek adalah lansia pada masa pensiunan di Desa Klagen Gambiran, Kecamatan Maospati, Kabupaten b. Jenis penelitian kuantitatif korelasi	Mengkaji <i>post power syndrome</i>
2	Hubungan Kebersyukuran dengan	a. Subjek adalah pria dan wanita	Mengkaji <i>post power syndrome</i>

	<i>Post Power Syndrome</i> pada Pensiunan Pegawai Negeri Sipil (PNS)	<p>pensiunan Pegawai Negeri Sipil baik pegawai pemerintah maupun guru.</p> <p>b. Jenis penelitian menggunakan variable dependen dan variable independent</p>	
3	Hubungan Antara <i>Self-Compassion</i> dengan Resiliensi pada Remaja dari Keluarga yang Bercerai	<p>a. Subjek adalah remaja dari keluarga bercerai dengan rentang usia 12-21 tahun</p> <p>b. Metode penelitian menggunakan <i>statistic correlational product Moment</i></p>	Mengkaji <i>post power syndrome</i>
4	Pengaruh Antara <i>Self-Compassion</i> pada <i>Body Dissatisfaction</i> di Kalangan Remaja Perempuan	<p>a. Subjek adalah remaja perempuan yang berumur 18-22 tahun yang belum menikah</p> <p>b. Metode penelitian menggunakan kuantitatif kausal</p>	Mengkaji <i>post power syndrome</i>
5	Hubungan Antara <i>Self-Compassion</i> dan	a. Subjek adalah siswa siswi SMP	Mengkaji <i>post power syndrome</i>

	Loneliness pada Remaja	Negeri 77 Jakarta. b. Metode pendekatan menggunakan variable bebas dan variable terikat	
--	------------------------	--	--

G. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan penyelesaian penelitian, maka penulis menyusun sistematika penulisan sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan. Bab ini berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penegasan istilah, keaslian penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Landasan Teori. Bab ini berisikan teori tentang post power syndrome, self compassion, dan fenomenologi yang diambil dari kutipan buku yang berkaitan dengan penyusunan laporan skripsi serta berupa literature review yang berhubungan dengan penelitian.

Bab III Metode Penelitian. Bab ini berisikan tentang jenis penelitian, lokasi penelitian, kehadiran peneliti, sumber data, teknik pengumpulan data, serta teknik analisi data yang digunakan dalam penelitian.

Bab IV Hasil Penelitian. Bab ini berisikan tentang hasil penemuan peneliti berupa laporan deskripsi dan penafsiran peneliti dan bukti transkrip.

Bab V Pembahasan. Bab ini berisikan tentang telaah logis, kritis atau interpretasi terhadap penelitian.

Bab VI Penutupan Bab ini berisikan pernyataan yang singkat dan padat berupa kesimpulan dan saran yang ditulis berdasarkan pertimbangan peneliti yang ditujukan kepada lembaga, Panthi Werdha Trisna Blitar Cabang Tulungagung dan pihak-pihak yang dirasa memerlukan.