

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah di uraikan pada pembahasan bab sebelumnya mengenai dampak sholawat terhadap kesehatan mental remaja pada usia 13-17 tahun di desa Buntet Kecamatan Astanajapura Kabupaten Cirebon, dapat disimpulkan bahwa:

1. Penyebab gangguan mental remaja di Desa Buntet berasal dari factor internal dan factor eksternal. Factor internal nya ialah sifat yang dimiliki remaja, seperti rasa malu yang tinggi sehingga menimbulkan tekanan dalam diri remaja. Kemudian factor eksternal nya ialah berasal dari lingkungan. Seperti lingkungan keluarga, sekolah, dan lain sebagainya. Dengan terjadinya pandemic Covid-19, menambah tekanan yang dirasakan oleh remaja di Desa Buntet.
2. Beberapa remaja di desa Buntet melakukan beberapa cara untuk mengatasi gangguan kesehatan mental dirinya. Salah satunya dengan mendengarkan dan melantunkan sholawat.
3. Dengan mendengarkan sholawat, remaja di Desa Buntet merasakan dampak yang begitu besar pada diri mereka. Dampaknya yaitu hati menjadi lebih tenang, pikiran terang, menumbuhkan rasa percaya diri yang sempat hilang, dan keimanan yang semakin meningkat.

B. Saran

1. Untuk remaja, saran dari penulis untuk para remaja juga untuk diri sendiri ialah tetap istiqomah dalam mendengarkan juga melantunkan sholawat, baik sholawat dengan musik maupun sholawat tanpa musik. Karena sejatinya Allah SWT memerintahkan seluruh makhluk di muka bumi maupun alam semesta untuk bersholawat kepada Nabi Besar kita Nabi Muhammad Saw. Selain itu,

rasa cinta kepada Rasulullah SAW juga harus ada dengan senantiasa bersholawat kepada beliau.

2. Untuk peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini tentunya masih jauh dari kata sempurna namun hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan penelitian selanjutnya dan penulis mengharapkan peneliti selanjutnya dapat meningkatkan kualitas penelitian dan mengembangkan pembahasan dalam penelitian ini.

