

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian dengan judul Manfaat Dzikir Asmaul Husna *ya Rahman ya Rahim* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Lansia Di Desa Mertapada Wetan serta berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran dari tingkat kecemasan yang dialami lansia di Desa Mertapada Wetan, dari hasil penelitian bahwasannya tingkat kecemasan pada lansia terjadi dengan tingkat kecemasan ringan, sedang, berat, dan panik. Tetapi yang terdapat dari hasil penelitian lansia di Desa Mertapada Wetan mengalami tingkat kecemasan ringan dan sedang, dengan hal ini lansia hanya mengalami gangguan tingkat kecemasan yang terjadi karena pikiran dan tindakan yang harus benar-benar dilakukan dan terjadi, tingkat kecemasan ini hanya berdampak sedikit bagi kehidupan sehari hari. Tingkat kecemasan ini tidak terjadi peningkatan kecemasan berlebih yang mengakibatkan stress dan mengalami gangguan mental.
2. Faktor penyebab munculnya kecemasan pada lansia di Desa Mertapada Wetan, Usia lanjut merupakan orang yang berusia 60 tahun keatas, dimasa ini banyak faktor yang mempengaruhi dalam masa perkembangannya, seperti faktor fisik dari mulai penglihatan, pendengaran, hingga kesehatan tubuhnya. faktor psikologis juga menurun, seperti mudah marah, pelupa, faktor tersebut muncul ketika manusia sudah memasuki usia lanjut.
3. Manfaat membaca dzikir asmaul husna *ya Rahman ya Rahim* pada lansia di Desa Mertapada Wetan dalam menurunkan tingkat kecemasan sangat memberikan manfaat yang baik bagi lansia yang ada di Desa Mertapada

Wetan, karena mampu mengurangi kecemasan dan memberikan kelancaran rezeki, ketenangan hati dan pikiran, adapun faktor yang mempengaruhi munculnya tingkat kecemasan karena faktor lingkungan keluarga yang kurang mendukung, karena faktor lingkungan masyarakat yang tidak mendukung, dan juga karena faktor ekonomi yang kurang mencukupi.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa Skripsi di ini banyak sekali kesalahan dan jauh dari kata sempurna. Peneliti akan memperbaiki Skripsi tersebut dengan berpedoman pada banyak sumber yang dapat dipertanggung jawabkan. Maka dari itu peneliti mengharapkan kritik dan saran mengenai pembahasan Skripsi dalam kesimpulan diatas.

1. Bagi akademik, semoga Skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi penambah literatur dalam hal pembelajaran dalam jurusan Bimbingan Konseling Islam ini.
2. Untuk peneliti selanjutnya semoga Skripsi ini bisa dijadikan bahan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya.

