

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dipaparkan maka kesimpulan tentang terapi Dikru untuk menurunkan kecemasan mental pada lansia di Yayasan Nurul Jannah Werdha Panti Desa Sei Buluh Kecamatan Teluk Mengkudu Kabupaten Serdang Bedagai dapat dilakukan sebagai berikut.

- a) Proses terapi dzikir untuk menurunkan kecemasan pada lansia di Panti Asuhan Nurul Gianna Velda Desa Seiburu Kecamatan Teluk Mengkudu Provinsi Serdang Provinsi Serdang menunjukkan bahwa kondisi lansia dengan latar belakang yang berbeda menimbulkan kecemasan dan ditangani secara tepat. Lain halnya bila mental dan emosional Anda terganggu sebelum menerimanya. Terapi dicle untuk lansia. Oleh karena itu, proses terapi memori sebaiknya dilakukan pada lansia. Proses memory therapy dilakukan tanpa batasan waktu, namun proses memory therapy dilakukan oleh lansia dengan bacaan seperti: Tasbih, Tahmid, Takbir, Tahlil, Istigfar dan Sholawat.
- b) Hasil proses terapi Dikru dimaksudkan untuk memperkokoh ketakwaan dan keimanan seseorang kepada Tuhan dengan mengembangkan rasa percaya akan perlindungan, kenyamanan dan ketenangan jiwa dari Tuhan. Kegiatan memory therapy di Panti Asuhan Nurul Jannah Werdha tetap dilaksanakan sebagai rutinitas sehari-hari bagi para lansia untuk membantu mereka menghilangkan kecemasan dan ketergantungan kepada orang lain. Terapi ini bekerja dengan sangat baik sehingga dapat mengobati banyak masalah pada lansia. Konsekuensi dari terapi dzikir yang membawa ketentraman hati pada lansia adalah kesabaran, kenyamanan di panti asuhan, kenyamanan di panti asuhan, dan keinginan mati di Husnur Hotima.h

B. SARAN

Dapat disimpulkan dari hasil pembahasan tentang terapi zikir dalam mengurangi kecemasan jiwa di Yayasan Panti Nurul Jannah Werdha di Desa Sei Buluh Kecamatan Teluk Mengkudu. Berikut beberapa saran yang direkomendasikan:

1. Disarankan kepada lansia untuk selalu melakukan proses zikir untuk mengurangi kecemasan jiwa dan lebih membiasakan diri dengan menyibukkan diri menumbuhkan rasa keyakinan, ketenangan dan ketentraman jiwa.
2. Setelah melakukan terapi proses zikir disarankan untuk lansia agar selalu menjaga kesehatan jiwa dengan terapi zikir agar tidak terjadi kecemasan pada jiwa demi keberlangsungan hidup yang baik.

