

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa :

1. Faktor penghambat dan penyebab klien menjadi depresi, yaitu hilangnya konsentrasi dalam pengucapan ayat-ayat al-qur'an dan perubahan pola pikir yang buruk dan hilangnya rasa keyakinan pada diri klien yang dapat menyebabkan dirinya stress yang berat. Sementara faktor eksternal yang dialami klien adalah dengan adanya tekanan untuk selalu hidup sempurna, dorongan-dorongan dari status sosial, serta hubungan dalam lingkungan sosialnya.
2. Proses terapi tawakkal yang dilakukan oleh terapis adalah untuk meningkatkan semangat hidup dan motivasi hidup bagi klien yang mengalami depresi di Kecamatan Perbaungan dengan menggunakan langkah-langkah atau melalui tahapan. Selama proses terapi berlangsung, Terapis menggunakan tahapan sebagai berikut : Identifikasi, diagnosis, Prognosis. Dimana diagnosis dan Prognosis ini digunakan terapis untuk mengetahui dan menetapkan jenis bantuan atau jenis terapi apa yang dilakukan dalam proses terapi tawakkal yang ditunjukkan kepada klien yang mengalami depresi. Dan terapi apa yang ditujukan untuk membantu atau mengurangi masalah yang dihadapi oleh klien. Setelah kedua tahapan tersebut dilakukan, selanjutnya tahap yang paling penting dalam menggali masalah-masalah sebelumnya yaitu tahap treatment, tahap ini adalah tahap proses dimana konselor membantu klien untuk memecahkan masalah dengan mengubah pola hidup, mengubah pikiran dan tingkah laku dengan melalui terapi tawakkal yang dilakukan konselor kepada klien. Terapi ini juga membantu klien untuk menyadarkan klien bahwaanya berserah diri itu membuat hati lebih tenang dan menyadarkan klien dalam membentuk fondasi tawakkal dengan cara mengenal Rabb dan sifat-sifat-Nya.
3. Hasil dari terapi tawakkal ini dapat meningkatkan semangat hidup klien. Bisa dikatakan berhasil meskipun tidak 100%. Hal ini dapat dilihat dan diketahui bahwa ada perubahan dalam diri klien meskipun perubahannya hanya sedikit. Berdasarkan hasil pengamatan secara langsung serta wawancara yang dilakukan dengan klien bahwa proses terapi yang dilakukan cukup berhasil meskipun tidak 100%. Perubahan yang paling terlihat pada klien saat ini, klien lebih menerima keadaan hidup dirinya saat ini dengan ditunjukkan tidak lagi sering mengeluh dan merasa bahwa tuhan tidak sayang padanya. Klien juga tidak lagi : 61 merasa emosi, lebih bisa bersyukur, semangatnya

lagi untuk kontrol dan lebih merasa tenang dalam menjalankan aktifitas dalam kehidupannya mulai membaik dengan tidak berfikir apa yang dia lakukan itu sia-sia dan dia bisa lebih menerima keadaan yang sebenarnya.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang diperoleh, maka penulis dapat mengemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Terapis H. Jaki Maulana terkait dengan pengobatan Terapi Tawakkal pada klien yang mengalami depresi akibat keguguran, serta dapat menambah ilmu pengetahuan dengan banyak membaca bukusehingga dalam melakukan proses terapi tawakkal mendapatkan hasil yang lebih baik dan sangat memuaskan.
2. Klien yang mengalami depresi akibat keguguran, dan pentingnya terapi tawakkal dalam hal terapis yang ternyata bisa menyembuhkan depresi akibat keguguran. Supaya klien membiasakan diri untuk selalu berikhtiar dan mengenal Rabb dan sifat-sfat Allah dalam kehidupannya. Agar kehidupannya bisa lebih baik lagi dan bisa merubah pikiran yang negative menjadi positif sehingga dapat memiliki semangat hidup yang baik dan menjadikan hidupnya lebih bermakna daripada kehidupan sebelumnya
3. Dapat menjadikan bahan referensi bagi seorang ahli kesehatan Serdang Bedagai dalam hal pengobatan Terapi Tawakkal yang ternyata dapat menyembuhkan depresi akibat keguguran
4. Dapat menjadikan informasi bagi masyarakat khususnya para Ibu rumah tangga tentang pentingnya menjaga kehamilan agar tidak terjadi keguguran