

BAB VII PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai “Pengaruh Terapi Resitasi Al-Qur’an Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia di Posyandu Dusun Gambiran Desa Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang” , maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

7.1.1 Sebelum diberikan terapi resitasi Al-Qur’an terdapat 15 responden (75%) yang mengalami tingkat kecemasan berat dan 5 responden (25%) yang mengalami tingkat kecemasan sedang pada kelompok kasus. Setelah diberikan terapi resitasi Al-Qur’an, maka terjadi penurunan jumlah responden yang mengalami tingkat kecemasan menjadi hanya 1 responden (5%) yang mengalami tingkat kecemasan berat dan 1 responden (5%) yang mengalami tingkat kecemasan sedang. Sehingga diketahui bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan lansia sebesar 90% setelah diberikan terapi resitasi Al-Qur’an pada kelompok kasus.

7.1.2 Sebelum diberikan terapi mendengarkan lagu “*tombo ati*” terdapat 20 responden (90,9%) yang mengalami tingkat kecemasan berat dan 2 responden (9,1%) yang mengalami tingkat kecemasan sedang pada kelompok kontrol. Setelah diberikan terapi mendengarkan lagu “*tombo ati*”, maka tidak terjadi perubahan tingkat kecemasan pada kelompok kontrol yaitu tetap 20 responden (90,9%) mengalami tingkat kecemasan berat dan 2 responden (9,1%) mengalami tingkat kecemasan sedang.

Sehingga diketahui bahwa tidak terjadi perubahan tingkat kecemasan lansia pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi resitasi Al-Qur'an tetapi hanya diberikan terapi mendengarkan lagu *tombo ati*.

7.1.3 Terdapat perbedaan signifikan tingkat kecemasan lansia pada kelompok kasus dan kontrol setelah diberikan terapi. Penerapan terapi resitasi Al-Qur'an lebih efektif dibandingkan dengan terapi mendengarkan lagu *tombo ati*. Hal ini dibuktikan dengan uji statistik *Mann Whitney* sebesar $0,000 < \alpha$, sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh terapi resitasi Al-Qur'an terhadap penurunan tingkat kecemasan lansia di Posyandu Dusun Gambiran Desa Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.

7.2 Saran

7.2.1 Penelitian ini tidak representative untuk menggambarkan populasi lansia secara keseluruhan di Dusun Gambiran Desa Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang. Agar keterwakilan itu mencerminkan populasi lansia di desa penelitian, bila jumlah populasinya kurang dari 100 sebaiknya dilakukan dengan *total sampling* (seluruh lansia diambil) kecuali yang memang menderita sakit yang menjadi penghalang dalam mendengarkan terapi yang akan dilakukan seperti tertulis dalam kriteria eksklusi dan tidak hanya terbatas kepada muslim dan jama'ah sholat subuh di masjid.

7.2.2 Disarankan bagi responden yang telah terjangkau dalam penelitian ini untuk seterusnya diberikan pendampingan untuk kelanjutan atau keberlangsungan resitasi Al-Qur'an sebagai salah alternative yang telah bermakna untuk menurunkan atau menghilangkan kecemasan.