BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil hitung dari penelitian menunjukkan bahwa terapi relaksasi dzikir efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien skizofrenia. Hal ini dibuktikan dari hasil hitung uji beda nilai *pre test* dan *post test* dengan menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai asymp. Sig (2-tiled) sebesar 0,003 karena nilai asymp. Sig (2-tailed) < 0,005 atau 0,003 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang siignifikan pada pengisian kuesioner kecemasan pada saat *pre test* dan *post tets* kelompok eksperimen. Untuk mengetahui tingkat efektivitas terapi relaksasi dzikir dalam menurunkan kecemasan pada pasien skizifrenia, peneliti melakukan hitungan dengan sumbangan efektif regresi linier dan didapatkan nilai *R Squer* sebesar 0,864 atau 86,4%. Dari angka 86,4% dapat ditarik kesimpulan bahwa besarnya tingkat efektivitas terapi relaksasi dzikir dalam menurunkan kecemasan pada pasien skizofrnia sebesar 86,4%, sedangkan 13,6% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Berdasarkan hasil hitung tersebut maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa dalam penelitian ini H_a diterima. Artinya terapi relaksasi dzikir efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien skizofrenia di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras di Kediri.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari pembahasan tentang hasil penelitian ini, maka dapat dikemukakan beberapa saran atau masukan yang membangun bagi semua pihak yang berkaitan:

1. Bagi instansi yang terkait
   a. Memfasilitasi pendamping psikolog untuk menghadapi permasalahn-permasalahan psikologis yang sering terjadi di lingkungan panti.
   b. Memfasilitasi kegiatan spiritual yang lebih intensif sebagai metode treatment.
2. Bagi peneliti selanjutnya
   a. Memberikan pendekatan spiritual dengan metode lain yang belum pernah dilakukan sebelumnya. Guna memberikan siraman rohani bagi pasien skizofrenia.
   b. Mengembangkan pada aspek psikologi lainnya seperti coping stress, makna hidup dan motivasi untuk sembuh.
   c. Disarankan untuk memperhatikan hal-hal diluar penelitian yang dapat mengurangi tingkat efektivitas terapi relaksasi dzikir dalam menurunkan keemasan pada psien skizofrenia. Hal tersebut dilakukan, agar hasil penelitian lebih maksimal dan dapat dignakan sebagai generalisasi terkait efektivitas terapi relaksasi dzikir dalam menurunkan kecemasan pada pasien skizofrenia.

d. Hendaknya penelitian ini dapat dijadikan kontribusi dan referensi dalam penelitian yang sejenis, khususnya tentang pengaruh relaksasi dzikir dalam menurunkan kecemasan pasien skizofrenia.