

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin terhadap depresi pada lansia diatas dapat disimpulkan:

1. Terdapat pengaruh membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin terhadap penurunan tingkat depresi pada lansia di PSTW unit Abiyoso Pakem Yogyakarta dengan nilai signifikansi 0,00 ($p < 0,05$).
2. Tingkat depresi pada lansia di PSTW unit Abiyoso Pakem Yogyakarta sebelum dilakukan intervensi membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin sebagian besar adalah depresi ringan yaitu 7 responden (63,64%).
3. Tingkat depresi pada lansia setelah dilakukan intervensi membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin adalah semua responden yang berjumlah 11 responden (100%) tidak ada depresi (normal).
4. Skor rata-rata depresi pada lansia di PSTW unit Abiyoso Pakem Yogyakarta sebelum dilakukan intervensi adalah 7,81 dan sesudah dilakukan intervensi menjadi 2,54 dengan signifikansi 0,00 ($p < 0,05$) yang artinya terjadi penurunan skor depresi.

B. Saran

1. Untuk Profesi Keperawatan

- a. Memberikan terapi yang mudah, murah dan aman kepada penderita depresi yaitu membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin.
- b. Diharapkan untuk praktisi keperawatan agar dapat menerapkan teknik distraksi dengan relaksasi membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin pada lansia. Membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin dapat dijadikan pilihan saat pelaksanaan intervensi keperawatan dalam mengatasi depresi pada lansia khususnya untuk yang Muslim.
- c. Diharapkan agar lebih mengenal, mempelajari dan melakukan penelitian berkaitan dengan spiritual dan keagamaan

2. Pihak Pengelola PSTW:

- a. Diharapkan pihak PSTW dapat lebih memperhatikan masalah psikologis dan spiritual pada lansia disamping masalah fisiknya
- b. Diharapkan membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin dijadikan Program rutin per pekan guna mengatasi masalah depresi pada lansia dan meningkatkan kualitas pelayanan dalam upaya promotif dan preventif kepada lansia mengenai pentingnya belajar Al-Qur'an.
- c. Berkolaborasi dengan institusi kesehatan dan dinas sosial untuk memperkenalkan manfaat membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin ini secara luas di masyarakat, sehingga masyarakat dapat menjadikan Al-Qur'an ini sebagai terapi hati dan jiwa agar semakin menambah

keimanan masyarakat akan kebenaran Al-Qur'an sebagai obat dan Rahmat bagi orang yang beriman.

3. Untuk Peneliti Lain:

- a. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi ujung tombak peneliti tentang membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin, dan peneliti lain bisa menggali lebih dalam lagi mengenai pengaruh membaca Al-Qur'an dengan metode Tahsin terhadap gangguan jiwa yang lain misalnya Demensia, Prilaku Kekerasan dan lain-lain, bisa juga pengaruhnya terhadap penyakit-penyakit fisik.
- b. Diharapkan peneliti selanjutnya menggunakan kelompok kontrol