

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini mengenai “Psikoterapi Religius Dzikir Untuk Menurunkan Stres Pada Penderita Kanker Payudara (Studi Kasus Di Rumah Sakit Islam Sunan Kudus)” yang dilakukan peneliti, dapat di ambil kesimpulan beberapa hal sebagai berikut:

1. Pelaksanaan terapi religius di RSI Sunan Kudus menggunakan cara metode langsung *face to face* (bertatap muka langsung dengan pasien) sehingga komunikasi dengan pasien lebih efektif. Dalam setiap pelaksanaan terapi ke pasien terapis melakukan bimbingan berdzikir, membaca Al-Qur'an, selalu mengingatkan untuk sholat dan senantiasa berikhtiar dan berdo'a kepada Allah SWT, serta memotivasi pasien dan keluarga pasien. Hal ini terapis lakukan untuk menenangkan pasien dan keluarga pasien agar selalu mengingatkan pasien beserta keluarga untuk senantiasa mengingat Allah SWT.
2. Pasien penderita kanker payudara di RSI Sunan Kudus sebelum mendapat terapi religius rata-rata mengalami stres ketika pertama kali mengetahui penyakitnya. Hal tersebut ditandai dengan rasa gelisah, stres, *shock*, mengigil (gemetar), cemas, takut, susah tidur dan susah makan. Kondisi pasien penderita penyakit kanker payudara sesudah mendapat terapi religius dzikir yaitu keadaan pasien jauh lebih tenang, tidak merasa putus asa, dan tentunya lebih bersemangat dalam menjalani proses kesembuhannya.

Proses terapi dzikir tidak hanya pada penderita penyakit kanker payudara saja melainkan semua pasien di RSI Sunan Kudus. Terapis memberikan penguatan kepada pasien melalui psikologis, dengan menyakinkan pasien akan sembuh serta dianjurkan untuk berikhtiar dan berdo'a. Pasien dibimbing mengucapkan *استغفر الله العظيم* dan dilanjutkan dengan membaca *ياالله ياالشفاء* dengan meresapi

maknanya sebanyak 3x. Kemudian terapis memberikan do'a kepada pasien.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat penulis sampaikan untuk dapat dijadikan bahan pendapat penelitian selanjutnya antara lain yaitu:

1. Terapis diharapkan dapat membantu pasien dalam mengatasi gangguan mental dan memberi motivasi yang dapat membangun kekuatan pasien dalam hal psikologis, terutama dalam hal pengurangan stres yang dialami pasien penderita penyakit kanker payudara.
2. Hendaknya pihak rumah sakit meningkatkan dan mengembangkan mutu pelayanan kesehatan tentang psikoterapi religius dzikir untuk menurunkan stres pada penderita penyakit kanker payudara.
3. Untuk RSI Sunan Kudus, pada pelaksanaan terapi dzikir terhadap pasien kanker payudara diperlukan adanya bimbingan yang penuh dari terapis, sarana dan prasarana yang mencukupi, dibutuhkan orang yang benar-benar ahli, sabar dan telaten agar proses terapi dzikir lebih efektif dan efisien.
4. Bagi para pembaca agar mampu menambah wawasan keilmuan terkait psikoterapi religius dzikir untuk menurunkan stres pada penderita penyakit kanker payudara.