

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Di zaman modern seperti sekarang setiap individu selalu dihadapkan dengan masalah, dan masalah tersebut tidak memandang usia, pangkat maupun jabatan. Tapi pada kenyataannya sebagai manusia, seorang muslim kadang kala dihadapi oleh kelalaian. Sehingga membuatnya tergelincir dari kebenaran, atau terjerumus dalam sebuah kesalahan yang tidak pantas dilakukan oleh seorang muslim yang beriman yang taat dan patuh terhadap Allah Swt. Apabila itu terjadi ia segera menyadari kesalahan dan bertobat dengan penuh penyesalan. Allah Swt berfirman dalam Q.S Al Mujaadilah 58 ayat 19.

أَسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَاهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ ۗ أُولَٰئِكَ حِزْبُ  
الشَّيْطَانِ ۗ أَلَا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴿١٩﴾

*Setan telah menguasai mereka lalu menjadikan mereka lupa mengingat Allah, maka itulah golongan setan. Ketahuilah bahwa golongan setan itulah golongan yang merugi. (Q.S Al Mujaadilah 58 ayat 19).<sup>1</sup>*

Dari ayat diatas memberikan gambaran kepada kita, bahwa mengingat Allah lebih penting karena kita diberikan kenikmatan yang sungguh luar biasa atas pemberiannya, maka dari itu kita harus

---

<sup>1</sup>Abu Sangkan, *Berguru Kepada Allah*, (Jakarta: Yayasan Bukit Thursina, 2002), p.193.

mendekatkan diri kepadanya supaya menjadikan pribadi yang lebih baik di dunia kelak maupun di akhirat.

Terapi zikir bagi warga binaan yang ada di Rutan Klas II B Serang, merupakan salah satu bagian dari pembinaan yang ada di Rutan Klas II B Serang. Yang bertujuan untuk membantu warga binaan yang sedang mengalami permasalahan yang sudah dilakukan dan harus dipertanggung jawabkan atas perbuatannya. Rutan merupakan suatu tempat pembinaan warga binaan yang melakukan kesalahan, seseorang yang masuk ke dalam penjara akan jauh dari sanak saudara yang membuat warga binaan merasa jenuh, patah semangat bahkan sampai warga binaan merasa cemas dan stres. Karena pada dasarnya warga binaan mengalami berbagai dinamika psikologis yang ia terima. Maka dari itu agar warga binaan tidak mengalami berbagai dinamika psikologis, ketika menjalani masa hukumannya di Rutan, terutama agar warga binaan tidak dapat mengulangi perbuatannya kembali.<sup>2</sup>

Karena menurut peneliti ada salah satu mantan warga binaan yang memiliki perubahan baik sifat maupun perilakunya ketika warga binaan keluar. Keluarnya dari penjara tidak mendapatkan hasil dari pembinaan yang diberikan oleh petugas-petugas Rutan. Bahkan setelah ia bebas dari penjara semakin memberontak di tengah masyarakat. Dikarenakan warga binaan dalam menajalani masa hukumannya mengalami berbagai permasalahan dalam psikologisnya.

---

<sup>2</sup>Wawancara dengan Bapak Khapi, sebagai Kepala Subsi Pelayanan Rutan Klas II B Serang, diwawancarai oleh Indah, Selasa, 28 Februari 2017, Pukul 10:34 WIB.

Salah satu warga binaan Rutan Klas II B Serang yang mengalami kecemasan yaitu IA mengatakan bahwa kasus yang menjerat dirinya dan keluarganya merasa malu dengan alasan perbuatan sebagai mana mestinya terjadi dan tidak terduga akan kejadian tersebut. Hal ini dibuktikan dengan pengakuannya bahwa ia begitu kaget saat bertemu dengan peneliti yang di sangka akan memperpanjang masa hukumannya.<sup>3</sup>

Lain halnya dengan DK pria yang sudah mendekam 3 bulan di penjara ini mengaku perbuatan yang dilakukannya itu adalah salah, oleh karena itu ia ikhlas dan sabar dalam menjalani masa hukuman. Namun di sisi lain, ia merasa cemas sebab ia banyak merugikan beberapa pihak seperti halnya keluarga dan masyarakat. Dengan kondisi orang tua dan keluarganya DK tidak bisa lagi membahagiakan sementara masa hukumannya masih lama.<sup>4</sup>

Begitupun dengan warga binaan yang bernama AS asal Cilegon, juga mengalami kecemasan yang sama dengan IA dan DK. Orang tua yang dicintainya sering sakit-sakitan apalagi orang tua satu-satunya memikirkan AS masuk penjara. Hal ini membuat AS merasa bersalah dan menjadi beban bagi dirinya karena perbuatannya tersebut, orang yang dicintainya ditinggalkan begitu saja dan harus menjalankan hukumannya selama 3 tahun, selama di penjara jauh dari keluarga dan orang tuanya.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup>Wawancara dengan IA, salah satu Warga Binaan Wanita Rutan Klas II B Serang, diwawancarai oleh Indah, Kamis, 26 Januari 2017, Pukul 09:45 WIB.

<sup>4</sup>Wawancara dengan DK, salahsatu Warga Binaan Rutan Klas II B Serang, diwawancarai oleh Indah, Sabtu, 28 Januari 2017, Pukul 14:25 WIB.

<sup>5</sup>Wawancara dengan AS, salah satu Warga Binaan Rutan Klas II B Serang, diwawancarai oleh Indah, Senin, 30 Januari 2017, Pukul 10:25 WIB.

Jadi terlihat jelas bahwa warga binaan mengalami kegoncangan jiwa diantaranya merasa cemas dan takut. Agar kondisi ini tidak berdampak negatif bagi warga binaan maka diperlukan berbagai upaya baik dari warga binaan maupun pembinaan yang diberikan oleh petugas Rutan. Hal ini dilakukan agar warga binaan terhindar dari kondisi psikologis yang negatif dan dapat menjalankan setiap harinya di dalam Rutan dengan baik.

Salah satu yang dilakukan oleh pihak Rutan dengan memberikan bimbingan kepada warga binaan seperti halnya bimbingan rohani, diantaranya mengikuti pengajian bersama dan zikir bersama yang diterapkan oleh pihak Rutan tersebut, agar warga binaan bertaubat, karena bagaimanapun bimbingan ini dapat membantu warga binaan yang sedang mengalami permasalahan, baik permasalahan psikologis ataupun masalah lainnya. Sehingga warga binaan timbul atas kesadaran yang selama ini yang sudah dilakukan.

Proses tujuan dari bimbingan agama tersebut untuk mengembalikan manusia kepada potensi dasarnya yaitu manusia yang *fitrah*, berarti kembali kesucian dan kebenaran, dengan kembalinya manusia kepada *fitrah* ini, manusia tersebut akan mendapatkan kembali keceriaan dalam hidupnya, kegembiraan dan kebahagiaan, baik kebahagiaan di dunia maupun kebahagiaan diakhirat kelak nanti.

Dalam hal ini pihak Rutan Klas II B Serang mengupayakan semaksimal mungkin membantu warga binaan untuk tidak mengulangi perbuatannya, dengan cara mendekatkan diri kepada

Allah Swt, salah satunya dengan cara kegiatan pengajian rutin dan zikir bersama.

Penghukuman sudah ada seiring dengan eksistensi manusia. Manusia telah menciptakan aturan atau norma-norma yang harus dipatuhi dan menetapkan perilaku-perilaku yang akan dikategorikan sebagai perilaku yang melanggar norma atau aturan tersebut. Penciptaan aturan adalah sebagai upaya untuk membangun kehidupan bersama yang tertib sebagaimana yang diharapkan oleh masyarakat itu sendiri.<sup>6</sup>

Pembinaan warga binaan ini di Indonesia diterapkan dengan sistem yang dinamakan sistem pemasyarakatan, sistem pemasyarakatan telah dicetuskan dan diaplikasikan sejak tahun 1964, namun pengaturan mengenai sistem tersebut secara sistematis dalam bentuk undang-undang dan perangkat aturan pendukungnya baru dapat diwujudkan pada tahun 1995, melalui Undang-Undang Nomor 12 Tahun 1995 tentang Pemasyarakatan. Bahwa pada hakikatnya warga binaan pemasyarakatan sebagai insan dan sumber daya manusia harus diperlakukan dengan baik dan manusiawi dalam satu sistem pembinaan yang terpadu.<sup>7</sup>

Sedangkan kenyataan yang ada didalam masyarakat seseorang warga binaan sekali saja dia dipidana karena melakukan tindak pidana tertentu, lalu ia dimasukkan kerumah tahanan untuk beberapa waktu yang telah ditentukan oleh undang-undang. Maka yang terjadi dimasyarakat akan selalu dicap sebagai seorang

---

<sup>6</sup>Andi Wijaya, *Pemasyarakatan dalam Dinamika Hukum dan Sosial*, (Jakarta: Lembaga Kajian Pemasyarakatan, 2011), p.1.

<sup>7</sup>Himpunan Peraturan Tentang Pemasyarakatan, *Direktorat Jendral Pemasyarakatan Kementerian Hukum dan HAM RI*, (2014), p.1.

penjahat, dalam sistem penerimaan tenaga kerja misalnya, sudah lazim dijadikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh pekerjaan, tidak pernah melakukan suatu tindak pidana, sehingga bebas dari suatu lembaga pemasyarakatan dengan kepribadian yang baik, begitu juga memperoleh keterampilan di bidang pekerjaan tertentu, namun kondisi sosiologis dimasyarakat yang demikian, juga akan membuat warga binaan mau tidak mau akan mengulangi lagi kejahatannya, karena faktanya tidak akan mendapatkan penerimaan yang layak dari masyarakat.

Sistem pemasyarakatan diselenggarakan dalam rangka membentuk warga binaan pemasyarakatan agar menjadi manusia seutuhnya, menyadari kesalahan, memperbaiki diri, dan tidak mengulangi tindak pidana sehingga dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat, dapat aktif berperan dalam pembangunan, dan dapat hidup secara wajar sebagai warga yang baik dan bertanggung jawab.<sup>8</sup>

Kecemasan sebenarnya respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila seandainya datang tanpa ada penyebabnya yaitu bila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan. Dalam bentuknya yang ekstrem, kecemasan dapat mengganggu fungsi aktivitas sehari-hari. Karena kecemasan yang dialami oleh warga binaan merupakan suatu ancaman pada jiwa atau psikisnya seperti kehilangan makna hidup dan memiliki masa depan yang suram sehingga warga binaan yang mengalami

---

<sup>8</sup>Himpunan Peraturan Tentang Pemasyarakatan, *Direktorat Jendral Pemasyarakatan Kementerian Hukum dan HAM RI*, (2014), p.2.

tingkat kecemasannya tinggi akan mengalami kecemasan pada masa depannya yaitu kecemasan menjelang bebas dari Rumah Tahanan agar dapat diterima oleh keluarga dan masyarakat.<sup>9</sup>

Zikir sesungguhnya merupakan suatu disiplin batin yang akan membentuk suatu keadaan dimana pola pikir mengarah pada titik tertentu. Pola dasar zikir adalah mencapai keseimbangan di dalam hidup. Zikir mengarahkan orang untuk apa yang direnungkan. Tidaklah berlebihan jika zikir itu perenungan yang khuyu tentang makna kehidupan yang mendalam, mendengarkan suara illahi dengan jiwa, merupakan cara yang umum yang dijalankan dan dinilai tinggi di antara jalan rohani dalam pencarian akan ilham, kekuatan dan ketenangan religius.<sup>10</sup>

Dalam agama Islam bacaan-bacaan zikir (mengingat Allah) dengan mengulang-ulang bacaan tertentu, misalnya : “*Laa Illa Ha Illallah*” yang artinya tiada Tuhan selain Allah. Bisa juga dengan menyebut nama Allah berulang-ulang, misalnya: *Ya Rahman, Ya Rohim*, (Wahai Yang Maha Pengasih, Wahai Yang Maha Penyayang). Zikir berarti mengingat, menyebut, mengucapkan, mengagungkan dan mensucikan Allah dengan mengulang-ulang salah satu namanya atau kalimat keagungan. Zikir terletak pada upaya pengkonsentrasian pikiran pada objek tertentu, upaya melepaskan diri dari segala sesuatu yang mengganggu pikiran.<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup>Jeffrey S Nevid, *Psikologi Abnormal*, Tim Fakultas Psikologi UI (Jakarta: Erlangga, 2005), p.163.

<sup>10</sup>Sudirman Tebba, *Meditasi Sufistik* (Banten: Pustaka Irvan, 2007), p.79.

<sup>11</sup>Malia Hasanah, *Ringkasan Pendidikan Agama Islam Lengkap*, (Yogyakarta: Pustaka Widiyatama, 2013), p.99.

Dari penjelasan teori di atas, terapi zikir dapat digunakan sebagai intervensi terhadap gangguan kecemasan yang dialami oleh warga binaan. Oleh karena itu seseorang berusaha untuk memperoleh ketenangan dalam jiwa melalui zikir. Namun apakah zikir dapat berpengaruh dan berfungsi secara efektif apabila diberikan di lingkungan penjara yang kondisinya serba terbatas dan keadaan setiap individunya merasa tertekan setiap harinya.<sup>12</sup>

Dalam hal ini zikir yang diterapkan di Rutan Klas II B Serang yang dilaksanakan setiap hari Kamis, zikir itu dipimpin oleh salah satu warga binaan yang melakukan kesalahan atau melanggar hukum, dimana warga binaan itu memimpin zikir bersama warga binaan lainnya, yang bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt dan menebus kesalahan-kesalahan yang sudah terjadi yang dilakukan kepada warga binaan tersebut.<sup>13</sup>

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Layanan Konseling Individual Berbasis Agama untuk Mengatasi Kecemasan pada Warga Binaan” (Studi Kasus di Rutan Klas II B Serang).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, maka peneliti merumuskan masalahnya sebagai berikut:

- 1) Bagaimana kondisi kecemasan yang dialami warga binaan Rutan Klas II B Serang?

---

<sup>12</sup>KhotibulU mam, *Zikir Tiada Akhir* (Jakarta: PT Wahana Semesta Intermedia, 2010), p. 26.

<sup>13</sup>Umam, *Zikir....*, p. 225.



- 2) Bagaimana penerapan terapi zikir dalam menangani kecemasan pada warga binaan Rutan Klas II B Serang?
- 3) Bagaimana dampak terapi zikir dalam menangani kecemasan pada warga binaan Rutan Klas II B Serang?

### **C. Tujuan Masalah**

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

- 1) Untuk mengetahui bagaimana kondisi kecemasan yang dialami warga binaan di Rutan Klas II B Serang.
- 2) Untuk mendeskripsikan penerapan terapi zikir dalam menangani kecemasan pada warga binaan Rutan Klas II B Serang.
- 3) Untuk mendeskripsikan dampak terapi zikir dalam menangani kecemasan pada warga binaan Rutan Klas II B Serang.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan mengembangkan ilmu bimbingan dan konseling islam dalam layanan konseling individual berbasis agama untuk menangani kecemasan pada warga binaan.

#### 2. Manfaat non akademik

##### a. Bagi warga binaan

Manfaat bagi warga binaan diharapkan dapat berperan penting tentang hal tersebut seringkali terjadi dikalangan masyarakat. Para warga binaan dapat mengurangi rasa cemas pada dirinya, mendekatkan diri pada

Sang Maha Pencipta dan dapat bersosialisasi pada warga binaan lainnya.

b. Bagi penulis

Manfaat bagi penulis diharapkan dapat berperan penting selain mendapatkan pelajaran, pengalaman, dan pengetahuan baru tentang sebuah kehidupan di penjara juga mempunyai pelajaran tersendiri untuk kedepannya agar terhindar dari dampak psikologis yang negatif terhadap pandangan bagi warga binaan yang sudah melakukan kesalahan.

## **E. Kajian Pustaka**

Telah banyak penelitian yang telah dilakukan oleh mahasiswa dalam penelitiannya tersebut. Maka perlu adanya kajian pustaka dari penelitian yang terdahulu yang relevan dengan penelitian yang peneliti kaji. Adapun penelitian tersebut diantaranya adalah:

*Pertama*, skripsi Ainun Fitriyah, Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang 2007. Dengan judul: “Pengaruh Meditasi Dzikir Terhadap Self Awareness (Studi Eksperimen Di Yayasan Panti Sosial Asuhan Anak Darul Hadlonah Semarang)”. Penelitian ini berupa penelitian lapangan (*field research*) dengan menggunakan metode eksperimen. Teknik pengumpulan datanya bersifat kuantitatif yaitu data-datanya dideskripsikan dalam bentuk angka-angka. Dalam menganalisa datanya memakai rumus *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Di mana rumus atau metode tersebut digunakan untuk mencari perbedaan

selisih kedua kelompok subjek yaitu antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, artinya ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberi perlakuan meditasi dzikir dengan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan meditasi dzikir. Maka meditasi dzikir memiliki pengaruh yang positif terhadap kesadaran diri (*self awareness*). Konsep kesadaran diri yang positif adalah ketenangan batin, pengendalian emosi dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan.<sup>14</sup>

*Kedua*, skripsi Rani Fahruliana, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dengan judul: “Pengaruh Pemberian Terapi Humor Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Narapidana Menjelang Masa Pembebasan di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Malang”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuisioner eksperimen dengan desain *pre-test, post-test, dan control group design*. Instrumen pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi. Analisis data menggunakan metode statistik, dengan menggunakan analisis *wilcoxon signed ranks*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, pada kelompok eksperimen yang diberi perlakuan terapi humor menunjukkan adanya penurunan kecemasan pada 5 subjek dari 7 subjek yang terdapat pada kelompok eksperimen (71,4%).

Sedangkan pada kelompok kontrol, yang tidak diberikan perlakuan apapun, menunjukkan bahwa terdapat 4 subjek (57,1%)

---

<sup>14</sup>Ainun Fitriyah, “Pengaruh Meditasi Dzikir Terhadap Self Awareness” Studi Eksperimen Diyayasan Panti Sosial Asuhan Anak Darul Hadlonah Semarang, Skripsi, (Semarang: 2007). [Http://Library.Walisongo.Ac.Id/Digilib/Download.Php?Id=10366.Pdf](http://Library.Walisongo.Ac.Id/Digilib/Download.Php?Id=10366.Pdf). Diakses 15 April 2016, Jam 10.15 WIB.

yang mengalami kenaikan skor kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi humor dapat berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada narapidana menjelang masa pembebasan, namun tidak signifikan. Karena tidak semua subjek dalam kelompok eksperimen mengalami penurunan kecemasan.<sup>15</sup>

*Ketiga*, skripsi Dewi Indriani Utari, Universitas Padjajaran. Dengan judul: “Gambaran Tingkat Kecemasan pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Menjelang Bebas”. Tujuan dari penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan warga binaan wanita menjelang bebas di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Bandung. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode pengambilan sampel dengan cara *total sampling*. Populasi penelitian ini adalah seluruh warga binaan wanita di Lembaga Pemasyarakatan wanita Klas II A Bandung yang akan bebas dalam tahun 2012 sebanyak 50 orang. Analisa data yang digunakan berupa distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan tingkat kecemasan pada warga binaan wanita menjelang bebas sebanyak 38% kecemasan berat, sebanyak 28% kecemasan sedang, dan sebanyak 34% kecemasan ringan. Berdasarkan hasil penelitian

---

<sup>15</sup>Rani Fahruliana, “Pengaruh Pemberian Terapi Humor Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Narapidana Menjelang Masa Pembebasan” Studi Kasus di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas IIA Malang, *Skripsi*, (Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim, 2011). [Http://Lib.Uin-Malang.Ac.Id/?Mod=Th\\_View&Page=13&Id=Chapter\\_Ii/07410083.Pdf](http://lib.uin-malang.ac.id/?Mod=Th_View&Page=13&Id=Chapter_Ii/07410083.Pdf), Diakses 15 April 2016, Jam 10.15 WIB.

ini, hampir sebagian warga binaan memiliki tingkat kecemasan berat menjelang bebas.<sup>16</sup>

Adapun perbedaan penelitian penulis dengan hasil penelitian-penelitian yang lain adalah mekanisme penelitian dimana penulis menggunakan penelitian pendekatan kualitatif deskriptif, peneliti menggunakan objek materi konseling Islam yang bersumber dari Al-Quran dan objek pendekatan konseling Islam adalah proses pertolongan yang tidak hanya memberikan bantuan, bimbingan dan dukungan sosial, akan tetapi mencakup mengajak warga binaan untuk membangkitkan kesadaran akan spiritual keislaman penyalahgunaan narkoba dan kesehatan, sehingga warga binaan dapat mengambil hikmah dan mendapatkan makna kebahagiaan hidup yang hakiki di dunia dan akhirat. Sehingga peneliti berusaha menelitinya dengan judul “Layanan Konseling Individual Berbasis Agama untuk Mengatasi Kecemasan pada Warga Binaan” (Studi Kasus di Rutan Klas II B Serang).

## **F. Kerangka Teori**

Rumah Tahanan negara merupakan unit pelaksanaan teknis dari rektorat jendral pemasyarakatan kementerian hukum dan HAM, sebagai tempat penitipan tersangka, terdakwa maupun terpidana yang masih dalam proses menjalani persidangan, sebagai tempat penitipan sementara. Apabila sudah inkrah mempunyai

---

<sup>16</sup>Dewi Indriani Utari, “Gambara Tingkat Kecemasan pada Warga Binaan Wanita Menjelang Bebas” Studi Kasus di Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Bandung, *Skripsi*, (Bandung: 2013). [Http://ejournal.bsi.ac.id/assets/files/jurnal/Keperawatan\\_Volume\\_I\\_No\\_1\\_September\\_2013\\_Dewi\\_Indriyani\\_Utari\\_1-7.Pdf](http://ejournal.bsi.ac.id/assets/files/jurnal/Keperawatan_Volume_I_No_1_September_2013_Dewi_Indriyani_Utari_1-7.Pdf), Diakses 15 April 2016, Jam 10.15 WIB.

kekutan hukum dan penetapan, kalau hukuman di atas 2 tahun penjara itu akan dipindahkan di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) untuk mendapatkan pembinaan lanjutan. Rutan sendiri ada berbagai titipan dari pihak kepolisian, kejaksaan dan pengadilan, baik pengadilan negeri, pengadilan tinggi maupun mahkamah agung mereka semua dalam status proses pengadilan.

Rumah tahanan negara sendiri pun memberikan pelayanan perawatan, kesehatan bimbingan rohani kepada warga binaan supaya mereka menyiapkan semua tahanan untuk siap menghadapi persidangan nanti, dalam persidangan harus sehat secara fisik dan rohaninya, oleh karena itu juga ada kegiatan keagamaan yang bekerja sama dengan dinas, kementerian agama maupun pesantren-pesantren yang berada di sekitar wilayah serang.

Pembinaan yang dilakukan bekerja sama dengan kementerian agama kota serang sebagai penyuluh dan dari pesantren Al Mubarak dan warga binaan yang dianggap mampu untuk membina di Rutan, jadi ada beberapa warga binaan yang dilibatkan dan ikut serta dalam melakukan kegiatan kerohanian tersebut.<sup>17</sup>

### **1.Pengertian Terapi Zikir**

Kata terapi berasal dari bahasa Yunani yaitu “*treatmen*”, yang dalam bahasa Indonesia diartikan sebagai perawatan atau pengobatan. Dalam dunia medis, kata terapi dijabarkan sebagai tindakan remediasi kesehatan yang mengacu pada diagnosis (pemeriksaan). Terapi juga diartikan sebagai usaha untuk

---

<sup>17</sup> Wawancara dengan Bapak Khapi, sebagai Kepala Subsidi Pelayanan Rutan Klas II B Serang, diwawancarai oleh Indah, Selasa, 28 Februari 2017, Pukul 10:34 WIB.

memulihkan kondisi tubuh seseorang. Terapi ini biasanya diawali dengan mempelajari gejala yang muncul, melakukan diagnosis, mengobati penyakitnya, dan melakukan perawatan hingga kondisi kesehatan kembali seperti semula. Orang yang biasa melakukan terapi disebut sebagai terapis.<sup>18</sup>

Zikir menurut bahasa berarti mengingat atau menyebut. Sedangkan menurut istilah zikir berarti mengingat Allah dengan cara menyebut asma Allah. Berzikir kepada Allah tidak dibatasi jumlahnya. Begitu juga lafal yang dibaca saat zikir. Zikir sebaiknya dikerjakan di tempat yang suci dan setelah sholat fardu.<sup>19</sup>

Secara etimologi, dzikir berasal dari bahasa Arab, yaitu *dzakara, yadzкуру, dzikri*. (ذَكَرَ يَذْكُرُ ذِكْرًا) yang berarti menyebut, mengingat. Dzikir dalam pengertian mengingat Allah sesuai dengan al-Qur'an surat an-Nisa' (4) ayat 103 yang artinya sebagai berikut:

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَمًا وَقُعودًا وَعَلَىٰ  
 جُنُوبِكُمْ ۚ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ  
 عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ﴿١٠٣﴾

*Maka apabila kamu telah menyelesaikan shalat(mu), ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring. Kemudian apabila kamu telah merasa aman, maka*

<sup>18</sup>Dadang Hawari, *Do'a dan Dzikir Sebagai Pelengkap Terapi Medis* (Bandung: Dana Bhakti Primayasa, 2001), p.11.

<sup>19</sup>Amalia Hasanah, *Ringkasan Pendidikan Agama Islam Lengkap* (Jakarta: Pustaka Widyatama, 2013), p.99.

*dirikanlah shalat itu (sebagaimana biasa). Sesungguhnya shalat itu adalah fardhu (kewajiban) yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman. (QS. Al-Nisa':103).*

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, zikir mempunyai arti puji-pujian kepada Allah yang diucapkan secara berulang. Jadi dzikir kepada Allah (*dzikrullah*) secara sederhana dapat diartikan ingat kepada Allah atau menyebut nama Allah secara berulang-ulang. Zikir dalam pengertian mengingat Allah, sebaiknya dilakukan setiap saat, baik secara lisan maupun dalam hati. Dimanapun kita berada, sebaiknya selalu ingat kepada Allah Swt sehingga akan menimbulkan cinta kepada Allah Swt serta malu berbuat dosa dan maksiat kepadanya.<sup>20</sup>

Jika terus-menerus melakukan praktik zikir, kita tak akan menaruh perhatian pada proses berfikir yang tak ada ujung pangkalnya yang terus berlangsung dan kita akan memusatkan perhatian pada suatu titik. Hati merupakan wahana kesadaran dan memiliki lapisan-lapisan. Bila dilakukan terus-menerus, zikir akan masuk menembus lapisan demi lapisan yang ada dalam hati. Zikir diartikan sebagai kesadaran manusia akan kewajiban-kewajiban agamanya, yang mendorong untuk melaksanakan segala perintah Allah dan meninggalkan segala larangannya. Karena itu amal perbuatan manusia yang dilakukan dengan niat karena Allah SWT, adapun bacaan-bacaan zikir, diantaranya:

- a) Bacaan Tahlil (*Laa ilaha illallah*), artinya: “Tiada tuhan selain Allah.”

---

<sup>20</sup>Pusat Pembinaan & Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990), p.76.



- b) Bacaan Tasbih (*Subhanallah*), artinya: “Maha Suci Allah”.
- c) Bacaan Tahmid (*Alhamdulillah*), artinya: “Segala puji hanya bagi Allah”.
- d) Bacaan Takbir (*Allahuakbar*), artinya: “Allah maha besar”.
- e) Bacaan Istighfar (*Astagfirullah hal azim*), artinya: “Aku mohon ampun kepada Allah yang maha agung”.<sup>21</sup>
- f) Bacaan Asmaul Husna, yaitu الرحمن (Yang Maha Pengasih), الرحيم (Yang Maha Penyayang), المؤمن (Yang Maha Pemberi Kedamaian), الغفار (Yang Maha Pengampun).

Dengan demikian semakin jelas rasa ketenangan jiwa itu memang nyata menjadi dambaan dan dibutuhkan secara mutlak oleh setiap insan yang hidup di dunia maupun di akhirat, hal ini mendekatkan diri kepada Allah untuk memperoleh perlindungan-Nya.<sup>22</sup> Dapat diartikan bahwa terapi zikir mengandung aspek spiritual dan dimensi material. *Dimensi spiritual* yaitu membimbing manusia pada kehidupan rohaniah untuk menjadi beriman dan bertakwa kepada Allah. Sedangkan *dimensi material* membantu manusia untuk dapat mencegah masalah kehidupan agar dapat mencapai kebahagiaan selama hidupnya.

Setiap manusia memiliki permasalahan, terkadang manusia itu merasa tidak sanggup untuk menghadapinya, sehingga mereka menginginkan ketenangan dalam jiwa, akan tetapi untuk mencapai ketenangan itu terkadang lebih memilih

---

<sup>21</sup>Amalia Hasanah, *Ringkasan Pendidikan Agama Islam Lengkap* (Jakarta: Pustaka Widyatama, 2013), p.100.

<sup>22</sup>Noer Rohmah, *Pengantar Psikologi Agama*, (Yogyakarta: Penerbit Teras, 2013), p.297.

untuk menjauhi dari Sang Pencipta dengan menyalahgunakan barang-barang yang terlarang untuk mencari solusi dalam menyelesaikan permasalahannya. Jika akal fikiran dan perasaan itu selaras dengan kehendak Allah, maka akan tetap berada di jalan Allah Swt karena setiap permasalahan pasti ada solusinya, seperti halnya ketika manusia itu merasakan kegundahan dalam hatinya, sesungguhnya Allah telah memberikan solusi, yaitu dengan cara berzikir.<sup>23</sup>

Jika kita senantiasa berzikir, getaran ilahiyah akan mengalir dalam organ-organ tubuh kita. Zikir mampu menyingkirkan awan ketakutan dan menepis kegundahan, serta menghandirkan kebagiaian. Zikir itu sendiri dapat membangkitkan tenaga dalam murni yang ada pada tubuh manusia dapat mengolah jasmani dan rohani yang sehat, menuju kesempurnaan lahir dan batin salah satunya yaitu menghilangkan rasa kegelisahan, kekeawatiran dan kecemasan yang dialami oleh warga binaan.

## **2. Kecemasan**

Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan gejala-gejala seperti kekhawatiran, perasaan takut, jantung berdebar-debar, otot-otot gemetar, tegang gelisah dan susah tidur, segala bentuk situasi yang mengancam organisme dapat menimbulkan kecemasan, hal ini merupakan salah satu

---

<sup>23</sup>Abdul Manan, *Jangan Asal Shalat: Rahasia Shalat Khusyuk Dari Tuntunan Bersuci*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2011), p.263.

konflik dari sumber munculnya rasa kecemasan pada diri seseorang adanya ancaman fisik, ancaman terhadap harga diri, serta perasaan tertekan untuk melakukan sesuatu di luar kemampuan juga menumbuhkan rasa kecemasan tersebut. tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila sepertinya datang tanpa ada penyebabnya yaitu, bila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan. Dalam bentuk yang ekstrim, kecemasan dapat mengganggu fungsi kita sehari-hari.<sup>24</sup>

Menurut Kamus Psikologi *anxiety* (kecemasan, kegelisahan) adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Menurut kamus konseling *anxiety* adalah keadaan emosi yang kronis dan kompleks dengan keterperangkapan dan rasa takut yang menonjol. *Anxiety* (kecemasan) adalah keadaan suasana perasaan (mood) yang ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran tentang masa depan.<sup>25</sup>

Kecemasan bisa jadi berupa perasaan gelisah yang bersifat subjektif, sejumlah perilaku (tampak khawatir dan gelisa, resah), atau respons fisiologis yang bersumber di otak dan tercermin dalam bentuk denyut jantung yang meningkat dan otot yang menegang. Freud menjelaskan bahwa kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang

---

<sup>24</sup>Triantoro Safara, *Manajemen Emosi* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), p.49.

<sup>25</sup>Laura A. King, *Psikologi Umum Sebuah Pengalaman Apresiatif* (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), p.301.

diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Perasaan tidak menyenangkan ini biasanya samar-samar dan sulit dipastikan, tetapi selalu terasa.

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian di masa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.<sup>26</sup>

### **3. Jenis-jenis Kecemasan**

Kecemasan merupakan suatu yang normal apabila terjadi pada taraf yang sedang. Akan tetapi kecemasan bersifat patologis apabila frekuensi intensitas kecemasan itu terjadi setiap waktu, sehingga akan mengganggu kehidupan individu yang bersangkutan. Freud membedakannya menjadi tiga macam kecemasan yakni: (a) Kecemasan realitas (*reality anxiety*) atau disebut rasa takut akan bahaya-bahaya nyata di dunia luar, (b) Kecemasan neurotik adalah rasa takut terhadap hukuman yang mungkin jika suatu insting dipuaskan, (c) Kecemasan moral adalah rasa takut terhadap suara hati, jika mereka melakukan atau bahkan berfikir untuk melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma moral di mana mereka dibesarkan.

### **4. Kecemasan dalam Perspektif Islam**

Kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan

---

<sup>26</sup>Baskar A Soetjipto, "Kecerdasan Emosi Ditinjau dari Keikutsertaan dalam Program Meditasi", *Jurnal Psikologi*, (2008), p.24.

kegelisahan karena adanya ketidak pastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan bisa jadi berupa perasaan gelisah yang bersifat subjektif, sejumlah perilaku (tampak khawatir, gelisah dan resah) atau respons fisiologis yang bersumber di otak dan tercermin dalam bentuk denyut jantung yang meningkat dan otot yang menegang.<sup>27</sup>

Hal ini kecemasan dalam perspektif Islam dapat diterapkan pada diri melalui terapi zikir sehingga kita dapat menenangkan hati pada jiwa dan dapat dilakukan dengan cara zikir bersama, setiap kita melaksanakan sholat itu adalah salah satu bentuk zikir kepada Allah Swt dan zikir tersebut dapat menimbulkan ketenangan pada diri kita sehingga tidak merasakan kecemasan.

Menurut riwayat Ibnu Sunny, Nabi Saw, bersabda: “Barang siapa membaca zikir ini di kala ditimpa kegundahan, niscaya Allah Swt, menghilangkan kegundahannya dan mengekalkan kesukaannya”. Karena dengan mengingat Allah Swt, otak manusia akan mencairkan kimia kebahagiaan yang disebut endorphine. Ketenangan batin ini sangat berpengaruh kepada seluruh tubuh manusia.

Di samping itu zikir adalah teknik yang sangat efektif untuk menimbulkan relaksasi dan menurunkan kesadaran fisiologis. Fenomena ini sering terjadi pada semua orang bahwa kecepatan jantung menurun, tekanan darah, dan dalam meningkatkan kepercayaan diri pada warga binaan dan

---

<sup>27</sup>Soetjipto, *Kecerdasan.....*,p.24.

kecemasan sering dialami ketika akan menghadapi masa depan atau pada saat menjelang bebas, dan kecemasan yang ditimbulkan oleh warga binaan pada situasi setelah keluar dari rumah tahanan disebut sebagai kecemasan menghadapi masa depan.

Ketakutan-ketakutan yang ada didalam pikiran warga binaan dapat mempengaruhi kecemasan individu tersebut. Ketakutan pada warga binaan tersebut dikarenakan kecemasan akan menghadapi masa depan, kecemasan warga binaan terbentuk atas persepsi negatif mengenai dirinya. Dari definisi di atas dapat ditarik kesimpulan yaitu pandangan individu akan aspek fisik, aspek sosial, aspek psikologis, karakteristik pribadinya, motivasinya, kelemahannya, kepandaiannya, dan kegagalannya dapat mempengaruhi kecemasannya di dalam menghadapi masa depan. Sebagai tindakan pencegahan, zikir menguatkan individu secara spiritual yaitu memberikan keyakinan akan pertolongan Allah Swt, dan dengan pendalaman keagamaan individu akan memperoleh ketenangan, serta kedamaian jiwa. Dan zikir dapat menurunkan tingkat ketegangan dengan menimbulkan keadaan relaksasi, dan optimis.

Dengan melakukan zikir dapat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan yang dialami oleh wargabinaan dan mampu meningkatkan rasa percaya diri terhadap dirinya. Karena dengan zikir memberikan kesadaran spiritual yang membuat wargabinaan mampu mengontrol dirinya dalam menghadapi kecemasan atau menghadapi masa depannya baik secara

personal dan lingkungan sosialnya. Karena kecemasan adalah keadaan suasana hati yang berorientasi pada masa yang akan datang, yang ditandai oleh adanya kekhawatiran karena kita tidak dapat memprediksi atau mengontrol kejadian yang akan datang.

## **G. Metodologi Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian kualitatif mengkaji perspektif dengan strategi yang bersifat fleksibel.<sup>28</sup>

Penelitian kualitatif ditujukan untuk memahami fenomena-fenomena sosial dari sudut pandang partisipan. Dengan demikian arti atau pengertian penelitian kualitatif tersebut adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah dimana peneliti merupakan instrumen kunci.

### **2. Lokasi dan Waktu Penelitian**

#### **1) Lokasi Penelitian**

Dalam penulisan skripsi ini, peneliti melakukan penelitian tempatnya di Rutan Klas II B Serang Kab Serang. Penelitian ini cukup strategis untuk ditempuh dari tempat tinggal peneliti dan terletak di jalan Mayor Syafe'i No. 118 Serang.

---

<sup>28</sup>Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Rancangan Penelitian*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz, 2012), p.22.

## 2) Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada awal bulan Agustus 2016 s/d Maret 2017, penelitian awal waktu PPL 39 hari dan dilanjutkan untuk penelitian skripsi 85 hari untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan.

## 3. Subjek Penelitian

Subjek penelitian yaitu orang-orang yang menjadi sumber dalam penelitian dan dapat memberikan data terkait dengan penelitian yang akan dilaksanakan. Dalam hal ini yang menjadi subjek peneliti adalah:

- 1) Kepala Rutan, merupakan subjek utama sebagai suatu kegiatan yang diteliti untuk menggali data-data dalam penelitian ini. Atasan yang menjadi subjek penelitian ini melibatkan petugas Rutan Klas II B Serang.
- 2) Petugas-petugas Rutan, merupakan subjek kedua untuk menggali informasi tentang warga binaan yang akan di jadikan sumber penelitian.
- 3) Responden, subjek penelitian ini adalah warga binaan Rutan Klas II B Serang sebanyak 4 responden yang mengalami kecemasan.

## 4. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data peneliti menggunakan beberapa teknik, yaitu:

### 1) Wawancara

Yang dimaksud dengan wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab, sambil bertatap muka antara si penanya atau



pewawancara dengan si penjawab atau responden dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang tidak dibatasi jawabannya.<sup>29</sup>

Wawancara adalah suatu teknik pengumpulan data untuk mendapatkan informasi yang digali dari sumber data langsung melalui percakapan atau tanya jawab. Wawancara dalam penelitian kualitatif sifatnya mendalam karena ingin mengeksplorasi informasi secara jelas dari informan.<sup>30</sup>

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada empat responden yaitu wawancara dengan warga binaan DK pada 28 Desember 2016, wawancara dengan IN pada 31 Januari 2016, wawancara dengan IA pada 04 Januari 2017, wawancara dengan AS pada 10 Januari 2017, dan petugas Rutan Klas II B Serang yang ditugaskan untuk memberikan informasi.

## 2) Observasi

Observasi adalah pengumpulan data dimana penelitian mencatat informasi, penyaksian terhadap peristiwa-peristiwa itu bisa dengan melihat, mendengarkan, merasakan, yang kemudian dicatat seobjektif mungkin. Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti disini digunakan untuk mengamati secara langsung tentang keadaan warga binaan.<sup>31</sup>

---

<sup>29</sup>Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada: 2012), p.51.

<sup>30</sup>Moh Nazir, *Metode Penelitian*, (Bogor:Ghalia Indonesia, 2011), p.194.

<sup>31</sup>Sumanto, *Psikologi Perkembangan Fungsi dan Teori*, (Jakarta:CAPS: 2014), p.179.

Dalam penelitian ini, peneliti mengamati secara langsung, melihat dan meneliti petugas Rutan dalam pembinaan dan warga binaan Rutan Klas II B Serang.

### 3) Dokumen

Dokumen adalah cara mengumpulkan data dari berbagai sumber arsip yang dimiliki oleh Rutan Klas II B Serang. Peneliti menelaah dokumen yang ada di lokasi penelitian, untuk mendapatkan data-data yang berkaitan dengan skripsi ini, diantaranya profil Rutan Klas II B Serang.<sup>32</sup>

Dokumentasi ini digunakan untuk mendapatkan data yang dibutuhkan, yang berhubungan dengan persoalan penelitian juga digunakan untuk melengkapi data yang belum diperoleh melalui observasi dan wawancara, mengenai hal-hal yang berupa profil Rutan Klas II B Serang, data warga binaan Rutan Klas II B Serang.

## 5. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dan diinterpretasikan. Dalam proses menganalisis dan menginterpretasikan data-data yang telah terkumpul peneliti menggunakan data analisis deskriptif kualitatif, yakni setelah data terkumpul kemudian data tersebut dikelompokkan melalui kata-kata atau kalimat dengan kerangka berfikir teoritik untuk memperoleh kesimpulan atau jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan.<sup>33</sup>

---

<sup>32</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta:Rineka Cipta: 2013), p.272.

<sup>33</sup>MasriSingarimbun, *Prosedur Penelitian Survey*, (Jakarta: PT BalaiPustaka, 1989), p.263.

Dalam melakukan analisis data, penelitian mengumpulkan catatan yang diperoleh dari lapangan baik berupa observasi, wawancara, hasil pengamatan ataupun dokumentasi yang diperoleh dari hasil lapangan kemudian menyimpulkan serta menganalisis permasalahan yang telah ditetapkan, kemudian dikelompokkan sesuai dengan permasalahan setelah itu menganalisisnya secara sistematis. Untuk tahap analisis, yang dilakukan oleh peneliti adalah membuat daftar pertanyaan untuk wawancara, pengumpulan data dan analisa data, yang dilakukan sendiri oleh peneliti.

Penelitian ini diperoleh dengan teknik wawancara dengan responden DK, IA, IN dan AS di Rutan Klas II B Serang yang mengalami kecemasan, sebagai bentuk pengumpulan data dan dokumentasi langsung di lapangan yang dilanjutkan dengan analisis oleh peneliti. Untuk tahap analisis, yang dilakukan oleh peneliti adalah membuat daftar pertanyaan untuk wawancara, pengumpulan data dan analisis data yang dilakukan oleh peneliti, peneliti juga menggunakan beberapa tahap sebagai berikut:

1. Menyusun pertanyaan wawancara berdasarkan dari unsur-unsur yang akan ditanyakan pada narasumber atau informan.
2. Melakukan wawancara langsung dengan responden warga binaan di Rutan Klas II B Serang.
3. Memindahkan data peneliti yang berbentuk draf dari semua pertanyaan yang diajukan kepada narasumber.
4. Menganalisis hasil data wawancara yang telah dilakukan.
5. Menganalisis hasil wawancara.

## **H. Sistematika Pembahasan**

Untuk memudahkan pembahsan hasil penelitian, maka sistematika pembahsan dalam penelitian ini disajikan dalam lima bab, diantaranya:

Bab pertama, pendahuluan. Dalam bab ini berisikan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian dan sistematika penelitian.

Bab kedua, kondisi objektif penelitian. Dalam bab ini berisikan tentang gambaran umum Rutan Klas II B Serang.

Bab ketiga, gambaran responden warga binaan. Dalam bab ini berisikan tentang, gambaran subjek warga binaan dan gejala-gejala kecemasan warga binaan.

Bab keempat, dalam bab ini berisikan tentang prosedur layanan konseling dalam menangani kecemasan dan dampak terapi zikir dalam menangani kecemasan pada warga binaan.

Bab kelima, penutup dalam bab ini berisikan tentang kesimpulan dan saran-saran.