

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada bab IV maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pada awal sebelum dilakukan kegiatan konseling individu, kecerdasan emosi penderita hipertensi di Puskesmas Keman Kabupaten OKI masih kurang baik. Klien tidak mampu mengetahui apa yang sedang dirasakan, tidak mampu mengetahui penyebab dari perasaan yang dirasakan, tidak mampu mengetahui emosi yang sedang dirasakan. Kemudian, klien tidak mampu mengatur emosi agar tetap positif, tidak mampu meredam emosi yang negatif, tidak mampu bersikap optimis terhadap apa yang dilakukan, tidak bersemangat dalam melakukan aktifitas sendiri, serta tidak memiliki keyakinan terhadap diri sendiri.
2. Pada pelaksanaan kegiatan murrotal Al-Qur'an dilakukan enam kali pertemuan di mana setiap pertemuan memiliki 3 tahapan yaitu tahap pertama terdiri atas kegiatan membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, dan membuat penafsiran dan penjajakan mengenai masalah klien. Pada tahap pertengahan terdiri atas kegiatan penjelajahan masalah klien dan memberikan bantuan terhadap masalah yang dihadapi oleh klien. Kemudian pada tahap akhir diamati perubahan yang terjadi pada klien yaitu menurunnya kecemasan pada klien, perubahan perilaku kearah yang lebih positif, sehat dan dinamis serta terhadia perubahan hidup yang lebih positif.

3. Gambaran kecerdasan emosi setelah dilakukan kegiatan murrotal Al-Qur'an yakni kecerdasan emosional penderita mengalami peningkatan dari sebelumnya. Klien mampu mengetahui apa yang sedang dirasakan, mampu mengetahui penyebab dari perasaan yang dirasakan, mampu mengetahui emosi yang sedang dirasakan. Kemudian, klien mampu mengatur emosi agar tetap positif, mampu meredam emosi yang negatif, mampu bersikap optimis terhadap apa yang dilakukan, bersemangat dalam melakukan aktifitas sendiri, serta memiliki keyakinan terhadap diri sendiri.

B. Saran

Adapun saran yang peneliti berikan yakni sebagai berikut.

1. Bagi pihak puskesmas diharapkan agar dapat menerapkan konseling individu berbasis murrotal Al-Qur'an untuk meningkatkan kecerdasan emosional penderita hipertensi.
2. Bagi penderita hipertensi diharapkan agar dapat memanfaatkan konseling individu berbasis murrotal Al-Qur'an untuk meningkatkan kecerdasan emosional penderita hipertensi.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat meneliti dengan ranah permasalahan yang lebih baik.