

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Metode terapi akhlak terapi akhlak “anatomi tubuh manusia” di Perguruan Beladiri Pernapasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri, antara lain:
 - a. Metode wawancara (*interview*)
 - b. Metode bimbingan kelompok (*group guidance*)
 - c. Metode yang dipusatkan pada keadaan klien (*client centered method*)
 - d. Metode pencerahan (*eductive method*)
 - e. Senam pernafasan
 - f. Jurus sinar perak
2. Hasil terapi akhlak “anatomi tubuh manusia” pada kesehatan pasien di Perguruan Beladiri Pernapasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri, antara lain:
 - a. Metode wawancara (*interview*)

Dari hasil metode wawancara dapat diketahui penyakit yang dialami pasien.
 - b. Metode bimbingan kelompok (*group guidance*)

Dalam tahap ini, pasien mengungkapkan apa yang dirasakannya. Pasien pertama, Ibu Anik mengalami sakit jantung. Bapak Sujadi sakit saraf akibat kecelakaan mobil. Ibu Landu sakit diabetes dan matanya tidak bisa untuk melihat.
 - c. Metode yang dipusatkan pada keadaan klien (*client centered method*)

Tahap ketiga ini memudahkan pembimbing untuk mengidentifikasi

penyakit berdasarkan pada daftar penyakit dan penyebabnya. Setelah itu, memberikan nasihat dan berdoa bersama.

d. Metode pencerahan

Hasil dari metode ini pasien memahami kandungan ayat yang dikaji dalam al-Quran. Sehingga bisa lebih berhati-hati dalam berperilaku agar tidak terkena penyakit lagi.

e. Senam pernafasan

Hasil senam pernafasan berdampak pada kesehatan pasien, antara lain menurunkan *stress*, meningkatkan denyut jantung, menurunkan rasa cemas dan emosi

f. Jurus sinar perak

Dari mengikuti jurus sinar perak akan lebih berkonsentrasi, mampu mengendalikan emosi, sabar dan fokus dalam segala hal.

B. Saran

Dari temuan data dan pengamatan yang peneliti lakukan di Perguruan Beladiri Pernapasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri, maka peneliti memberikan saran kepada pihak yang terkait, antara lain:

1. Bagi Perguruan Beladiri Pernapasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri

- a. Untuk sarana dan prasarana yang ada di Perguruan Beladiri Pernapasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri lebih dilengkapi agar menunjang proses senam dan latihan lainnya, misalnya fasilitas senam dan tempat latihan. Selama ini belum memiliki fasilitas senam dan selama latihan berada di halaman rumah ketuanya.

b. Untuk anggota Perguruan Beladiri Pernapasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri tetaplah menjadi seorang yang bermanfaat dengan memberikan solusi kepada orang yang mempunyai masalah akhlak. Karena sebaik-baik manusia ialah manusia yang bermanfaat pada sesama.

2. Bagi pemerintah

Sebaiknya pemerintah lebih mengapresiasi adanya Perguruan Beladiri Pernapasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri, dengan adanya perguruan ini akan menjadikan seorang muslim mempunyai akhlak yang sesuai dengan ajaran Islam, yaitu al-Qur'an dan *Hadits*. Sehingga benar-benar mencerminkan kepribadian seorang muslim.

3. Bagi masyarakat

Bagi masyarakat yang sedang terkena penyakit, sudah seharusnya berdoa kepada Allah, agar diberi kesembuhan. Karena yang berhak menyembuhkan hanyalah Allah. Selain itu, melakukan pengobatan di Perguruan Beladiri Pernapasan Sinar Perak (PBP SP) Kediri. Dalam pengobatannya, akan diberi nasihat oleh pembimbing mengenai penyakit yang berhubungan dengan perilaku tercela yang pernah dilakukan dalam sehari-hari sehingga muncul suatu penyakit, setelah itu mengajak beristighfar dan berdoa bersama.