BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Penelitian tentang pengaruh ibadah minggu terhadap suasana hati (*mood*) pada jemaat gereja GPdI Gloria Dinoyo Malang, menyimpulkan bahwa.

1. Sebelum mengikuti ibadah minggu responden mengalami suasana hati (*mood*) dengan rata-rata 5,05 atau cukup bahagia pada jemaat gereja GPdI Gloria Dinoyo Malang.
2. Sesudah mengikuti ibadah minggu responden mengalami suasana hati (*mood*) dengan rata-rata 6,86 atau paling bahagia pada jemaat gereja GPdI Gloria Dinoyo Malang.
3. Ada pengaruh ibadah minggu terhadap suasana hati (*mood*) pada jemaat gereja GPDI Gloria Dinoyo Malang (p = 0,000), didapatkan terjadi peningkatan suasana hati (*mood*) sesudah mengikuti ibadah minggu dengan skor 1,81.

7.2 Saran-Saran

1. Bagi jemaat gereja

   Jemaat gereja perlu melakukan ibadah setiap hari minggu untuk menurunkan suasana hati (*mood*).

2. Bagi Gereja

   Pihak gereja perlu memberikan pelayanan terbaik kepada jemaat gereja sehingga meningkatkan semangat dalam mengikuti ibadah yang berdampak terhadap peningkatan suasana hati (*mood*).

3. Bagi perawat

   Perawat perlu merekomendasikan penderita *mood* negatif (stres, depresi

dan kecemasan) untuk aktif mengikuti ibadah minggu atau berdoa sesuai ajaran agama masing-masing.

4. Bagi peneliti selanjutnya

   Peneliti selanjutnya perlu memberikan terapi spiritual seperti ibadah komunitas (komsel) dan pengajian untuk meningkatkan suasana hati (*mood*).