

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis, Ketiga informan memahami doa sebagai sarana komunikasi dengan Tuhan untuk memohon pertolongan dan membangun hubungan yang intim. Berdoa meliputi pencarian ketenangan, kekuatan, dan ekspresi kasih kepada Tuhan. Doa juga merupakan ungkapan syukur dan merasakan kehadiran Tuhan. Namun, dalam prakteknya untuk mencari ketenangan, mereka melakukan hal-hal lain seperti minum minuman keras, judi, bukan hanya melalui doa. Dalam dunia psikologi ini disebut sebagai disonansi kognitif. Disonansi kognitif merujuk pada fenomena psikologis di mana seseorang mengalami ketidakcocokan antara dua keyakinan nilai, atau perilaku yang berbeda.

**B. Saran**

1. Majelis gereja perlu terus membina iman dan pemahaman tentang doa, terutama bagi kaum mudah agar memahami esensi doa bukan hanya sebagai rutinitas, tetapi sebagai hubungan intim dengan Tuhan yang memberi kekuatan.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan menggali lebih dalam informasi tentang bagaimana doa dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang.