

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Gambaran optimalisasi energi prana dalam meningkatkan *extra sensory perceptioan (ESP)* di Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM RTD) Unit Psikosufistik Walisongo Semarang, berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada skripsi ini. Maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Metode pengoptimalan energi prana untuk pembangkitan *extra sensory perception (ESP)* adalah dengan latihan kepekaan, yaitu sebagai pemula dengan melatih kepekaan tangan dan kepekaan badan. Kepekaan tangan memiliki psikolobus minor yang berguna untuk mengalirkan energi dari tubuh pada suatu objek secara intensif. Lebih dari itu psikolobus minor tangan memiliki kepekaan yang tinggi dapat dipergunakan untuk “meraba” prana. Kemudian kepekaan badan dengan mengakses psikolobus solar plexus. Psikolobus solar plexus ini secara fungsi psikologis merupakan memori, begitu pula secara fungsi mekanisnya. Kepekaan bioenergi menunjukkan tingkat respon spontan dari kerja pikiran terhadap sesuatu. Konsep optimalisasi energi adalah mengolah pernafasan perut, pemusatan pikiran, konsistensi melatih, serta penghayatan. Dengan proses penghayatan bisa saja seseorang mengalami suatu proses meditasi tanpa mengetahui apa sebetulnya terjadi.
2. Dengan latihan senam pernafasan secara konsisten mampu mensuplai kebutuhan energi minimal dari psikolobus untuk perkembangan sesuai dengan fungsi psikolobus sebagai generator bioenergi yang membentuk pola atau struktur pada biofield. Ketika biofield mengembang jauh terjadi suatu peningkatan keterjalinan dengan realita yang lebih abstrak atau dimensi yang lebih halus. Individu akan mengalami transformasi kesadaran sedikit demi sedikit sesuai dengan frekuensi berlatih. Sehingga semakin lama berlatih membaca fenomena setiap interaksi kesadaran terhadap realita atau *extra sensory perception (ESP)* semakin akurat.

B. SARAN

Berdasarkan uraian di atas tentang pengoptimalan energi prana dengan meningkatnya *extra sensory perception* (ESP), maka ada beberapa saran-saran yang dapat peneliti sarankan, peneliti menyarankan seluruh umat manusia khususnya kepada pembaca skripsi:

1. Untuk masyarakat umum kemampuan *extra sensory perception* bukanlah kemampuan yang khusus, Semuanya adalah proses pengembangan pada diri sendiri. Ketika manusia lahir, keadaanya sangat lemah, karena banyak kemampuannya masih tersimpan dalam bentuk potensi yang memerlukan pengembangan untuk menjadi aktual.
2. Untuk para praktisi peserta di LP2SDM RTD, dan juga calon-calon peserta pelatihan di Lembaga ini. Hendaklah mengesampingkan niat yang hanya memiliki kekuatan atau daya metafisika semata, namun landaskan pada tujuan memahami bentuk diri sendiri, alam sekitar, dan Tuhan yang Maha Pencipta. Dan kesungguhan melatih *body, mind and soul* tanpa henti secara konsisten. Karena dalam hidup tidak ada tingkat tertinggi, yang tertinggi hanya Tuhan semata. Kita sebagai manusia sadar hanya mampu berusaha dan terus berusaha.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, Rianto, *Metodologi Penelitian Social dan Hukum*, edisi 1, Jakarta: Granit, 2004.
- As-Sayyid, ‘Abdul Basith Muhammad, *The Spiritual Power “Membangkitkan Kekuatan Paling Dahsyat Dalam Diri”*, Terj. Muhtadi Kadi, Jakarta: Nakhlah Pustaka, 2008.
- Daradjat, Zakiah, *Ilmu Jiwa Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1987.
- Efendi, Irmansyah, *Kesadaran Jiwa Teknik Efektif untuk Mencapai Kesadaran Yang lebih Tinggi*, Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama, 2002.
- Efendi, Irmansyah, *Rei Ki Tummo: Teknik efektif untuk meningkatkan kesadaran dan energi spiritual*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2005.
- Faisal, Sanipiah, *Penelitian Kualitatif Dasar-Dasar Dan Aplikasi*, Malang: Yayasan Asah Asih Asuh Malang, 1990.
- Hidayat, Shonnief, *Materialisasi Aura Dalam Afirmasi Daya Tarik Cinta (Studi Kasus di Lembaga Seni Pernafasan Radiasi Tenaga Dalam Unit Psikosufistik Walisongo Semarang)*, Skripsi, Semarang: Fak. Ushuluddin IAIN Walisongo, 2013.
- https://id.wikipedia.org/wiki/Holografi#cite_ref-laser_1-0
- <http://kamuskesehatan.com/arti/kelenjar-pituitari/> diakses pukul 14.44 WIB. Tanggal 18-01-2016
- <http://www.pranaindonesia.com/?apa-itu-prana->, diakses pada pukul 16.45 WIB tgl 17/01/2016.
- Indrawan, Rully dan Yaniawati, Poppy, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Campuran untuk Manajemen, Pembangunan, dan Pendidikan*, Bandung: PT Refika Aditama, 2014.
- Iskandar, Alex dan Novianto, Endi, *Meditate & Growrich; Sehat, Kaya, dan Bahagia Duniawi-Spiritual*, Jakarta: Elex Media Komputindo, 2008.
- Manning, Al G., *E.S.P (Extra Sensory Perception) Indra Keenam Mengasah Kecerdasan Spiritual*, Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2006.
- Modul Dewan Pelatih, Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD), Yayasan Rukasa Terpadu.

- Moinuddin, Syekh Ghulam, *The Book of Sufi Healing*, Alih Bahasa: Arif Rachmad, Yogyakarta: Banteng Budaya, 2000.
- Moleong, Lexy, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2000.
- Muhaya, Abdul, *Integration Of Sufism and Transpersonal Psychology*, doctoral research, Semarang:, IAIN Walisongo, 2013.
- Mustofa, Agus, *Dzikir Tauhid dan Pancaran Aura*, Surabaya: Padma Press, 2006.
- O'riordan, Linda, *The Art of Sufi Healing*, Alih Bahasa: Mariana Ariestyawati, Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2002.
- Penyusunan Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, cet. Ke-3, 1990.
- Pedak, Mustamir, *Qur'anic Super Healing*, Semarang : Pustaka Nuun, 2010.
- Phoenix, RA, *Melatih Indra Ke-6*, Semarang: Pustaka Widyamara, 2002.
- Putra, Sitiatava Rizema, *Rahasia Energi Aura Manusia*, Jogjakarta: FlashBooks, 2011.
- Rahma, Nisfa Aditya, *Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Pada Individu Dewasa Awal Yang Memiliki Extra Sensory Perception (ESP)*, Skripsi, Malang: Fak. Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim, 2012.
- Rukasa, Aas. Rd., *Cosmic Intelligence*, Pituari Inspira Semesta, 2013.
- Rukasa, Aas. Rd., *LSP. Radiasi Tenaga Dalam*, Bandung: RTD, 1998.
- Ryanto, Hilmar, *Transformasi Identitas Diri Pada Individu Dengan Kemampuan Extra Sensory Perception Di Jakarta*, Skripsi, Jakarta: Fak. Ilmu Komunikasi UMB, 2015.
- Salam, *Teknik Rahasia Penyembuhan Prana: menyembuhkan berbagai penyakit baik fisik maupun psikis*, e-book, tt.
- Slate, Joe H., *Energi Aura: Memanfaatkan energi auara untuk menjaga kesehatan & meraih keberhasilan karier*, Alih bahasa, T. Hermaya.- Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002.
- Soegoro, R., *Meditasi Triloka dalam Suprakesadaran*, Jakarta : PT. Elex Media Kornputindo Kelompok Gramedia, 2002.

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2006.

Sui, Choa Kok, *Ilmu dan Seni Penyembuhan dengan tenaga prana*, alih bahasa: Med. Meitasari dan Petrus Lukmanto, Jakarta: Gramedia, 1997.

Tim LP2SDM-RTD, *Modul Panduan Dasar Senam Kecerdasan*