

BAB V

PENUTUP

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan kesimpulan dari penelitian ini dan bagian akhir akan dikemukakan saran-saran baik yang bersifat praktisi maupun metodologis yang mungkin dapat berguna bagi penelitian yang akan datang dengan topik yang sama.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini maka dapat dibuat beberapa kesimpulan yaitu:

1. Diperoleh data skor kecemasan pada saat *pretest* atau sebelum intervensi yang dikelompokkan dalam kategori jenjang menurut kontinum. Kontinum terdiri dari lima jenjang yang bergerak dari sangat rendah ke sangat tinggi. Siswa yang masuk dalam kategori sangat rendah berjumlah 2 orang, kategori rendah berjumlah 18 orang, kategori sedang berjumlah 25 orang, kategori tinggi berjumlah 7 orang, dan tidak ada siswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi.
2. Hasil penelitian setelah intervensi dilakukan atau *posttest*, diperoleh data bahwa adanya penurunan kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional. Penurunan skor dari kategori tinggi menjadi kategori rendah dan kategori sedang. Selain itu penurunan juga terlihat jelas dari penurunan nilai

minimum yang cukup besar yakni 32,00 dan nilai maximum yakni 24,00 , serta nilai mean sebesar 24,7147. Hasil Uji hipotesis menggunakan uji-t di dapat nilai $t = 11,068$ dan $p = 0,000$, $p < 0,01$, artinya ada perbedaan skor kecemasan yang sangat signifikan antara sebelum dan sesudah pembacaan zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya. Artinya zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya dapat mempengaruhi penurunan kecemasan siswa menghadapi Ujian Nasional di SMPIT Ukhuwah Banjarmasin

B. Saran-Saran

Dari hasil penelitian yang dilakukan maka peneliti akan memberikan saran-saran untuk peneliti selanjutnya. Adapun saran-saran tersebut adalah:

1. Saran Metodologis

Untuk peneliti yang ingin membuat penelitian yang sejenis maka disarankan agar:

- a. Melakukan follow up hasil intervensi atau pembacaan zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya kepada subjek penelitian sehingga mengetahui konsistensi dari penurunan kecemasan tersebut.
- b. Hendaknya penelitian yang akan datang membuat kelompok kontrol untuk dijadikan kelompok pembandingan, sehingga hasil penelitian dapat dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapat perlakuan
- c. Untuk penelitian yang akan datang juga hendaknya melakukan intervensi pembacaan zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya dengan jarak sesi yang lebih lama, agar subjek dapat lebih memahami dan lebih menghayati makna maupun isi dari zikir Al-Ma'tsurat yang mereka baca.

- d. Untuk peneliti yang akan datang juga bisa melakukan penelitian sama namun dengan pendekatan atau metode berbeda misalnya dengan menggunakan metode kualitatif.

2. Saran Praktis

- a. Bagi siswa diharapkan dapat konsisten dalam membaca zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya, serta membacanya dengan penuh kesadaran bahwa zikir dapat memberikan ketenangan dan ketentraman hati, agar efek dari zikir tersebut bisa dirasakan dengan sebenar-benarnya.
- b. Bagi pihak sekolah bisa menerapkan pembacaan zikir *al-Ma'tsurat* dan terjemahannya guna memberikan pemahaman mengenai isi bacaan zikir *al-Ma'tsurat* sehingga siswa bisa lebih mengerti maksud dari pembacaan zikir tersebut.