

## BAB V

### KESIMPULAN & SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Tingkat intensitas wirid santri mahasiswa putri Pondok Pesantren Sabilurrosyad Malang tergolong tinggi dengan prosentase 69%, yang diwakili oleh 59 responden. Begitu pula nilai *mean* sebesar 131,419, *median* 132, dan *mode* 134 dalam kisaran nilai *minimum* 99 dan *maximum* 161, ketiganya masuk dalam kategori tinggi. Sedangkan sisanya 21% pada kategori sangat tinggi yang diwakili oleh 18 responden dan 10% pada kategori sedang diwakili oleh 9 responden.
2. Sedangkan untuk tingkat *Self-Efficacy*, 65% (diwakili oleh 56 responden) santri mahasiswa putri Pondok Pesantren Sabilurrosyad memiliki tingkat *Self-Efficacy* yang tergolong tinggi. Dari hasil *mean* (137,616), *median* (137,5) dan *mode* (132) dalam kisaran nilai *minimum* 104 dan *maximum* 177, juga menunjukkan kotegori *Self-Efficacy* yang tinggi. Sisanya 16% (diwakili oleh 14 responden) berada pada golongan *Self-Efficacy* yang sangat tinggi dan 19% (diwakili oleh 16 responden) memiliki *Self-Efficacy* sedang. Artinya mayoritas santri mahasiswa putri Pondok Pesantren Sabilurrosyad memiliki keyakinan diri yang tinggi akan kemampuannya menyelesaikan tanggung jawab ganda, sebagai santri sekaligus sebagai mahasiswa.

3. Selanjutnya dari hasil analisis tabulasi silang menunjukkan 42% santri memiliki intensitas wiridan dan *Self-Efficacy* tinggi, sebanyak 6% memiliki intensitas wiridan dan *Self-Efficacy* sedang, dan hanya 7% yang memiliki intensitas wiridan dan *Self-Efficacy* sangat tinggi,. Kemudian dari analisis korelasi *Product Moment* menghasilkan  $r_{hit}=0,395$  dan  $r_{tabel}=0,213$ , karena  $r_{hit}>r_{tabel}$ , maka kedua variabel ini dinyatakan memiliki korelasi yang positif. Sedangkan dari uji regresi diperoleh  $R_{square}=0,156$ ,  $F_{hit}=15,558$  dan  $F_{tabel}=3,954$  ( $\alpha = 0,05$ ), karena  $F_{hit} > F_{tabel}$  dan  $\alpha = 0,05 > Sig.F=0,000$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak.

Jadi, secara umum dapat disebutkan bahwa intensitas wirid memiliki hubungan dan pengaruh yang positif terhadap *Self-Efficacy* santri, tetapi pengaruhnya lemah hanya 15,6% ( $R_{square}$ ), dan sisanya 84,3% dimiliki oleh sumber-sumber *Self-Efficacy* yang lain seperti pengalaman pribadi, pengalaman orang lain, persuasi sosial dan macam-macam pembangkit emosi yang lainnya, seperti yoga, relaksasi, meditasi dll. Dari keempat indikator intensitas wirid yang ada, frekuensi wirid merupakan indikator yang paling dominan mempengaruhi tinggi rendahnya *Self-Efficacy*. Dengan kata lain dapat disebutkan bahwa keajegan wirid merupakan hal terpenting bagi santri dalam menjalankan wirid.

## B. Saran

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan sebagai penambahan khazanah keilmuan Psikologi, khususnya teori-

teori yang berhubungan tentang Self-Efficacy dan Intensitas Wirid/Dzikir. Hasil penelitian ini dapat menjadi jawaban atau penegas bahwa wirid bukanlah satu-satunya sumber ketenangan diri dan bukanlah satu-satunya alat untuk meningkatkan keyakinan diri individu. Oleh karena itu masih perlu sumber-sumber lain seperti pengalaman diri, penalaman orang lain, persuasi sosial termasuk lingkungan yang baik. Peran ganda yang dimiliki santri justru menjadi nilai lebih bagi santri untuk meningkatkan keyakinan diri karena memiliki kesempatan yang lebih banyak untuk mengenal pengalaman orang lain dan sering menghadapi lingkungan yang lebih kompetitif.

2. Bagi lembaga, penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan oleh Pondok Pesantren Sabilurrosyad dalam pengambilan keputusan sekaligus sebagai rujukan dalam rangka pengembangan kedalaman spiritual santri mahasiswa putri, yaitu untuk selalu mengistiqomahkan wirid meskipun hanya sebentar atau sedikit wiridnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya, bisa dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk meneliti faktor-faktor lain yang masih belum terungkap dalam penelitian ini yang mempengaruhi atau memiliki hubungan dengan intensitas wirid/dzikir dan Self-Efficacy sehingga dapat menyempurnakan isi dari penelitian ini. Sekaligus sebagai pertimbangan dalam penelitian dengan tema yang lebih variatif dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan.