

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat di ambil dari penelitian tentang hubungan antara dzikir dan kontrol diri pada Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang adalah sebagai berikut :

1. Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang memiliki tingkat dzikir dengan tiga kategori yaitu, tinggi prosentasenya 98.5% dengan jumlah 67 musyrifah, sedang dengan prosentase 1.5% dengan jumlah 1 musyrifah, dan pada tingkat rendah prosentasenya sebesar 0% dengan jumlah 0 musyrifah.
2. Tingkat kontrol diri Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang terdiri dari tiga kategori yaitu, pada kategori tinggi prosentasenya 70.6% dengan berjumlah 48 musyrifah, kategori sedang prosentase sebesar 29.4% dengan berjumlah 20 musyrifah, dan pada kategori rendah prosentase sebesar 0% dengan jumlah 0 musyrifah.
3. Berdasarkan hasil analisis maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubunga yang signifikan antara dzikir dengan kontrol diri, dengan nilai probabilitas yang ditunjukkan dengan nilai  $\alpha$  atau sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0.05

## **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan judul hubungan antara dzikir dengan kontrol diri pada Musyrifah Ma'had Sunan Ampel Al-Ali UIN Maliki Malang, maka saran yang dapat diberikan adalah:

1. Pentingnya berdzikir bagi musyrifah untuk dapat meningkatkan kemampuan kontrol diri dalam jiwa seorang musyrifah. Pada dasarnya berdzikir bukanlah suatu kegiatan yang sulit untuk dilakukan oleh seorang musyrifah. Dengan berdzikir, seorang musyrifah dapat memperoleh kesehatan jiwa, serta mendapatkan ketentraman.
2. Meningkatkan dzikrullah kepada Allah karena manfaat yang akan diperoleh tidak hanya di petik di dunia saja, akan tetapi diakhirat kelak akan keliatan seorang hamba yang berdzikir dan tidak berdzikir.
3. Melakukan penelitian tentang psikodinamika pada individu yang berdzikir agar memperoleh hasil yang maksimal dan bermanfaat bagi manusia.