

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Diketahui bahwa terdapat tingkat stres santri dalam proses menghafal Nadhom kategori tinggi yaitu 30% menunjukkan 3 Santri, tingkat stres kategori sedang yaitu 40% menunjukkan 4 Santri, dan tingkat stres kategori rendah yaitu 30% menunjukkan 3 santri, untuk jenjang Wustho. Untuk jenjang Ulya, tingkat stres kategori tinggi yaitu 0% menunjukkan tidak ada santri yang kategori tinggi, untuk tingkat stres kategori sedang yaitu 80% menunjukkan 8 santri, dan tingkat stres kategori rendah yaitu 20% menunjukkan 2 santri. Dengan menggunakan skala tingkat stres dengan teknik *random sampling*.
2. Melakukan uji Paired Sample T test didapatkan hasil output SPSS yang menunjukkan tidak ada perbedaan tingkat stres ditinjau dari jenjang pendidikan pada santri penghafal Nadhom di Madrasah Ihya' Ulumuddin Lirboyo Kediri.

B. Saran

1. Bagi Santri

Menjadikan hafalan sebagai semangat dan tujuan dalam tholabul ilmi agar tidak merasa terbebani oleh hafalan yang bisa menjadikan santri stres.

2. Bagi Lembaga

Dalam target hafalan Nadhom yang diberikan kepada santri, diimbangi dengan kegiatan yang bisa mempercepat hafalan. Seperti, menambah setoran

Nadhom harian dan mingguan, untuk mempermudah santri dalam menghafal Nadhom.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

- a. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai rujukan untuk mengembangkan penelitian baru terkait tingkat stres santri dalam menghafal Nadhom.
- b. Penelitian ini hanya untuk mengetahui tingkat stres dan perbedaan stres pada santri penghafal Nadhom ditinjau dari jenjang pendidikan di Madrasah Ihya' Ulumuddin Lirboyo Kediri. Bagi peneliti selanjutnya bisa meneliti masalah stres dari segi yang berbeda.