

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan perihal “Dampak Intensitas Membaca Al-Qur’an terhadap Ketenangan Jiwa Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi IAIN Kudus Angkatan 2020” dengan 40 responden didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat intensitas membaca Al-Qur’an mahasiswa Tasawuf Psikoterapi IAIN Kudus angkatan 2020 ada pada kategori sedang.
2. Tingkat ketenangan jiwa Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi IAIN Kudus angkatan 2020 ada pada kategori sedang.
3. Intensitas membaca Al-Qur’an berpengaruh positif terhadap ketenangan jiwa yang artinya semakin tinggi tingkat membaca Al-Qur’an maka semakin tinggi pula tingkat ketenangan jiwa dan sebaliknya. Hal ini ditunjukkan dengan perolehan nilai $t_{hitung} 2,112 > 2,03 t_{tabel}$ dengan nilai sig.sebesar $0,041 < 0,05$, yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga diartikan bahwa variabel intensitas membaca Al-Qur’an berpengaruh signifikan terhadap variabel ketenangan jiwa pada mahasiswa tasawuf psikoterapi IAIN Kudus angkatan 2020. Adapun penelitian ini menghasilkan nilai *R Square* sebesar 0,105 (10,5%) yang artinya bahwa Intensitas membaca Al-Qur’an mempengaruhi ketenangan jiwa mahasiswa tasawuf psikoterapi IAIN Kudus angkatan 2020 sebesar 10,5% dan 89,5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

B. Saran-saran

Terkait perolehan hasil penelitian, berikut merupakan saran-saran yang peneliti tujukan kepada pihak-pihak yang terkait yakni:

1. Bagi Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi IAIN Kudus
Diharapkan kepada mahasiswa tasawuf psikoterapi IAIN Kudus angkatan 2020 untuk semakin meningkatkan frekuensi dalam membaca Al-Qur’an agar lebih memperoleh ketenangan jiwa.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi untuk menambah referensi pengetahuan dalam membaca Al-Qur’an dan ketenangan jiwa. Untuk

peneliti berikutnya diharapkan dapat memperluas cakupan penelitian dengan menambah jumlah responden dan melakukan penelitian dengan objek penelitian yang berbeda.

