

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari beberapa paparan pada bab sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Intensitas *Żikir* (X) berpengaruh positif terhadap Ketenangan Jiwa (Z), dengan nilai koefisien (kolom Original Sample) = 0.552, dan signifikan, dengan T-Statistics = 3.671 > 1.96 dan P-Values = 0.000 < 0.05 (**Hipotesis Diterima**).
2. Intensitas *Żikir* (X) berpengaruh positif terhadap Kebermaknaan Hidup (Y), dengan nilai koefisien (kolom Original Sample) = 0.339, dan signifikan, dengan T-Statistics = 2.111 > 1.96 dan P-Values = 0.035 < 0.05 (**Hipotesis Diterima**).
3. Ketenangan Jiwa (Z) berpengaruh positif terhadap Kebermaknaan Hidup (Y), dengan nilai koefisien (kolom Original Sample) = 0.705, dan signifikan, dengan T-Statistics = 4.330 > 1.96 dan P-Values = 0.000 < 0.05 (**Hipotesis Diterima**).
4. Ketenangan Jiwa (Z) signifikan memediasi hubungan antara Intensitas *Żikir* (X) dan Kebermaknaan Hidup (Y), dengan T-Statistics = 3.257 > 1.96 dan P-Values = 0.001 < 0.05 (**Hipotesis Mediasi Diterima**).
5. Nilai R-Squares dari Ketenangan Jiwa (Z) adalah 0.305, yang berarti Intensitas *Żikir* (X) mampu menjelaskan atau mempengaruhi Ketenangan Jiwa (Z) sebesar 30.5%. Nilai Q-Squares dari Ketenangan Jiwa (Z) adalah 0.245 > 0, yang berarti Intensitas *Żikir* (X) memiliki relevansi prediksi terhadap Ketenangan Jiwa (Z).
6. Nilai R-Squares dari Kebermaknaan Hidup (Y) adalah 0.875, yang berarti Intensitas *Żikir* (X) dan Ketenangan Jiwa (Z) mampu menjelaskan atau mempengaruhi Kebermaknaan Hidup (Y) sebesar 87.5%. Nilai Q-Squares dari Kebermaknaan Hidup (Y) adalah 0.757 > 0, yang berarti

Intensitas *Zikir* (X) dan Ketenangan Jiwa (Z) memiliki relevansi prediksi terhadap Kebermaknaan Hidup (Y).

B. Implikasi Teoritis/Praktis

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat dikemukakan implikasi secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Implikasi Teoritis

- a. Intensitas berdzikir jika dilakukan secara terus menerus maka akan memberikan pengaruh terhadap kebermaknaan hidup santri penyintas gangguan mental, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Juliana bahwa dzikir berpengaruh pada tingkat kebermaknaan hidup dengan nilai signifikansi 0,036 yang lebih rendah dari 0,05. Semakin intens dalam berdzikir maka semakin tinggi pula tingkat kebermaknaan hidupnya. Dengan demikian penelitian ini memperkuat teori bahwa kebermaknaan hidup bisa diraih melalui kedalaman spiritual.
- b. Intensitas berdzikir jika dilakukan secara terus menerus akan memberikan pengaruh terhadap ketenangan jiwa santri penyintas gangguan mental. Santri yang jiwanya tenang akan cenderung mampu untuk berpikir secara positif. Sesuai dengan penelitian Mursyid dkk. bahwa dzikir memberikan pengaruh sangat signifikan terhadap santri dengan gangguan mental dengan nilai signifikansi 0.002. Gangguan mental yang dialami santri berkurang seiring dengan intensitasnya dalam melakukan dzikir. Berkurangnya gangguan mental yang terjadi karena efek pada ketenangan hati yang dirasakan oleh santri.
- c. Ketenangan jiwa dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup para santri penyintas gangguan mental. Dengan ketenangan jiwa yang dirasakan oleh santri maka pemikiran dan tingkah laku santri menjadi stabil dan menumbuhkan perasaan dalam memaknai kehidupannya sebagai penyintas gangguan mental. Hasil

penelitian Reny dan Memonah mengatakan Tazkiyyatun nafs berperan dalam menumbuhkan kebermanaan hidup bagi residen pecandu narkoba yaitu dengan cara mengintegrasikan nilai-nilai tazkiyyatun nafs kedalam kegiatan yang pembiasaan yang positif. Adapun kegiatan pembiasaan tersebut berupa Sholat fardhu dan sunah, tadarus, puasa wajib dan sunah serta dzikir.

- d. Intensitas berdzikir dapat memberikan pengaruh dengan dimediasi oleh ketenangan jiwa terhadap kebermanaan hidup santri penyintas gangguan mental. Secara efektif maka untuk menemukan kebermanaan hidup santri penyintas gangguan mental menggunakan intensitas berdzikir yang dimediasi oleh ketenangan jiwa. Melalui ketenangan jiwa seseorang akan memperoleh keterbukaan hati dan akan menemukan tujuan hidup yang hakiki. Tujuan hidup inilah yang memberikan sebuah makna akan kehidupan. Dalam penelitian Fadlil dan Subandi mengatakan bahwa seseorang harus melalui lima tahap dalam perubahan makna hidupnya yaitu 1) Peningkatan rasa syukur, 2) peningkatan religiusitas, 3) komitmen, 4) rasa ikhlas, dan 5) perubahan penilaian sosial
2. Implikasi Praktis Hasil penelitian ini digunakan sebagai masukan bagi pesantren terkait serta pesantren-pesantren lain yang menangani kasus-kasus gangguan mental bahwa dengan menggunakan metode dzikir yang istiqomah lebih efektif dalam menenangkan santri gangguan mental dan dapat menjadikan santri lebih memaknai kehidupannya sebagai bekal dalam bermasyarakat ketika telah dinyatakan sembuh.

C. Keterbatasan penelitian

Penelitian ini tentu memiliki keterbatasan yang harus diakui guna memudahkan peneliti selanjutnya dalam menggali lebih jauh terkait kebermanaan hidup, keterbatasan tersebut di antaranya adalah :

1. Subjek penelitian yang sulit diidentifikasi dan jumlahnya sedikit
2. Variabel-variabel lain yang bisa menjadi penghubung atau bisa menjadi faktor lain dalam penelitian
3. Pengisian angket yang menguras pikiran membuat santri tidak jarang menyerah

D. Rekomendasi

Dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan, telah ditemukan beberapa hal yang dapat menjadi diskusi serta saran – saran yang telah disebutkan, namun agar dapat terealisasi dengan baik ada beberapa rekomendasi yang dapat menjadi masukan bagi pihak yang berkaitan, dalam hal ini Pondok Pesantren Darur Rohman Kiemas. Rekomendasi–rekomendasi tersebut adalah sebagai berikut:

1. Teks dzikir agar lebih dikokohkan kembali, agar santri dapat mengafal serta mengerti manfaat-manfaat dari dzikir serta dapat sebagai pegangan jika sudah lulus dari pesantren.
2. Mencari metode lain selain dzikir, karena pada akhirnya efek ketenangan jiwa jauh lebih besar pengaruhnya terhadap kebermaknaan hidup santri serta terhadap perilaku santri yang masih agresif.
3. Mencatat dan mengevaluasi secara berkala, santri-santri yang telah melakukan dzikir dan sudah mampu untuk berkomunikasi secara normal terhadap santri lain atau terhadap orang lain. Hal ini dilakukan agar ada klasifikasi santri sehingga dapat dibuat grup-grup kecil agar lebih memudahkan ustadz dan pengurus dalam mengelola.