

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti, tentang “Dampak Pengamalan Zikir *Wird al-Latif* Terhadap Kontrol Diri (*Self-Control*) Santri Pondok Pesantren Darul Falah Ki Ageng Mbodo Toroh Grobogan” diperoleh kesimpulan dari hasil penelitian, sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Pengamalan Zikir *Wird al-Latif* Di Pondok Pesantren Darul Falah Ki Ageng Mbodo merupakan kegiatan wajib yang harus dilakukan oleh santri pondok pesantren darul falah, pelaksanaan zikir di pondok pesantren memperhatikan etika, adab, dan tahapan yang sudah ditetapkan yaitu Pra pelaksanaan, sebelum mengamalkan zikir santri mendapat ijazah dari kiai. Pelaksanaan, zikir dilaksanakan diwaktu fajar tepatnya setelah sholat subuh kemudian santri harus dalam keadaan suci dan diawali dengan niat dalam hati, kemudian mulai membaca zikir diawali dengan membaca *tawasul* hingga selesai. Pasca Pelaksanaan, santri membiasakan diri untuk mengamalkan zikir setiap hari sehingga keberkahan zikir seperti ketenangan hati dan jiwa, kenyamanan, dan kebahagiaan dapat dirasakan sehingga tercapai kelembutan ruhani, ketakwaan, serta perilaku yang baik yang dapat diperoleh santri. Tujuan pengamalan zikir *Wird al-Latif* di Pondok Pesantren Darul Falah Ki Ageng Mbodo Toroh Grobogan adalah sebagai penjagaan diri dari masalah *dhohir* ataupun batin di waktu subuh dan sore.
2. Dampak yang dirasakan santri setelah melakukan pengamalan zikir *Wird al-Latif* salah satunya yaitu memiliki kontrol diri yang lebih positif karena dengan zikir seseorang dapat mencegah stimulus-stimulus yang sifatnya negatif, dengan mengingat Allah dan mengulang-ulang bacaan zikir dapat mempengaruhi pola pikir, emosi, dan perilaku santri. Adapun dampak pengamalan zikir *Wird al-Latif* memiliki pengendalian diri yang baik diantaranya kemampuan mengontrol perilaku yaitu dapat mengontrol emosi sedih, cemas,

khawatir, kecewa, marah, menjadi sabar. Kemampuan mengontrol pikiran yakni memiliki konsentrasi baik, rasa syukur dan perasaan bahagia. Kemampuan mengontrol keputusan yaitu belum mampu mempertimbangkan keputusan lebih meminta bantuan kepada pengasuh atau pengurus.

## B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, terdapat beberapa saran terkait peneliti selanjutnya yaitu sebagai berikut:

1. Untuk pondok pesantren Darul Falah Ki Ageng Mbodo Toroh Grobogan diharapkan dapat lebih meningkatkan pengawasan dan bimbingan agar santri dapat mengelola kontrol diri yang lebih baik lagi.
2. Untuk santri Pondok Pesantren Darul Falah Ki Ageng Mbodo diharapkan selalu istiqomah melakukan pengamalan zikir *Wird al-Latif* bukan hanya di pesantren saja tapi dapat istiqomah dilakukan ketika sudah tidak berada dari pesantren.
3. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih mendalam terkait variabel pengamalan zikir ataupun variabel kontrol diri (*self control*). Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dalam mengembangkan penelitian selanjutnya.

## C. Penutup

Peneliti ingin mengucapkan rasa syukur dan terimakasih kepada Allah swt. yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan ridhonya sehingga peneliti dapat menyelesaikan proses penelitian sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang membantu dalam proses penyelesaian skripsi khususnya kepada pengasuh Pondok Pesantren Darul Falah Ki Ageng Mbodo Kiai Gufron Mulyadi yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di pondok pesantren ini, serta terimakasih kepada pengurus dan santri yang ikut membantu dalam penelitian ini. Peneliti berharap skripsi ini dapat memberi manfaat kepada pembacanya.