

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil wawancara kepada 7 partisipan, melakukan analisis dan memperoleh hasil bahwa:

1. Dalam hal ini santri menggunakan dua bentuk strategi *coping*. *pertama, problem focus coping* yaitu usaha aktif individu untuk mengatur situasi eksternal atau sumber *stress*. Bentuk-bentuk *problem focus coping* adalah (a) *Confrontative coping*, dimana para santri dilatih untuk sadar akan masalah dan mempunyai keinginan untuk merubah keadaan dengan berbagai cara, (b) *Planful problem solving*, dimana santri berusaha menganalisis untuk memecahkan masalahnya, (c) *Seeking social support*, dalam hal ini santri berusaha untuk mencari bantuan atas permasalahan yang terjadi dengan menggunakan fasilitas pondok pesantren yang telah di sediakan dengan program kegiatan pondok pesantren. *Kedua, emotional focus coping* yaitu usaha individu untuk mengurangi respon terhadap *stress* dengan memikirkan kembali tingkah laku yang berpotensi menimbulkan *stress*, atau berusaha menggabungkan kedua jenis *coping* tersebut. Bentuk-bentuk *emotional focus coping* adalah (a) *Seeking social emotional support*, dimana santri meminta bantuan kepada pengrus, pengasuh, orang tua, ataupun teman-temannya dalam mencari solusi atau ketenangan diri dalam menghadapi permasalahan dengan mengarah kepada dukungan emosi seperti nasehat, semangat, atau motivasi, (b) *Distancing*, dimana para santri berusaha untuk mencari kegiatan lain yang positif untuk mengalihkan kesedihan dan *stress* yang dihadapi dengan hal-hal yang disukai, (c) *Self Control*, Selain meminta dukungan emosional dan pengalihan perasaan, santri juga harus bisa mengontrol dirinya agar terhindar dari *stress* yang sering kali mempunyai dampak negative dalam diri.
2. Factor pendukung dalam Strategi *Coping* Penghafal Al-Qur'an Santri Putri Pondok Pesantren Nurul Aziz Sarang Rembang. Bahwa kiyai bukan hanya berfungsi sebagai guru tetapi juga orang tua yang bertanggung jawab dalam membimbing santri. Factor pendukung ini antara lain adalah fasilitas pondok dan empati yang tinggi dari pengasuh, pihak keluarga yang bersedia untuk berkerjasama dalam membina, pengurus yang merangkul, serta usaha dari individu yang tinggi. Selain pendukung terdapat juga penghambat dalam strategi coping santri penghafal Al-

Qur'an yaitu masih ada banyak santri yang belum menyadari dan mau membentuk strategi coping pada dirinya, minimnya usaha, waktu muroja'ah yang masih digunakan untuk hal-hal tidak penting seperti mengobrol dengan teman, dan focus menghafal yang teralih karena masalah dengan lawan jenis.

B. Saran

1. Saran Teoristis
 - a. Pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan memperdalam mengenai strategi *coping* penghafal Al-Qur'an, sehingga dapat diketahui sejauh mana dampak dari strategi *coping* tersebut bagi para penghafal
 - b. Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini sumber-sumber dan referensi yang terkait secara langsung dengan penelitian yang digunakan masih kurang. Oleh karena itu, bagi peneliti selanjutnya agar lebih memperbanyak lagi sumber-sumber dan referensi yang lebih akurat terkait dengan permasalahan tersebut
2. Saran Praktis
 - a. Untuk pengasuh, perlu ada inovasi dalam hal metode menghafal Al-Qur'an selain metode yang sering di terapkan dalam menghafal Al-Qur'an selama ini, sehingga para santri mempunyai banyak metode yang sekiranya para santri bisa terapkan dalam diri.
 - b. Untuk Pengurus harus lebih interaktif dan lebih bisa mengajak para santri untuk tetap semangat menggafal Al-Qur'an. Kemudian untuk para pengurus harus bisa menjadi contoh bagi para santri dalam hal memenajemen waktu dan keberlangsungan kegiatan-kegiatan yang ada di pondok pesantren.
 - c. Bagi para santri harus bisa membagi waktu untuk menghafal Al- Qur'an. Harus bisa menyeimbangkan antara menghafal Al- Qur'an dan *muroja'ah* hafalan. Dan santri agar lebih semangat lagi dalam menghafal Al-Qur'an. Rasa malas harus dihiangkan karena menghafal Al-Qur'an dibutuhkan niat yang kuat.