


**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas membaca Al-Quran beserta tafsir dengan penurunan stress pada siswa SMP N 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan .

Bentuk hubungan antara intensitas membaca Al-Qur'an beserta tafsir pada siswa SMP N 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan adalah positif, ini berarti semakin tinggi intensitas membaca Al-Qur'an beserta tafsir pada siswa SMP N 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten pelalawan maka akan semakin tinggi pula tingkat penurunan stres pada siswa. Sebaliknya semakin rendah intensitas membaca Al-Qur'an beserta tafsir pada siswa SMP N1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan maka akan semakin rendah pula penurunan stres pada siswa.

Sumbangan efektif intensitas membaca Al-Qur'an beserta tafsirnya dengan penurunan stres yaitu 8,1 % dan 91,9% lagi di pengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, ada beberapa saran yang dapat dikemukakan oleh peneliti, yaitu:

##### 1. Bagi Siswa

Siswa hendaknya lebih giat dalam membaca alquran agar terhindar dari stress. Al-quraan dapat membuat hidup lebih nyaman dan tentram sehingga

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

keadaan negatif tidak akan timbul karena dengan membaca al-quraan dapat menentramkan hati.

**2. Bagi Peneliti**

Bagi peneliti, dapat memperoleh pengalaman dan wawasan pribadi dalam melakukan penelitian pendidikan terutama yang berkaitan dengan cara menghilangkan stres

**3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi penurunan stres. Dan kepada peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai salah satu sumber referensi yang berkaitan intensitas membaca al-quraan dan penurunan stres.