

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan yang disajikan pada bab sebelumnya, Kesimpulan berikut dapat ditarik:

1. Ada hubungan yang kuat antara puasa sunnah Senin - Kamis dengan kedisiplinan ibadah mahasiswi semester 7 STIT Madani Yogyakarta 2025/2026 akademik. Ini ditunjukkan oleh uji korelasi Spearman Rank Hasil uji korelasi, yang menunjukkan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$, sehingga mendukung hipotesis alternatif (H_a).
2. Kekuatan hubungan puasa Sunnah Senin-Kamis dengan kedisiplinan ibadah dianggap kuat, dengan nilai koefisien korelasi 0.676. Arah hubungan positif, yang menyiratkan bahwa semakin tinggi pelaksanaan puasa Sunnah Senin-Kamis, semakin besar kemungkinan mahasiswi untuk meningkatkan tingkat disiplin ibadah mereka. Dilain pihak, semakin jarang orang melakukan puasa Sunnah Senin-Kamis, semakin besar kemungkinan komitmen seseorang untuk beribadah akan berkurang atau menurun.

B. Saran

1. Untuk Mahasiswi

Diharapkan dapat meningkatkan konsistensinya dalam menjalankan puasa sunnah Senin-Kamis sebagai pembiasaan ibadah dan pengendalian diri. Selain itu, mahasiswi diharapkan menjaga disiplin dalam melaksanakan kewajiban dan Sunnah beribadah dalam rangka membentuk individu yang lebih disiplin dan bertanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari.

2. Untuk Institusi/Universitas

Melalui Spiritual inisiatif pendampingan, kegiatan keagamaan, dan praktik yang menumbuhkan kesadaran religius mahasiswi, kampus diharapkan dapat menawarkan bantuan. Diharapkan lingkungan kampus yang mendukung semakin memotivasi mahasiswi untuk berpuasa lebih teratur dan berlatih beribadah dengan disiplin.

3. Untuk Peneliti Masa Depan

Diharapkan para peneliti di masa depan dapat memperluas penelitian ini dengan memasukkan faktor-faktor tambahan yang dapat mempengaruhi disiplin agama, seperti motivasi religius, pengendalian diri, lingkungan sosial, atau lingkungan keluarga, Agar mendapatkan temuan yang lebih lengkap dan komprehensif