

**BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK
BIBLIOTERAPI AL-QUR'AN UNTUK MENANGANI KECEMASAN
PASIEN DIABETES MELLITUS 1 DI KELURAHAN TROPODO WARU
SIDOARJO**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Sosial
(S.Sos)**



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Oleh:

Dinul Qoyyimah Ma'rifatus Sholeha

NIM. B73214049

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Dinul Qoyyimah Ma'rifatus Sholeha
NIM : B73214049
Judul : Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi Al-
Qur'an untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1
Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 13 April 2018

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,



Lukman Fahmi, S.Ag.M,Pd

NIP : 197311212005011002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Dinul Qoyyimah Ma'rifatus Sholeha ini telah dipertahankan di depan
Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 19 April 2018

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,



Dr. Hj. Rr. Suhartini, M.Si
NIP. 195801131982032001

Penguji I,

Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd
NIP. 197311212005011002

Penguji II,

Dra. Faizah Noer Laela, M.Si
NIP. 196012111992032001

Penguji III,

Yusra Ningsih, S.Ag, M.Kes
NIP. 197605182007012022

Penguji IV,

Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag
NIP. 196607042003021001

PERNYATAAN
PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahamnirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dinul Qoyyimah Ma'rifatus Sholeha
NIM : B73214049
PRODI : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : JL. Sunan Ampel Gang.Mubaroq No.89 RT/03 RW/04
Kota Probolinggo

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

- 1) Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
- 2) Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atau karya orang lain.
- 3) Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 13 April 2018

Yang telah menyatakan.


Dinul Qoyyimah M.S

B73214049



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : DINUL QOYYIMAH MA'RIFATUS SHOLEHA
NIM : B73214049
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / BIMBINGAN KONSELING ISLAM
E-mail address : dinul.qoyyimahms@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK BIBLIOTERAPI

AL-QUR'AN UNTUK MENANGANI KECEMASAN PASIEN DIABETES

MELLITUS 1 DI KELURAHAN TROPODO WARU SIDOARJO

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 25 April 2018

Penulis

(DINUL QOYYIMAH M.S)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Dinul Qoyyimah Ma'rifatus Sholeha, NIM. B73214049, 2018, *Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an untuk Menangani Kecemasan Diabetes Melitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo.*

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana Proses Bimbingan Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an Untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo? (2) Bagaimana Hasil Akhir Bimbingan Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an Untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo?.

Untuk membahas permasalahan tersebut metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif untuk menangani studi kasus kecemasan pasien diabetes melitus 1 di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan teknik biblioterapi Al-Qur'an sebagai media bahan bacaan. Analisis data menggunakan analisis deskriptif komparatif yaitu membandingkan sebelum dan sesudah proses konseling.

Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa (1) Proses Bimbingan Konseling Islam menggunakan teknik Biblioterapi Al-Qur'an untuk menangani kecemasan pasien diabetes melitus 1. Terdapat 5 langkah proses konseling yang telah dilakukan yaitu: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi atau *treatment* Untuk menangani 6 indikator kecemasan sedang yang dialami konseli, dengan lima tahapan yaitu: pemberian motivasi, memberikan waktu yang cukup kepada konseli untuk membaca, inkubasi, tindak lanjut dan evaluasi. Kemudian dilakukan evaluasi atau *follow up*. Media bahan bacaan yang digunakan dalam proses terapi ini adalah Ayat Al-Qur'an, terjemahan dan tafsir Ibnu Katsir dengan pemilihan sesuai permasalahan untuk menyadarkan, merubah pola pikir dan memotivasi konseli. Media bahan bacaannya adalah Qs. Yunus 57, Qs. Yusuf 86, Qs. Fushshilat 30, dan Qs. Al-Hadid 22-23. (2) Hasil dari bimbingan konseling islam dengan teknik biblioterapi Al-Qur'an untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1 Dapat dikatakan cukup berhasil. Hal ini dapat dilihat dari Perubahan yang dialami konseli sendiri konseli perlahan mampu merubah pola pikir dan perasaan khawatir nya terhadap penyakit yang dialami, perasaan khawatir yang tidak beralasan, khawatir dengan keluarga dan konseli mampu menerima penyakit yang dialami dan bersabar menunggu sesuatu yang diinginkan (kehadiran anak) meskipun dengan waktu yang cukup lama, konseli sekarang tidak mudah menangis dan lebih sering gembira, konseli merasa dirinya lebih baik.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling Islam, Teknik Biblioterapi Al-Qur'an, Kecemasan Diabetes Melitus 1.

b. Keutamaan Al-Qur'an	45
c. Gangguan Kejiwaan dengan Terapi Al-Qur'an	47
d. Ayat Al-Qur'an dan Tafsir Ibnu Katsir	49
C. Kecemasan dan Diabetes Melitus 1	
1. Kecemasan	
a. Pengertian Kecemasan	56
b. Reaksi Kecemasan	56
c. Gangguan Fungsional Kecemasan	58
d. Skala Kecemasan	58
e. Macam-macam Kecemasan	61
2. Diabetes Melitus 1	
a. Pengertian Diabetes Melitus 1	62
b. Penyebab Diabetes Melitus 1	63
D. Penelitian Terdahulu	65
 BAB III: PENYAJIAN DATA	
A. Deskripsi Umum Objek Penelitian	
1. Lokasi Penelitian	64
2. Deskripsi Konselor	68
3. Deskripsi Konseli	70
4. Deskripsi Masalah Konseli	73
B. Deskripsi Hasil Penelitian	
1. Deskripsi Proses Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo	75
a. Waktu dan Tempat	76
b. Identifikasi Masalah	77
c. Diagnosis	82
d. Prognosis	83
e. <i>Treatment</i> atau Terapi	84
f. <i>Follow up</i> dan Evaluasi	104
2. Deskripsi Hasil Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo	105
 BAB IV: ANALISIS DATA	
A. Analisis Proses Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1 di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo	107
B. Analisis Proses Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1 di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo	111

Tahapan ini digunakan untuk menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, memilih dan memanfaatkan informan, menyiapkan perlengkapan penelitian dan persoalan lapangan, semua itu digunakan peneliti untuk memperoleh deskripsi secara global tentang objek penelitian yang akhirnya menghasilkan rencana penelitian bagi peneliti selanjutnya.

Peneliti memilih penelitian tentang kecemasan diabetes melitus 1, klien berada di daerah kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo. Peneliti meminta izin perihal penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terhadap konseli. Kemudian peneliti menyiapkan beberapa instrumen penelitian yang dibutuhkan dilapangan seperti pedoman wawancara, buku, alat tulis, dokumentasi dan perlengkapan lainnya, untuk mendapatkan berbagai informasi mengenai klien dan keterangan deskripsi lainnya.

b. Tahap Pekerjaan Lapangan

Pada tahap ini peneliti memahami penelitian, persiapan diri memasuki lapangan, menjalin keakraban dan berperan serta mengumpulkan data yang ada di lapangan. Di sini peneliti menindak lanjuti serta memperdalam pokok permasalahan yang diteliti dengan cara mengumpulkan data-data hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan.

Peneliti pada tahap ini, konselor sudah mempunyai bekal data untuk memasuki lapangan, sehingga mudah untuk memperoleh data serta

kembali individu akan fitrahnya”, yang dimaksudkan bahwa manusia itu mambawa fitrah ketauhidan, yakni mengetahui Allah SWT Yang Maha Esa, mengakui dirinya sebagai ciptaannya, yang harus tunduk dan patuh pada ketentuan dan petunjuknya. Manusia ciptaan Allah SWT yang dibekali berbagai hal dan kemampuan, termasuk naluri beragama tauhid (agama Islam). Mengenal fitrah berarti sekaligus memahami dirinya sebagai makhluk Tuhan, makhluk individu, makhluk sosial dan juga makhluk pengelola alam semesta atau makhluk berbudaya. Dengan megenal dirinya sendiri atau mengenal fitrahnya itu individu akan lebih mudah mencegah timbulnya masalah, memecahkan masalah, dan menjaga berbagai kemungkinan timbulnya kembali masalah.

- b. Membantu individu menerima keadaan dirinya bagaimana adanya, segi-segi baik dan buruknya, kekuatan serta kelemahannya, sebagai suatu yang memang telah diciptakan Allah (nasib dan takdir), tetapi juga menyadari bahwa manusia diwajibkan untuk berikhtiar, kelemahan yang ada pada dirinya bukan untuk terus menerus disesali, dan kekuatan atau kelebihan bukan pula untuk membuatnya lupa diri. Dalam satu kalimat singkat dapat dikatakan sebagai membantu individual tawakkal atau berserah diri kepada Allah. Dengan tawakkal atau berserah diri kepada Allah berarti meyakini bahwa nasib baik buruk dirinya itu adanya hikmahnya yang bisa jadi manusia tidak tahu.
- c. Membantu individu memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapi saat ini. Kerap kali masalah yang dihadapi individu tidak

dipahami oleh individu itu sendiri atau individu tidak merasakan bahkan tidak menyadari bahwa dirinya sedang menghadapi masalah, tertimpa masalah. Bimbingan konseling Islam membantu individu merumuskan masalah yang dihadapinya dan membantunya mengdiagnosis masalah yang sedang dihadapi itu. Masalah bisa timbul dari bermacam faktor. bimbingan konseling Islam membantu individu melihat faktor-faktor penyebab timbulnya masalah tersebut. Sumber masalah yang datang seperti halnya, yakni tidak selaras antara dunia dan akhirat, antara kebutuhan keduniaan dengan mental spiritual (ukhrawi). Dengan memahami keadaan yang dihadapi dan memahami sumber masalah, individu akan dapat lebih mudah mengatasi masalahnya tersebut.

d. Membantu individu menemukan alternatif pemecahan masalah, bimbingan konseling Islam, pembimbing atau konselor, tidak memecahkan masalah, tidak menentukan jalan pemecahan masalah tertentu, melainkan sekedar menunjukkan alternatif yang disesuaikan dengan kadar intelektual masing-masing individu. Secara islami, terapi umum bagi pemecahan masalah (rohaniah individu). Secara islam, terapi umum bagi pemecahan masalah (rohaniah individu), seperti yang dianjurkan dalam Al-Qur'an, adalah :

- 1) Berlaku sabar
- 2) Membaca dan memahami Al-Qur'an
- 3) Berzikir atau mengingat Allah SWT.

Dalam pelaksanaan biblioterapi, konselor harus memahami dan mempraktekkan teknik-teknik dasar konseling. Teknik dasar ini digunakan dalam wawancara konseling. Teknik tersebut meliputi: teknik menerima klien, mengatur sikap dan jarak duduk, melakukan kontak mata, teknik mendengar, memahami dan merespon, membangun kontak dan psikologis, mengadakan penstrukturan, mengajak klien berbicara, memberikan dorongan minimal, mengajukan pertanyaan terbuka, memberikan refleksi, menyimpulkan, menafsirkan, mengkonfrontasikan, meruntuti pembicaraan, mengelola suasana diam, mengelola transferensi dan kontra transferensi, menafsirkan pengalaman masa lalu, mengelola asosiasi bebas dan menyusun laporan konseling.

Data yang terkumpul dalam wawancara konseling dapat menjadi dasar pengambilan keputusan penggunaan strategi biblioterapi. Brown mengemukakan 4 teknik yang dapat digunakan dalam menggunakan model biblioterapi. 4 model teknik tersebut adalah sebagai berikut :

1) Teknik kelola sendiri

Dalam teknik ini konselor hanya mengaturkan judul buku, bab atau sub bab dan artikel yang hendaknya dibaca klien. Selanjutnya klien sendiri yang aktif membaca, memahami dan mengubah tingkah lakunya. Oleh karena itu, teknik ini tidak memerlukan kehadiran seorang konselor kecuali untuk pemantauan sejauh mana buku tersebut dibaca dan apakah ada perubahan tingkah laku klien. Material yang digunakan pada teknik ini biasanya bersifat panduan atau

Sebuah buletin mingguan yang terbit di Mesir, edisi Senin 9 Juli 2007 mempublikasikan bahwa hasil penelitian oleh Asosiasi Kedokteran Islam di wilayah Florida Amerika Serikat mengenai daya penyembuhan Al-Qur'an, dengan dilandasi pertanyaan, apakah Al-Qur'an dapat menyembuhkan penyakit jasmani ataupun penyakit ruhani, atautkah Al-Qur'an dapat menyembuhkan keduanya?

Tujuan penelitian tersebut untuk mengetahui pengaruh Al-Qur'an terhadap penyembuhan penyakit jasmani dan ruhani. Dengan menggunakan perangkat elektronik dan komputer untuk mengamati perubahan responden ketika para responden mendengarkan Al-Qur'an.

Penelitian ini dilakukan dengan 210 responden, kemudian dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu kelompok yang memahami bahasa Arab, kelompok yang tidak memahami bahasa Arab dan non muslim. Ternyata para peneliti menemukan bahwa pelantunan ayat-ayat Al-Qur'an memberikan efek ketenangan jiwa 97% terhadap responden.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Dr.Ramiz Thaha, seorang ahli kedokteran jiwa dari universitas al-azhar, menunjukkan bahwa terapi yang dilakukan dengan membaca Al-Qur'an berdampak besar terhadap proses penyembuhan para penderita gangguan jiwa. Tingkat keberhasilan terapi itu mencapai 80%.

Dr. Said Abdul Azhim dari universitas kairo juga mengatakan bahwa terapi dengan Al-Qur'an, selain dengan obat-obat kimiawi,

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo, kelurahan ini terdapat di Kecamatan Waru, Sidoarjo, Jawa Timur. Kode pos: 61256. Lebih tepatnya di Jl. Tropodo 1 barat No.165 Rt.15 Rw.02. kediaman Ibu Makhsunnah Dan Alm. Bapak Sholeh. Kelurahan Tropodo merupakan salah satu desa yang padat penduduknya di Kecamatan Waru, jumlah penduduk kelurahan Tropodo 24.567 jiwa. Di tropodo sudah banyak berdiri perumahan-perumahan, seperti Griyo Mapan Sentosa, Tropodo Indah, Troposo Asri, Citra Tropodo, Wisma Tropodo, Taman Wisata Tropodo, Perum Samudram, Perum P&K. Di Tropodo juga banyak berdiri pabrik-pabrik .

Saat ini Kelurahan Tropodo dipimpin oleh seorang lurah yang merupakan warga asli atau pribumi yaitu bapak M.Yusuf S,E. Secara geografis Tropodo lebih dekat dengan wilayah Surabaya dibanding dengan pusat kota sidoarjo. Tropodo merupakan salah satu desa yang tingkat pendidikan yang tinggi di Sidoarjo, seiring dengan penobatan surabaya yang dinobatkan sebagai kota paling cerdas di Indonesia, pemerintah Sidoarjo juga mengumumkan Tropodo sebagai desa paling cerdas di kabupatennya. Sekitar 85% warganya merupakan lulusan SMP-SMA dan 67% diantaranya duduk dan lulus dari perguruan tinggi.

itu pun baru di ketahui konseli yang awalnya hanya sakit biasa, kemudian ibunya mengantar konseli ke klinik Medikusian untuk cek kesehatan. Dari hasil pemeriksaan, konseli didiagnosis menderita penyakit diabetes. Akibat dari diagnosis tersebut, konseli merasa dirinya sudah tidak berguna lagi untuk orang terdekatnya karena hidupnya bergantung pada insulin. Konseli berfikir siapa yang mau menikahi seseorang yang punya penyakit kronis seperti ini, kemudian konseli mulai memperbaiki dirinya dengan berhijab dan memperbaiki keimanannya kepada Allah SWT. Konseli merasa bahwa dirinya merasa bersalah dengan apa yang telah dia lakukan sebelumnya.

Tiga tahun kemudian, konseli menikah dengan seorang laki-laki yang dicintainya, di saat konseli bekerja menjadi seorang SPG. Konseli tidak menyangka di saat laki-laki itu melamarnya, sedangkan laki-laki itu mengetahui bahwa konseli mempunyai penyakit diabetes. Konseli dan lelaki itu bekerja di pabrik yang berdekatan sehingga sering kali berangkat dan pulang kerja bersamaan.

Adapun kondisi pernikahannya dengan laki-laki tersebut di atas, dalam keadaan harmonis sampai saat ini, meskipun kurang jika tidak ada kehadiran si kecil dalam sebuah keluarga. Dua tahun berlalu namun keluarga kecil ini belum juga dikaruniai seorang anak. Konseli merasa bahwa dirinya belum bisa membahagiakan suami dan ibu mertuanya tanpa kehadiran seorang anak. Konseli saat ini sudah mengikuti program kehamilan, namun konseli merasa khawatir karena saat ini konseli harus pulang pergi untuk menjenguk ibu dan mertuanya dengan jarak yang cukup

Setelah konselor memberikan pertanyaan ini, konseli menjawab ada 15 nomer yang terjawab “Ya” seperti yang ada di lampiran, sedangkan skor 11-20 sudah tergolong kategori kecemasan sedang jika tidak segera ditangani akan mengakibatkan kecemasan tinggi. Konseli menjelaskan ada 6 indikator kecemasan dari faktor psikis yang sering muncul yang memicu penyakitnya semakin parah yaitu konseli sering tegang pada waktu bekerja, konseli sering khawatir dengan penyakit yang dialami, konseli mudah menangis, konseli merasa khawatir terhadap suatu hal atau orang lain, konseli menjadi gelisah apabila konseli harus menunggu sesuatu, dan terakhir pada waktu tertentu konseli merasa khawatir tanpa alasan. Kemudian konselor menanyakan 6 indikator itu kepada konseli untuk mengetahui apa yang konseli rasakan.

- 2) Saat ini, konseli sebagai pegawai PT. Bakti Insan Abadi, konseli bekerja sebagai Mentor atau Leader di tempat kerjanya. Perjalanan menjadi leader, menurut konseli cukup begitu menantang dan konseli merasa proses menjadi leader cukup memerlukan waktu yang panjang, namun hal ini membuat konseli tak ingin berhenti dalam dunia kerja mengingat perjuangan yang sangat melelahkan, perjuangan dari seorang pegawai produksi biasa sampai akhirnya menjadi seorang leader. Dalam sebuah lingkungan pekerjaan konseli berinteraksi dengan beberapa orang yang tentunya ada yang suka dan ada juga yang tidak suka. Konseli pernah menjumpai anggotanya

mampu memahami diri serta menerima keadaan dirinya. Karena terbatasnya waktu untuk bertemu antara konseli dan konselor, maka konselor memilih teknik kelola sendiri serta teknik kontak minimal yang nantinya dilanjutkan melalui telepon dan media sosial (whatsapp) sebagai teknik dalam penelitian. Konselor memberikan 6 ayat Al-Qur'an, terjemahan dan tafsir Ibnu Katsir yang sesuai dengan permasalahan konseli yaitu tentang kecemasan, khawatir, gelisah dan sedih, ayat tersebut diantaranya : Qs. Al-Isra' 82, Qs. Yunus 57, Qs. Yusuf 86, Al-Baqarah 38, Qs. Fushshilat 30, dan Qs. Al-Hadid 22-23. Kemudian proses ini dilakukan dengan beberapa tahap adapun tahap biblioterapi Al-Qur'an yaitu motivasi, waktu untuk membaca, inkubasi, tindak lanjut dan evaluasi, tahap ini memerlukan waktu cukup lama, dan untuk menyentuh psikisnya pun harus secara bertahap.

e. Treatment atau terapi

Pada tahap ini konselor mulai menerapkan terapi kepada konseli dengan menggunakan bahan bacaan yaitu dengan media Al-Qur'an. Setelah mengetahui permasalahan serta melakukan pendalaman kasus untuk mengetahui berbagai aspek dari konseli, konselor telah memberikan bahan bacaan sesuai permasalahan. Bacaan yang diberikan melalui Ayat Al-Qur'an, terjemahan dan tafsir Ibnu Katsir sesuai permasalahan, : Qs. Al-Isra' 82, Qs. Yunus 57, Qs. Yusuf 86, Al-Baqarah 38, Qs. Fushshilat 30, dan Qs. Al-Hadid 22-23.

Penggunaan media Al-Qur'an ini diharapkan mampu merubah pola pikir konseli yang merasa khawatir, gelisah dan cemas dengan cara memahami, menerima keadaan yang saat ini konseli hadapi dengan melakukan hal yang positif, berbuat kebaikan, lebih mendekatkan diri pada Allah SWT, mengingat Allah SWT dengan berdzikir serta sabar menghadapi permasalahan yang akan datang, tanpa merasa lemah, sedih dan khawatir dengan apapun.

Proses terapi ini dilakukan dengan mempertimbangkan waktu antara konselor dan konseli, juga berpacu dengan asas musyawarah, setelah diberikan bahan bacaan tersebut, konselor memperbolehkan kepada konseli untuk memilih ayat Al-Qur'an yang akan dibaca dan dikaji, akhirnya konseli memilih 4 ayat Al-Qur'an sebagai bahan bacaan untuk permasalahan yang dihadapi. Konseli memilih antara lain : Qs. Yunus 57, Qs. Yusuf 86, Qs. Fushshilat 30, dan Qs. Al-Hadid 22-23.

Adapun terapi yang digunakan konselor dalam pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan teknik biblioterapi Al-Qur'an untuk menangani kecemasan pasien diabetes melitus 1 melalui 5 tahap yaitu motivasi, waktu untuk membaca, inkubasi, tindak lanjut dan evaluasi.

1. Mengawali dengan motivasi

Konselor memberikan penguatan positif dan memotivasi agar tetap selalu menjaga kesehatannya dengan mengikuti saran dokter,

Konselor	Apa yang mbak dapatkan setelah membaca dan memahami isi bacaan ayat Qs. Yunus 57 ?
Konseli	Sekilas saya merasa ragu, sampai memiliki rasa berburuk sangka, kadang hanya memikirkan duniawi, takut kalo terjadi ini itu terhadap hidup saya, lebih tepatnya kecemasan terhadap penyakit yang saya alami, Alhamdulillah dengan adanya diskusi saya bisa berbagi sama mbak dinul, tentang apa yang saat ini saya alami dan pikiran yang tadinya negatif bisa dikalahkan dengan pikiran positif yang nantinya akan saya lakukan, sehingga tidak sampai terjadi hal-hal yang memberikan dampak buruk bagi saya.
Konselor	Alhamdulillah, Nah.. iya mbak, dalam Qs. Yunus 57 menjelaskan bahwa sebagaimana Allah menurunkan Al-Qur'an sebagai menyembuh dari segala penyakit ragu-ragu, was-was yang ada di dalam dada, petunjuk Allah sebagai obat penenang jiwa yaitu adalah Al-Qur'an dengan mengingat Allah SWT, mengikuti jalan dengan petunjuk dan agama yang benar, maka janganlah kamu merasa khawatir, dan bergembiralah. Karena kebahagiaan hidup didunia bukan saja hanya harta melainkan hati gembira tanpa ada keraguan dan buruksangka terhadap Allah". Hal positif apa yang mbak lakukan untuk menutupi pikiran negatif ?
Konseli	Ketika pikiran saya lagi kacau, khawatir dan gelisah akan penyakit saya, saya menenangkan dengan sholat dan mengaji. Ya bisa dengan melakukan kegiatan rumah, main gitar setidaknya saya bisa tenang, saya akan melakukan kegiatan itu mbak, yang penting positif bagi saya kan ya? Kalo jalan-jalan boleh?
Konselor	Ya sangat boleh lah mbak, kapan lagi.. nikmati hidup dan bergembiralah, tapi yang wajar" saja hehehe
Konseli	Siap mbak dinul..

Diberikan-Nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong dan membanggakan diri.

Tafsirnya : Al-Hasan ketika ditanya tentang ayat 22 ini, ia menjawab bahwa siapakah yang ragu tentang hal ini, bahwa tiap kejadian , musibah yang terjadi di antara langit dan bumi semua telah ditentukan sebelumnya oleh Allah SWT. Apakah musibah itu berupa kekurangan hasil makanan tanaman atau yang menimpa manusia pada dirinya dan keluarganya.

Allah sengaja dengan rahmat-Nya memberitahukan kepada manusia bahwa semua yang terjadi di bumi pada semua manusia, binatang, jin tumbuh-tumbuhan semata-mata telah ditentukan oleh Allah sejak dahulu sebelum menjadikan dunia ini, supaya manusia tidak menyesali apa yang akan terlepas dari jangkauannya, demikian supaya bergembira dan berbangga terhadap apa yang diperolehnya dari pemberian Allah yang sampai ditangannya. Supaya pikirannya tenang menghadapi segala kejadian dan hendaklah banyak bertawakkal berserah diri kepada Allah SWT yang telah mengatur alam semesta ini dengan bijaksana dan rahmat-Nya. Sebab Allah sangat membenci orang yang sombong, berlagak dan berbesar mulut. Umumnya mereka ini adalah orang-orang yang bakhil, bahkan menganjurkan orang lain supaya bakhil,

		alasan (suatu hal yang belum terjadi : meninggal)
3.	Prognosis	Setelah dilakukan tahap diagnosis yang menyimpulkan permasalahan yang dihadapi klien, tahap selanjutnya yaitu prognosis. Prognosis merupakan tahap penentuan terapi yang sesuai untuk membantu klien dalam menghadapi permasalahannya. Konselor memutuskan untuk menggunakan Biblioterapi Al-Qur'an untuk menangani kecemasan pasien diabetes melitus 1 dengan berbagai pertimbangan, pertimbangan tersebut yaitu <i>pertama</i> , konseli suka membaca, setiap selesai sholat konseli rutin membaca Al-Qur'an, terkadang membaca saja tidak cukup, perlu kita memahami isi bacaan yang kita baca. <i>Kedua</i> , usia konseli 24 tahun yang sudah mampu membaca dan memahami ayat Al-Qur'an, terjemahan dan tafsir ibnu katsir sesuai dengan permasalahan konseli.
4.	Terapi dan <i>Treatment</i>	Tahap selanjutnya yaitu terapi. Terapi merupakan proses inti dari sekian tahap-tahap dalam bimbingan konseling, diharapkan dari tahap ini, didapatkan hasil sesuai target dan harapan klien dan konselor. Target yang ingin dicapai adalah, diharapkan mampu merubah pikiran konseli yang merasa khawatir, gelisah dan cemas dengan cara memahami, menerima keadaan yang saat ini konseli hadapi dengan melakukan hal yang positif, berbuat kebaikan, lebih mendekatkan diri pada Allah SWT, mengingat Allah SWT dengan berdzikir serta sabar menghadapi permasalahan yang akan datang, tanpa merasa lemah, sedih dan khawatir dengan apapun. Terapi dilakukan dengan menggunakan media Al-Qur'an . Al-Qur'an yang digunakan dalam proses pelaksanaan teknik biblioterapi ini adalah dengan memilih beberapa ayat sesuai dengan permasalahan konseli. konselor telah memberikan bahan bacaan dengan Ayat Al-Qur'an, terjemahan dan tafsir ibnu katsir sesuai permasalahan

B. Analisis Hasil Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Melitus 1 di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo.

Pada bab ini menjelaskan hasil dari proses bimbingan konseling Islam dengan teknik biblioterapi Al-Qur'an untuk menangani kecemasan pasien diabetes melitus 1 di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo. Tingkat keberhasilan berdasarkan proses konseling yang telah dilakukan terdapat perubahan atau tidak dalam diri konseli pada saat sebelum dan sesudah melakukan proses konseling.

Konselor menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan konseling Islam ini membantu konseli mengenali, memahami dan menerima keadaan dirinya dengan memecahkan permasalahan melalui biblioterapi Al-Qur'an dengan memberikan bahan bacaan yang didalamnya terkandung makna memotivasi klien yang sesuai dengan permasalahan konseli dan memilih beberapa ayat Al-Qur'an, terjemahan dan tafsir Ibnu Katsir dengan membaca, memahami Al-Qur'an kemudian direfleksikan dengan permasalahan yang dihadapi sebagai tujuan penyembuhan terhadap konseli.

Setelah konselor menerapkan teknik biblioterapi Al-Qur'an untuk menangani kecemasan pasien diabetes melitus 1 dalam analisis data. Kecemasan sedang yang dialami konseli, kecemasan ini dikarenakan konseli mempunyai penyakit diabetes melitus 1. Enam indikator yang sering dialami konseli dan memicu penyakitnya semakin parah yaitu konseli sering tegang pada waktu bekerja, konseli sering khawatir dengan penyakit yang dialami,

Islam dengan teknik biblioterapi Al-Qur'an menunjukkan keberhasilan dengan hasil perbandingan persentase yaitu :

Gejala sebelum pelaksanaan konseling konseli merasa khawatir terhadap suatu hal atau orang lain dan konseli menjadi gelisah apabila menunggu sesuatu yang awalnya sering setelah pelaksanaan konseling menjadi kadang-kadang dengan persentase 34%. Sedangkan untuk gejala-gejala sebelum pelaksanaan konseling konseli sering tegang pada waktu bekerja, konseli sering khawatir dengan penyakit yang dialami, konseli mudah menangis, dan pada waktu tertentu konseli merasa khawatir tanpa alasan yang awalnya sering menjadi tidak pernah dengan persentase 66%.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam pemberian dan pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan teknik biblioterapi Al-Qur'an untuk menangani kecemasan pasien diabetes melitus 1 di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo yang dilakukan oleh konselor dan konseli dapat dikatakan cukup berhasil dengan persentase 66%. Hal ini sesuai dengan standart uji yang tergolong dalam kategori 60% sampai dengan 75% yang dikategorikan cukup berhasil.

Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo. Dapat dikatakan cukup berhasil. Hal ini dapat dilihat dari Perubahan yang dialami konseli sendiri konseli perlahan mampu merubah pola pikir dan perasaan khawatir nya terhadap penyakit yang dialami, perasaan khawatir yang tidak beralasan, khawatir dengan keluarga dan konseli mampu menerima penyakit yang dialami dan bersabar menunggu sesuatu yang diinginkan (kehadiran anak) dan konseli mencoba menerima bahwa memang usia pernikahannya masih normal jika belum mempunyai anak dan menunggu dengan waktu yang cukup lama, konseli sekarang tidak mudah menangis dan lebih sering gembira, konseli merasa dirinya lebih baik dari sebelumnya (dilihat dari hasil lab rumah sakit saat cek kesehatan dan selama 1 tahun ini konseli tidak masuk rumah sakit).

B. Saran

1. Bagi konselor sebaiknya mengasah kemampuannya mengenai Al-Qur'an, baik dari segi tajwid, terjemah dan diharapkan menguasai beberapa tafsir. Agar mudah untuk mencapai apa yang diinginkan dari proses konseling.
2. Bagi konseli sebaiknya mampu mengendalikan rasa khawatirnya, belajar menerima keadaan yang diberikan oleh Allah SWT dan mampu memahami isi bacaan dalam Al-Qur'an yang biasanya dibaca, agar terjawab apa yang tidak diketahui. Sebaiknya pula konseli lebih sabar, perbanyak bersyukur dan diperkuat imannya dengan mendekatkan diri mengingat Allah, supaya hidupnya tenang dan tentram.
3. Bagi para pembaca pada umumnya penyakit memang ada pada setiap manusia, dalam aspek psikologis orang yang menderita penyakit akan

