BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN PENERAPAN DZIKIR NURUR ROHMAH UNTUK MENANGANI KECEMASAN SEORANG SANTRI BARU DI PONDOK PESANTREN NURURROHMAH MBELUD SARIREJO KECAMATAN MANTUP KABUPATEN LAMONGAN

SKRIPSI

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

Oleh:

Muhibbatul Ilma
NIM. B03214006

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2018

PERNYATAAN

PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahamnirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Muhibbatul Ilma

NIM : B03214006

PRODI : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Mbelud Sarirejo, Mojosari, Mantup, Lamongan

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, 15 Juli 2018

Yang telah menyatakan.

METERAI TEMPEL
3B2B7AFF253461979
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Muhibbatul Ilma

B03214006

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama	: Muhibbatul Ilma
NIM	: B03214006
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Judul	: **Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohmah Untuk Menangani Kecemasan Seorang Santri Baru di Pondok Pesantren Nurur Rohmah Mbelud Sarirejo, Mojosari, Mantup, Lamongan**

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing untuk diajukan.

Surabaya, 15 Juli 2018

Telah disetujui oleh:

Dosen pembimbing

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

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Muhibbatul Ilma ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 19 Juli 2018
Mengesahkan,
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Dekan,

Dr. H. Abd. Halim, M. Ag
NIP. 196307251991031003

Penguji I,

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

Penguji II,

Mohammad Thohir, M. Pd. I
NIP. 197905172009011007

Penguji III,

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

Penguji IV,

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

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 : MUHIBBATUL ILMA
NIM : B03214006
Fakultas/Jurusan : DAKWAH / BKI
E-mail address : ilma.manis@yahoo.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 PENERAPAN DZIKIR MURUR ROHMAH UNTUK MENANGANI KECEMASAN SEORANG SANTRI BARU DI PONPES MURUR ROHMAH

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif 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,

Penulis

(MUHIBBATUL ILMA)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Muhibbatul Ilma, NIM. B03214006, 2018, Bimbingan dan konseling Islam dengan dzikir Nurur rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren Nurur rohmah Mbelud sarirejo, Mantup, Lamongan.

Fokus penelitian ini adalah tentang (1) bagaimana proses Dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah? (2) bagaimana hasil dari Dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah.

Dalam menjawab permasalahn tersebut, metode yang digunakan peneliti adalah pendekatan kualitataif dekriptif, dengan jenis penelitian studi kasus yang kemudian dianalisa menggunakan analisa deskriptif komperatif. Peneliti mencari data dengan melakukan wawancara dan observasi. Setelah data terkumpul kemudian analisa dilakukan untuk mengetahui hasil dari proses dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah.

Peneliti ini menghasilkan data bahwa proses dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah dengan cara konselor memberikan pengarahan kepada konseli, menjelaskan isi dari dzikir,nkonselor memberikan sugesti kepada konseli, konselor memberikan bimbingan proses sebelum membaca dzikir Nurur Rohmah yaitu dengan membaca tawassul terlebih dahulu kemudian setelah itu dilanjutkan dengan membaca Dzikir Nurur Rohmah. Proses selanjutnya adalah konseli menerapkan apa yang sudah didapat dari penjelasan peneliti sebelumnya. Setelah selesai proses penerapan Dzikir Nurur Rohmah, Alhamdulillah dengan izin Allah SWT konseli yang sebelumnya merasa cemas, sering menangis, menyendiri, dan sekarang sudah berkurang dan berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Kata Kunci: *Bimbingan dan Konseling Islam, Dzikir Nurur Rohmah, Kecemasan.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

JUDUL PENELITIAN.....i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI iii
MOTTO iv
PERSEMBAHAN.....v
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI vii
ABSTRAK.....viii
KATA PENGANTAR ix
DAFTAR ISI.....xi
DAFTAR TABEL.....xiii

BAB 1 : PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah.....1
B. Rumusan Masalah 5
C. Tujuan Penelitian.....5
D. Manfaat Penelitian.....5
E. Definisi Konsep.....6
F. Metode Penilitian 14
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....14
2. Lokasi dan Sasaran Penelitian.....15
3. Jenis dan Sumber Data 15
4. Tahap-Tahap Penelitian.....17
5. Teknik Pengumpulan Data 18
6. Teknik Analisis Data 20
7. Teknik Keabsahan Data.....20
G. Sistematika Pembahasan 22

BAB II: KAJIAN TEORI
A. Bimbingan dan Konseling Islam 23
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam 23
2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam 24
B. Dzikir.....25
1. Pengertian Dzikir.....25
2. Adab Dzikir 27
3. Dzikir Nurur Rohmah.....28
C. Kecemasan 33
1. Pengertian Kecemasan.....33
2. Macam-Macam Kecemasan 37
D. Penelitian Terdahulu 38

BAB III: PENYAJIAN DATA
A. Deskripsi Umum Objek Penelitian.....40
1. Lokasi Penelitian 40
2. Deskripsi Konselor 42

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Deskripsi Konseli 45
B. Deskripsi Hasil Penelitian 49

BAB IV: ANALISIS DATA
A. Analisis data tentang proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru 65
B. Analisis data tentang hasil akhir Bimbingan dan Konseling Islam dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru 72

BAB V : PENUTUP
A. Kesimpulan 78
B. Saran 79

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Gamgguam Fumgsional Kecemasan 37
Tabel 3.1 Riwayat Kehidupan Konselor 43
Tabel 3.2 Kondisi konseli sebelum dan sesudah proses konseling. 63
Tabel 4.1 Data dari teori dan data dari lapangan. 66
Tabel 4.2 Kondisi konseli sebelum dan sesudah proses konseling 73
Tabel 4.3 Presentase Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Proses Konseling 77

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren merupakan suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan pelajaran agama Islam dan didukung asrama sebagai tempat tinggal santri yang bersifat permanen. Pesantren sebagai tempat penimbaan ilmu, tempat peralihan dari kehidupan lingkungan lama menuju lingkungan baru. Di pesantren yang menjadi tantangan besar bagi santri baru dalam proses beradaptasi. Terkadang menjadi sebuah proses yang sulit dimasa awal untuk adaptasi dengan lingkungan pesantren. Tidak dipungkiri bahwa lingkungan baru akan berpengaruh besar dalam proses pembentukan karakter santri baru, sehingga dalam proses tersebut akan menimbulkan dua sisi yaitu positif dan negatif. Calon santri yang memiliki pertahanan diri yang baik maka dia akan berdampak positif pada perkembangannya. Sebaliknya ketika dia tidak memiliki pertahanan diri yang baik maka kendala tersebut akan mempengaruhi psikisnya sehingga menimbulkan dampak negatif.[1]

Terkait dengan hal ini, diantara dampak negatif yang ditimbulkan yaitu , gelisah wajahnya muram diam tidak mau berbicara dengan siapapun , menangis dengan suara yang lantang, sulit berkonsentrasi ketika sekolah, ketika mengaji fikiran dan pandangan selalu terlihat kearah yang lain, tidak konsentrasi dengan apa yang sudah di ajarkan, dan sedih. Ada beberapa hal yang biasannya menjadi kendala penyelesaian masalah yaitu, pola fikir dimana

[1]Ahmad Tafsir, "*Ilmu Pendidikan Dalam Pesrsepektif Islam"*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hal.104.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

gelisah penyelesaian masalah hanya terfokus pada satu solusi dan ketetapan fungsional dimana penyelesaian masalah hanya berdasarkan pengalaman yang lewat kaitannya dengan santri baru yang belum memiliki pengetahuan atau pengalaman yang mendalam sehingga akan sulit bagi seorang santri baru mencari solusi ketika tertekan dengan masalah yang dihadapi. Melihat keadaan tersebut akan mengakibatkan tekanan cemas pada seorang santri baru, sehingga menganggu proses akademik dipesantren .[2]

Pada umumnya awal mula santri baru memasuki pesantren pasti mengalami hal-hal seperti : kesedihan, kegelisahan, menangis setiap hari. Mengalami hal seperti itu sudah biasa untuk santri baru, waktu kegelisahan, kesedihan, yang di hadapi santri baru pada umumnya dua sampai tiga bulan.[3] Akan tetapi konseli yang saya temui ini menjadi hal yang sudah tidak biasa lagi, seorang santri baru berada di pondok pesantren hampir sepuluh bulan masih mengalami hal seperti: Kecemasan, cemasnya seorang santri baru ini sampai susah untuk tidur, tidak mau makan, seperti orang kebingungan. Sering menyendiri, menangis dengan suara yang lantang, setiap minggu meminta orangtuanya untuk datang.

Jika hal itu kami biarkan maka akan menjadi dampak yang negative bagi seorang santri baru tersebut. Salah satu dampak negative bisa membuat fikirannya yang tidak normal juga bisa membuat pengaruh santri lainnya.

Sedangkan sumber kecemasan yang dihadapi seorang santri baru tersebut berawal pada diri sendir, konseli belum bisa beradaptasi dengan

[2]Doni Koesoema, "*Pendidikan Karakter",* (Jakarta: PT.Grasindo, 2007), hal. 112.
[3]Suismanto, "*Menelusuri Jejak Pesantren",* (Yogyakarta: Alief Press, 2004), hal. 54.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lingkungan barunya yang bertemu dengan teman baru yang mempunyai karakter yang berbeda-beda. Salah satu dimensi yang dapat digunakan oleh individu untuk mengatasi gejala cemas adalah aspek spiritual. Spiritual adalah kondisi keutuhan yang terpusat dalam artian orang tersebut sehat jasad dan rohani. Oleh karena itu bagi calon santri harus memiliki dasar spiritual yang kuat. Kebutuhan dasar spiritual adalah pemenuhan hati yang kemudian menimbulkan ketentraman dalam jiwa. Seringkali orang yang meninggalkan dunia spritualnya menjadi resah mudah terombang ambing dan merasakan kehampaan hidup, Oleh sebab itu santri baru yang mengalami kecemasan sangat membutuhkan pemenuhan spiritual dengan menerapkan dzikir yang istiqomah, amalan dzikir yang di miliki oleh Pondok Pesantren Nurur Rohmah dan di baca setelah melaksanakan sholat maghrib. Membaca "yaa Allah yaa qodim" seribu seratu sebelas kali (1111x) dan "Robbana aatina fiddunya khasanah wafil akhiroti khasanah waqina 'ada bannar" Lima belas kali (15x). Karena dzikir adalah salah satu cara mendekatkan diri kepada Allah dzikir itu mengingat Allah dengan lisan melalui kalimat-kalimat toyyibah, dengan mengingat Allah maka hidup akan menjadi tentram. Begitu juga halnya seorang santri baru yang hati dan fikirannya terhantui oleh cemasnya fikiran maka dengan berdzikir mengingat Allah hati akan menjadi tentram.

Di dunia pesantren tidak pernah lepas dari spiritualitas, karena dalam proses belajar mengajar tidak terlepas dari ajaran ketundukan kepada sang pencipta yang diterapkan dengan kepatuhan terhadap Kiai sebagai pemimpin pesantren dan pengurus serta norma-norma yang ada dipesantren. Dzikir Nurur

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rohmah Menjadi pembentukan karakter bagi santri agar memiliki dasar spiritual yang kuat, Salah satu bentuk spiritual adalah dzikir yang digunakan untuk menenangkan hati.[4] Sebagaimana firman Allah yang artinya: *"{yaitu} orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan meningat Allah-lah hati menjadi tentram.*{QS. Ar-Ra'du:28}" [5]. Oleh Sebab itu dzkir disini nantinya dijadikan dzikir istiqomah untuk seorang santri baru yang mengalami kecemasan awal mula masuk lingkungan pesantren, karena santri berangkat kepesantren itu tidak semua berdasarkan keinginan hati sendiri, melainkan terdapat beberapa dari keinginan orangtua. sebagian besar orangtua miris melihat kehidupan remaja dizaman sekarang seperti narkoba, seks bebas, dan perilaku hidonisme. Oleh karena itu orangtua tidak mau sampai anaknya terpengaruh teman-temannya dipergaulan yang sangat tidak baik.

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Bimbingan dan Konseling Islam dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohmah Untuk Mengatasi Kecemasan Seorang Santri Baru di Pondok Pesantren Nurur Rohmah" . Dengan masalah yang dimiliki salah satu santri yang saya temukan di pondok pesantren Nurur Rohmah, Konseli mengalami kecemasan dikarenakan konseli belum terbiasa dengan suasana banyak orang yang memiliki karakter berbeda-beda. Nampak terjadi perubahan pada perilaku konseli, konseli terlihat gelisah dan sering menyendiri.

---

[4]Subandi, *Psikologi Dzikir,* (Yogyakarta:Pustaka Pelajar,2009), hal.18.

[5]Departemen Agama RI, *"Mushaf Al-qur'an Wanita",* Surat Ar-Ra'du, Ayat: 28.(Jakarta: Cempaka,2009), hal.540.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang akan menjadi fokus kajian dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana Proses Dzikir Nurur Rohmah dalam Menangani Kecemasan Seorang Santri Baru di Pondok Pesantren Nurur Rohmah?
2. Bagaimana Hasil Dzikir Nurur Rohmah dalam Menangani Kecemasan Seorang Santri Baru di Pondok Pesantren Nurur Rohmah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk menjelaskan proses dzikir Nurur Rohmah dalam menangani kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren Nurur Rohmah.
2. Untuk menjelaskan hasil akhir pelaksanaan dzikir Nurur Rohmah dalam menangani kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren Nurur Rohmah.

D. Manfaat penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pembaca maupun peneliti sendiri, antara lain sebagai berikut :

1. Secara Teoritis
   a. Memberikan pengetahuan dan wawasan spiritual dengan dzikir Nurur Rohmah terhadap kecemasan seorang santri baru
   b. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca dan spiritual konseling untuk menghilangkan kecemasan seorang santri baru.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Secara Praktis

   a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu informasi untuk masyarakat dan kluarga konseli terkait pentingnya dunia pesantren sehingga seorang santri baru tidak mengalami kecemasan.

   b. Menjadi bahan pertimbangan peneliti dalam melaksanakan tugas penelitian selanjutnya.

E. Definisi konsep

Untuk mengetahui pemahaman mengenai penelitian yang akan dilakukan, maka penulis perlu menjelaskan definisi konseptual sesuai judul yang telah ditetapkan. Definisi operasional dalam penelitian dimaksudkan untuk mengetahui makna dari judul yang diteliti dan untuk menghindari salah penafsiran tentang inti persoalan yang diteliti. Adapun konsep-konsep yang perlu dijelaskan di sini adalah :

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

   Secara etimologis kata bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris *"guidance"*. Kata *"guidance"*adalah kata dalam bentuk mashdar (kata benda) yang berasal dari kata kerja *"to guide"* artinya menunjukkan, membimbing, atau menuntun orang lain ke jalan yang benar. Sesuai dengan istilahnya, maka secara umum dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan kepada orang lain yang membutuhkan.[6]

   Menurut Anwar Sutoyo Hakikat Bimbingan dan Konseling Islam adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dengan

[6]Samsul Muni*r,"Bimbingan dan Konseling Islam"*, (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 3.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

cara memperdayakan Iman, akal dan kemampuan yang dikaruniakan Allah SWT kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan Rosulnya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntunan Allah SWT. Dari beberapa pendapat diatas tampak bahwa konseling Islami adalah aktifitas yang bersifat "membantu", dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendiri yang seharusnya hidup sesuai tuntunan Allah (jalan yang lurus) agar mereka mendapatkan kebahagiaan dunia akhirat. Karena posisi konselor bersifat membantu maka konsekuensinya individu sendiri yang harus aktif belajar memahami dan sekaligus melaksanakan tuntunan Islam (Alquran dan sunnah Rosul-Nya).[7]

Menurut Tolbert Bimbingan dan Konseling Islam merupakan pelayanan bantuan untuk peserta didik baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal dalam bidang pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kemampuan belajar, dan perencanaan karier, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan nilai-nilai agama Islam.[8]

Menurut Tohari Musnamar bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah pemberian bantuan kepada individu agar hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat.[9]

---

[7]Anwar Sutoyo, "*Bimbingan Dan Konseling Islam",* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hal,22.

[8]Fenti Hikmawati,"*Bimbingan Konseling",* (Jakarta:Rajawali pers, 2012), hal.1.

[9]Thohari Musnamar,"*Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam",* (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 2.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sedangkan Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang terarah, secara terus-menerus kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara mempelajari dan memahami nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan hadits Rasulullah SAW ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup dengan jalan yang lurus sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan hadits.[10]

Dari berbagai pendapat yang telah di jabarkan maka dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah Proses Pemberian bantuan kepada individu dengan cara (face to face) bertatap muka secra langsung antara konselor dengan konseli agar dapat mengatasi masalah dan memenuhi kebutuhan seperti, mengaktualisasikan diri, menyesuaikan diri dengan lingkungan sesuai dengan tuntunan dalam Al- Qur'an dan Hadits

2. Dzikir Nurur Rohmah

a. Pengertian Dzikir

Arti dzikir dari segi bahasa, dzikir berasal dari kata dzakara, yadzkuru, dzukr/dzikr yang artinya merupakan perbuatan dengan lisan (menyebut, menuturkan, mengatakan) dan dengan hati (mengingat dan menyebut). Kemudian ada yang berpendapat bahwa dzukr (bidlammi) saja, yang dapat diartikan pekerjaan hati dan lisan, sedangkan dzkir (bilkasri) dapat diartikan khusus pekerjaan lisan. Sedangkan dari segi peristilahan, dzikir tidak terlalu jauh pengertiannya dengan makna-makna

[10]Samsul Munir, "*Bimbingan dan Konseling Islam*", (Jakarta: Amzah, 2010), hal.23.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lughawi-nya semula. Bahkan di dalam kamus modern seperti Al-Munawir, Al-Munjid, dan sebagainya, sudah pula menggunakan pengertian-pengertian istilah seperti adz-dzikr dengan arti bertasbih, mengagungkan Allah swt dan seterusnya.[11]

Menurut Syekh Abu Ali ad-Daqqaq yang dikutip oleh Joko S. Kahhar & Gilang Vita Madinah mengatakan, ”Dzikir adalah tiang penopang yang sangat kuat atas jalan menuju Allah swt. Sungguh dzikir adalah landasan bagi thariqat itu sendiri. Tidak ada seorang pun yang dapat mencapai Allah swt, kecuali mereka yang dengan terus-menerus berdzikir kepada-Nya. Dzun Nuun Al-Mishry menegaskan pula mengenai dzikir bahwa, “ Seseorang yang benar-benar dzikir kepada Allah swt maka ia akan lupa segala sesuatu selain dzikirnya, Allah swt akan melindunginya dari segala sesuatu, dan ia akan diberi ganti dari segala sesuatu.

b. Dzikir Nururr Rohmah

Nurur Rohmah adalah nama pondok pesantren yang berada di Dusun Mbelud Sarirejo, Desa Mojosari, Kecamatan Mantup, Kabupaten Lamongan. Pondok Nurur Rorhmah salah satu pondok yang berada di Desa terpencil yang di asuh langsung oleh KH.Warto habib.

Dzikir Nurur Rohmah adalah dzikir atau amalan untuk seluruh santri yang dilaksanakan istiqomah. Dimana dzikir tersebut yang diberikan kepada santri dari pengasuh pondok pesantren atau amalan ijazah dari

[11]Joko S. Kahhr, dan Gilang Cita Madinah, *“Berdzikir Kepada Allah Kajian Spiritual Masalah Dzikir Dan Majelis Dzikir”*, (Yogyakarta: Sajadah-Press, 2007), hal. 01.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

romo yai untuk santri Nurur Rohmah. Dzikir Nurur Rohmah ini amalan untuk santri yang istiqomah dibaca setiap habis sholat maghrib, Dan amalan yang sudah diberikan dari romoyai ini untuk santri, sebagai santri harus benar-benar melaksanakan serta mengistiqomahkan ijazah tersebut. pada umumnya amalan tersebut seluruh untuk santri lama maupun santri baru dan khususnya santri baru yang hatinya masih belum menyatu dengan keadaan di lingkungan pondok pesantren. [12] Berdzikir adalah salah satu kata ungkapan suka cinta kepada Allah ta'ala, Maka tidak akan ada yang mengamalkannya kecuali jiwa yang dipenuhi rasa suka, dan cinta untuk selalu mengingat dan kembali kepadanya. Dzikir juga salah satu cara mendekatkan diri kepada Allah mengingat, memberi kekuatan hati seseorang untuk senantiasa istiqomah kepada Allah dengan membaca kalimat-kalimat toyyibah. Oleh karena itu dengan bacaan dzkir santri akan menjadi tenang nyaman dan tentram meskipun santri tersebut tidak mengikuti jamaah bukan berarti santri tersebut tidak mengikuti dzikir, akan tetapi disini seorang santri baru juga sudah mempunyai kewajiban untuk melaksanakan amalan ijazah yang sudah diberikah oleh romo yai untuk semua santri.

Proses pelaksanaanya yaitu Setelah sholat maghrib, santri harus suci dari hadats dan najis, menghadap kiblat, niat karena Allah, bertawakkal kepada Allah, tawassul yang pertama kepada Nabi Muhammad SAW, orangtua, dan guru. Dzikir yang pertama dibaca yaitu :

[12]Hasil Wawancara Dengan Pengasuh Pondok, Pada Tanggal 5 Maret 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. *"Robbana aatina fiddunya khasanah wafil akhiroti khasanah waqina 'ada bannar"* Lima belas kali. Keutamaannya supaya apa yang di inginkan santri cepat terpenuhi termasuk santri baru yang masih awal di pesantren pastinya sering hatinya gelisah, sedih, padahal konseli ingin sekali berada di lingkungan pondok dan menjadi santri yang sukses tapi apa yang konseli inginkan hatinya masih saja belum terbiasa dengan keadaan pondok yang tidak seperti dilingkungan rumah.
2. "*ya allah ya qodim "* dibaca Seribu seratus sebelas kali. keutamaannya memperbanyak persaudaraan supaya tidak ada permusuhan dan apa yang diinginkan terkabulkan. Santri berteman dengan banyak orang yang pastinya memiliki sifat karakter yang berbeda-beda, terkadang juga ada yang namanya ketidak cocokan antara satu sama lain hal sepeleh yang menjadikan pertengkarang, oleh sebab itu dengan dzikir "ya allah yaqodim" supaya dijauhkan dari permusuhan dan musuh dijadikan persaudaraan. [13]dzikir tersebut dilaksanakan setiap habis sholat fardhu secara rutin istiqomah berdzikr mendekatkan diri kepada allah.

Keutamaan dzikir merupakan makanan pokok bagi hati setiap mu'min karena seseorang pada hakikatnya sedang berhubungan dengan Allah yang jika dilupakan maka hati insan akan berubah menjadi kuburan. Dzikir juga diibaratkan seperti bangunan-bangunan

[13]Hasil Wawancara Dengan Pengasuh Pondok Nurur Rohmah, Pada Tanggal 5 Maret 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

suatu negri yang tanpa dzikir seolah sebuah negeri akan hancur. Dzikir juga merupakan senjata bagi musafir untuk merupas para jalanan.[14]

c. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan cemas seperti orang ketakutan yang terus menerus serta tidak dapat dikendalikan, perasaan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, dan rasa ketakutan yang sangat kuat yang muncul pada sebagian besar selama periode enam bulan, dan tidak disebabkan oleh sesuatu yang berkaitan dengan fisik, seperti penyakit, obat-obatan atau karena meminum terlalu banyak kopi. Kecemasan adakalanya bersifat biologis atau psikologis. Gambaran tentang factor biologis yang berperan sebagai pemicu kecemasan diduga adalah peran *neurotransmitter* yang terdapat didalam otak manusia. Faktor psikososial sebagai pencetus munculnya gangguan kecemasan pada individu, gejala gangguan tersebut meliputi kesulitan untuk dapat beristirahat atau merasa teragitasi, kesulitan untuk berkonsentrasi, irritability, perasaan tegang yang berlebihan, gangguan tidur, dan kecemasan yang tidak diinginkan. Beberapa orang menderita generalized anxiety disorder tanpa pernah mengalami suatu peristiwa tertentu yang menyebabkan kecemasan. Mereka mungkin saja memiliki kecenderungan fisiologis untuk mengalami gejala

[14]Syamsun Amin Ghofur, *"Rahasia Dzikir Dan Doa",* (Yogyakarta: Darul Hikmah, 2010), Hal, 112.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kecemasan, seperti telapak tangan yang berkeringat, jantung yang berdebar-debar, kesulitan bernafas, pada saat mereka berhadapan dengan situasi yang bersifat menantang atau tidak dapat dikendalikan.[15]

Kecemasan atau was-was adalah rasa takut yang tidak mempunyai obyek yang jelas atau tidak ada obyeknya sama sekali. Kecemasan menyebabkan rasa tidak senang, gelisah, tegang, tidak tenang, tidak aman.[16]

Kecemasan merupakan hal yang normal terjadi pada individu reaksi umum terhadap stres kadang dengan disertai kemunculan kegelisaan. Namun kecemasan itu dikatakan menyimpang bila individu tidak dapat meredam rasa cemas tersebut dalam situasi dimana kebanyakan orang mampu menanganinya tanpa adanya kesulitan yang berarti. Kecemasan dapat muncul pada situasi tertentu seperti berbicara didepan umum, tekanan pekerjaan yang tinggi, menghadapi ujian. Situasi-situasi tersebut dapat memicu munculnya kecemasan bahkan rasa takut, namun gangguan kecemasan muncul bila rasa cemas tersebut terus berlangsung lama, terjadi perubahan prilaku atau terjadinya perubahan metabolisme tubuh. Gangguan kecemasan diperkirakan diidap 1 dan 10orang. Menurut Nata National institute of mental health di Amerika Srikat terdapat 40juta orang mengalami gangguan kecemasan neurotic dengan memasukkan

[15]Carol Tavris, *Psikologi,* (Jakarta: Erlangga, 2007) hal. 330.
[16]Abdul Rahman Shaleh. *Psikologi,* (Jakarta: Prenada media group. 2009).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

persepsi diri sendiri dimana individu beranggapan bahwa dirinya dalam ketidak berdayaan tidak mampu mengatasi masalah rasa takut akan berpisah terabaikan dan sebagai bentuk penolakan dari orang yang dicintainnya. Perasaan-perasaan tersebut terletak dalam pikiran bawah sadar yang tidak disadari oleh individu.

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif yaitu analisis yang menggambarkan keadaan atau status fenomena dengan kata-kata atau kalimat. Kemudian dipisah-pisahkan menurut kategori untuk memperoleh kesimpulan.[17]Seperti yang dijelaskan oleh Bagdan dan Taylor pendekatan kualitatif adalah metode yang digunakan untuk menganalisa data dengan mendeskripsikan data melalui bentuk kata-kata, digunakan untuk menafsirkan dan menginterprestasikan data dari hasil kata-kata atau lisan dari orang tertentu dan prilaku yang di amati.[18]Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yaitu pendekatan yang digunakan untuk mendeskripsikan, menggambarkan atau melukiskan secara sistematis, factual dan akurat tentang fakta-fakta serta sifat hubungan antara fenomena yang dislidiki.[19]

Penelitian deskriptif kualitatif adalah suatu fenomena penelitian yang bertujuan menggambarkan keadaan-keadaan atau fenomena yang terjadi

[17]Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitianssuatu Pendekatan Praktek,* (Jakarta; Rineka Cipta, 2002), hal 23..

[18]Lexy J.Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif,* (Bandung : Remaja Rosdakarya,2002), hal13.

[19]Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi,* (Jakarta: Rineka cipta, 1996), hal.20.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang terdapat dalam arti baik dari kata-kata tertulis maupun lisan dari orang yang menjadi subjek penelitian. Data tersebut mungkin berasal dari naskah, wawancara, catatan lapangan, foto, dokumentasi pribadi, catatan atau memo, dan dokumen resmi lainnya.[20]

2. Sasaran dan lokasi penelitian

   a. Konseli

      Dalam penelitian ini adalah salah satu santri baru pondok pesantren Nurur Rohmah yang bernama Duwining Kaifiyah yang mengalami kecemasan menghadapi kehidupan dilingkungan pondok pesantren Nurur Rohmah mulai masuk pondok sampai sekarang.

   b. Konselor

      Konselor dalam peneliti ini adalah Muhibbatul ilma seorang mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

   c. Lokasi penelitian

      Lokasi penelitian ini di pondok pesantren Nurur Rohmah yang bertempatan didesa Mojosari, dusun Mbelud Sarirejo kec Mantup kab Lamongan.

3. Jenis dan sumber data

   a. Jenis Data

      Jenis data yang digunakan pada penelitian ini adalah data yang bersifat statistik, dimana data yang diperoleh nantinya dalam bentuk

[20]Lexy Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif,* (Bandung :Remaja Rosdakarya, 2007), hal 11.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

verbal atau deskriptif bukan dalam bentuk angka. Adapun jenis data pada penelitian ini adalah :

1) Data Primer

Data primer yaitu data yang diambil dari sumber pertama di lapangan. Adapun data yang dibutuhkan dalam penelitian masalah kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren ini dengan fakta-fakta yaitu, seorang santri baru berangkat kepondok bukan karena keinginan sendiri tetapi keinginan orangtuanya, seorang santri baru belum bisa menerima lingkungan barunya di pondok, masih belum bisa beradabtasi dengan teman-temannya dipondok, selalu ingat dengan keluarga yang ada dirumah, sering menyediri, gelisah, sering menangis dengan suara yang lantang. Sumber data primer adalah sumber data yang diperoleh langsung dilapangan, yaitu informasi dari konseli yakni seorang santri baru yang mengalami masalah kecemasan di pondok pesantren Nurur Rohmah.

2) Data Sekunder

Data sekunder yaitu data yang diperoleh dari bahan kepustakaan. Data ini digunakan untuk melengkapi data primer.[21] Data yang diperoleh yakni mengenai gambaran lokasi penelitian, kondisi lingkungan konseli, dan perilaku keseharian konseli. Sumber data sekunder adalah sumber data yang diperoleh dari sumber data informan yaitu salah satu teman konseli yang sekamar dengan konseli yakni Khusnul.

[21]Joko Subagyo, *Metode Penelitian Dalam Teori dan Praktik,* (Jakarta : PT Rineka Cipta, 2004), hal 88

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Tahap-tahap penelitian

Adapun tahapan-tahapan yang harus dilakukan menurut buku metode penelitian praktis adalah;

a. Menentukan masalah penelitian, pada tahap ini peneliti mengadakan studi pendahuluan yaitu membantu dan mengkaji latar belakang masalah kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren, membuat rumusan permasalahan, pondok pesantren Nurur Rohmah sebagai tempat penelitian, menyiapkan pedoman wawancara untuk beberapa informan (teman dekat konseli, dan pengurus pondok) dan menyiapkan diri sepenuhnya untuk melakukan penelitian.
b. Pengkajian secara teliti terhadap rencana penelitian, tahap ini merupakan pengembangan dari tahap perencanaan, disini disajikan latar belakang penelitian, permasalahan, tujuan penelitian, serta metode atau prosedur analisis dan pengumpulan data. Analisis dan laporan hal ini merupakan tugas terpenting dalam suatu proses penelitian.[22]
c. Penjayian dan analisis data, yaitu peneliti menyajikan semua data yang telah peneliti peroleh yang kemudian peneliti analisis dan akhirnya peneliti menarik suatu kesimpulan guna menjawab rumusan masalah dan tujuan penelitian, yaitu Bagaimana proses penerapan dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren Nurur Rohmah, dan bagaimana hasil dari penerapan Dzikir

[22]Suparmoko, *Metode Penelitian Praktis,* (Yogyakarta: BPFE,1995), hal.3.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru pondok pesantren Nurur Rohmah.

5. Teknik pengumpulan data

Data penelitian kualitatif teknik pengumpulan data sangat penting guna mendapatkan data. Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut :

a. Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan secara sistematik terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Dalam penelitian ini observasi dilakukan untuk mengamati konseli meliputi: kondisi konseli saat dipondok, kegiatan konseli di pondok, dan proses konseling dilakukan.

Observasi ini dilakukan untuk mengamati dilapangan mengenai fenomena sosial yang terjadi dengan gejala-gejala psikis kemudian dilakukan pencatatan. Pada dasarnya teknik observasi digunakan untuk melihat atau mengamati perubahan fenomena sosial yang tumbuh dan berkembang yang kemudian dapat dilakukan penilaian atas perubahan tersebut.[23]

Dalam observasi ini peneliti mengamati klien langsung di lingkungan pesantren Nurur Rohmah yang berada didesa Mojosari Mantup Lamongan. Selanjutnya mengamati kondisi konseli kemudian mengetahui bagaimana sikap konseli ketika bersama teman-temannya,

[23]Joko Subagyo, "*Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktek",* (Jakarta : Rineka Cipta, 2004), Hal 63.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bagaimana sikap konseli ketika melangsungkan kegiatan dipondok, apa yang dilakukan konseli ketika selesai kegiatan pondok.

b. Wawancara

Wawancara (interview) adalah pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan secara langsung oleh pewawancara (pengumpulan data) dari informan. [24]Dalam penelitian ini wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi mendalam pada diri konseli yang meliputi : identifikasi diri konseli, kondisi kluarga, lingkungan dan ekonomi konseli, serta permasalahan yang dialami konseli. Peneliti membuat pedoman wawancara sebelum terjun langsung, ketika peneliti terjun langsung bertemu konseli, peneliti menyampaikan pertanyaan-pertanyaan kepada konseli dan mencatat jawaban-jawaban dari konseli.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (life histories), cerita, biografi, peraturan, kebijakan, dokumen yang berbentuk gambar misalnya, foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain.[25]Di dalam penelitian ini, dokumentasi dilakukan untuk mendapat data yang menjadi data

[24]Burhan Burgin, "Penelitian Kualitatif", (Surabaya : Universitas Airlangga, 2001), hal. 68

[25]Sugiyono, "*Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif ",* Kualitatif dan R&D, (Bandung : Alfabeta, 2008), hal. 329.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pendukung dalam lapangan penelitian. Untuk melengkapi data peneliti datang ke ketua pondok dan ke pengasuh pondok.

6. Teknik analisis data

Teknik analisa data adalah sebuah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Analisis data yang digunakan peneliti adalah Kualitatif Deskriptif. Kualitatif Deskriptif digunakan untuk menganalisa data tentang masalah kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren.

Dari pengertian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa analisis data adalah rangkaian kegiatan penelaah, pengelompokan, sisitematis, penafsiran, dan verifikasi data agar sebuah fenomena memiliki nilai social, akademik dan ilmiah.[26]

7. Keabsahan data

Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam hal ini peneliti sebagai instrumennya langsung menganalisa data dilapangan untuk menghindari kesalahan-kesalahan, Maka untuk mendapatkan hasil yang optimal dalam penelitian. Peneliti harus mengetahui tingkat keabsahan data, antara lain ;

a. Ketekunan pengamatan

[26]Lexy J. Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif",* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2004), hal. 248.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ketekunan pengamatan bermaksud menemukan cirri-ciri relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci.

b. Triangulasi

Triangulasi adalah penggunaan beberapa metode dan sumber data dalam pengumpulan data untuk menganalisis suatu fenomena yang saling berkaitan dari perspektif yang berbeda. dan juga teknik pemeriksaan yang memanfaatkan penggunaan sumber, metode, penyelidik, dan teori serta untuk mengetahui data yang diperoleh convergent (meluas), tidak konsisten atau kontrakdisi.[27]Oleh karena itu dengan menggunakan teknik triangulasi dalam mengumpulkan data, maka data yang diperoleh akan lebih konsisiten, tuntas, dan pasti. Dalam penelitian ini peneliti akan melakukan pengecekan antar data-data yang dapat diobservasi, wawancara dan juga dokumentasi yang ada dengan cara :

1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
2) Membandingkan apa yang dikatakan klien dengan apa yang dikatakan oleh pendidik.
3) Membandingkan apa yang dikatakan orang-orang yang disekitar obyek peneliti dengan obyek itu sendiri.
4) Membandingkan hasil suatu wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

[27]Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2011), hal. 164*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini terdiri dari 5 bab pokok bahasan yang meliputi :

BAB I : pendahuluan yaitu berisi mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, definisi operasional, metodologi penelitian, teknik analisis data dan diakhiri dengan sistematika penulisan yang menjelaskan mengenai gambaran, mengenai isi dari masing-masing bab dalam penelitian ini.

BAB II : Meliputi kajian pustaka (beberapa referensi yang digunakan untuk menelaah obyek kajian) materi- materi yang di ambil dari buku yang dijadikan referensi terkait dengan definisi-definisi konsep. Dan kajian teoritik (teori yang digunakan untuk menganalisis masalah penelitian). Teori yang diambil dari beberapa buku untuk memberi penjelasan prosedur menganalisis masalah penelitian.

BAB III : Memaparkan deskripsi subyek dan lokasi penelitian dan juga deskripsi data penelitian. Bab ini penting karena memaparkan segala data.

BAB 1V ; Memaparkan serangkaian penyajian data dan analisis data, berisi tentang data-data yang dikumpulkan, diolah dan diteliti. Bab ini penting karena membandingkan teori dengan lapangan.

BAB V : Yaitu penutup yang berisi kesimpulan dari keseluruhan pembahasan yang sudah dijelakan bab-bab.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Bimbingan dan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Secara etimologis kata Bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa inggris "*guidance"*. Kata "guidance" adalah kata dalam bentuk mashdar (kata benda) yang berasal dari kata kerja "to guide" artinya menunjukkan, membimbing, atau menuntun orang lain kejalan yang benar. Sesuai dengan istilahnya maka secara umum dapat diartikan sebagai suatu bantuan atau tuntunan kepada orang lain yang membutuhkan

Sedangkan menurut Thohari Musnamar, bahwa Bimbingan konseling Islam adalah pemberian bantuan kepada individu agar hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup didunia maupun diakhirat. Dengan demikian Bimbingan dan Konseling Islam merupakan proses bimbingan sebagaimana proses bimbingan lainnya, tetapi dalam seluruh seginya berlandaskan ajaran agama Islam artinya berlandaskan Al-qur'an dan sunnah Rasul.[28]

Pengertian Bimbingan Konseling Islam menurut M. Arifin adalah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan tuhan

[28]Thohari Musnamar, *"Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami"*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 2.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang Maha Esa, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup sekarang dan masa yang akan datang.[29]

Dari uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa tentang pengertian Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan terhadap individu yang memiliki masalah dalam hidupnya sehingga dengan bantuan tersebut ia dapat menyelesaikan masalahnya dengan potensi diri yang memiliki secara optimal dengan cara mengacu pada nilai-nilai ke Islaman yang terkandung dalam Al-quran dan As-sunnah sehingga tercapai kebahagiaan didunia dan di akhirat.

2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam secara umum adalah membantu individu untuk mempunyai pengetahuan tentang posisi dirinya dan mempunyai keberanian untuk mengambil keputusan dan melakukan suatu kegiatan yang dipandang baik, benar dan bermanfaat bagi kehidupannya di dunia dan di akhirat.[30] Dengan demikian, secara singkat tujuan Bimbingan dan Konseling Islam dapat dirumuskan sebagai berikut:

a. Tujuan Khusus

Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat.

---

[29]Imam Sayuti Farid,*"Pokok-Pokok Bahasa Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah" ,* (IAIN Sunan Ampel Surabaya: Fakultas Dakwah,1992), hal. 10.

[30]Ahmad Mubarrok, *"Konseling Agama Teori dan Kasus Cet. 1",* (Jakarta: Bina Rencana Parwira, 2002), hal. 89.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Tujuan umum

1) Memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya (konseli), mengarahkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya kearah tingkat perkembangan yang optimal.
2) Mampu memecahkan masalah sendiri.
3) Mempunyai wawasan yang lebih realistis serta penerimaan yang objektif tentang dirinya.
4) Dapat menyesuaikan diri secara lebih efektif baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungannya sehingga memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya.
5) Mencapai taraf aktualisasi diri sesuai dengan potensi yang dimilikinya.
6) Terhindar dari gejala-gejala kecemasan dan perilaku yang salah.[31]

Jadi, secara umum tujuan Bimbingan dan Konseling Islam dapat dirumuskan sebagai "membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat.

B. Dzikir

1. Pengertian dzikir

Dzikir berasal dari bahasa arab, yaitu asal kata dari *dzakara yadzkuru dzikron,* yang mempunyai arti sebut dan ingat.[32]Sedangkan dzikir sercara istilah adalah membasahi lidah dengan ucapan-ucapan pujian kepada Allah

[31]Ainur Rahkhim Faqih, *"Bimbingan konseling dalam islam",* (yogyakarta: UII Press,2004), hal. 36.

[32]Trianto safari dan Nofrans Eka saputra, *Menejement emosi,* (Jakarta: Bumi Aksara, 2002), hal. 235.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

SWT. Secara etimologi dzikir berasal dari kata "*dzakara"* berarti menyebut, mensucikan, menggabungkan, menjaga, mengerti, mempelajari, memberi dan nasehat. Oleh karena itu dzikir berarti mensucikan dan mengagungkan, juga dapat diartikan menyebut dan mengucapkan nama allah atau menjaga dalam ingatan (mengingat).[33]

Dzikir merupakan salah satu media ibadah yang sangat mulia disisi Allah SWT, oleh karena itu dzikir sangat dianjurkan dalam ajaran agama islam. Banyak sekali ayat alquran yang yang memerintahkan agar manusia selalu ingat kepada Allah (berdzikir), diantaranya adalah

1) Surat al-ahzab ayat 41-42

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا (٤١) وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلا (٤٢)

Artinya, hai orang-orang yang beriman, berzikirlah dengan menyebut nama Allah, dzikir yang sebanyak-banyaknya, dan bertasbihlah kepada-NYA diwaktu pagi dan petang.

2) Surat Al Hisyr ayat 19

وَلا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ (١٩)

Artinya, dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada mereka lupa kepada mereka sendiri, mereka itulah orang-orang yang fasik.[34] Dua ayat tersebut mengungkapkan bahwasannya kita tidak boleh lupa dengan adanya Allah SWT. Kita harus mengingatnya disetiap waktu

[33]Hazri Adlany, *Alquran terjemah Indonesia, (*Jakarta: sari agung, 2002). hal, 470
[34]Imam Ghozali Masykur dkk, *Almumayyaz,* (Bekasi: Cipta Bagus segara 2004), hal. 546

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pagi hingga petang, agar tidak menjadi golongan orang-orang yang fasik dan kehidupan akan menjadi tentram.\

Dzikir adalah mendekatkan diri kepada allah SWT disetiap saat dan waktu serta dalam setiap tempat dan keadaan. Dengan cara memperbanyak ibadah pada hakikatnya semua ibadah yaitu satu usaaha untuk mengingat Allah SWT.[35]

Terapi dzikir adalah usaha manusia mendapatkan kesembuhan fisik maupun psikis dari Allah SWT dengan cara menyebut dan mengagungkan nama-nama Allah. Dengan cara berdzikir adalah obat terampuh untuk menyembuhkan penyakit yang ada didalam diri manusia.

2. Adab berdzikir

Berdzikir dengan segala bentuknya merupakan ibadah yang agung. Sarana pembinaan diri yang efektif, maka tak mengherankan jika Islam telah menerangkan adab-adab dalam berdzikir. Sebagaimana disebutkan bahwa dzikir mencangkup kalimat thayyibah, sholat, membaca alquran maupun sholawat, maka disini akan diterangkan adab secara umum yaitu:

a. Suci dari hadats

Hendaklah berdzikir dalam kondisi suci dari hadats kecil maupun besar sebab dzikir dalam kondisi suci jiwa akan lebih khusyu' sebagaimana dianjurkan bahwa mukmin seyogyanya selalu menjaga wudhunya.

[35]Agus santoso,Yusria Ningsih,dkk, *Terapi Islam,* (Surabaya: IAIN SA press, 2013). hal. 179

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Menghadap kiblat

Hal ini dilakukan jika memungkinkan seperti ketika berdoa ataupun membaca alquran. Dalam majlis yang memang untuk berdzikir.

1) Bersuara lirih

Bersuara lirih adalah untuk mejaga ketenangan hati maupun ketawadhu'an kepada Allah SWT dengan suara lirih dalam berdzikir akan mempermudah untuk mencapai keberhasilan dalam melakukan dzikir.

2) Menghadirkan hati dan fikiran

Menghadirkan hati dan fikiran tentang apa yang dibaca. Baik adzkar kalimat thayyibah maupun Al-quran, sebab keshalihan hati merupakan buah dari interaksi hati dan pikiran dengan apa yang dibaca, maka Allah melarang sholat dalam kondisi mabuk sampai memahami apa yang dibaca. Allah menjadikan kehadiran hati dan pikiran syarat untuk dapat mengambil pelajaran.[36]

3. Dzikir Nurur Rohmah

Nurur Rohmah adalah nama pondok pesantren yang berada di Dusun Mbelud Sarirejo, Desa Mojosari, kecamatan Mantup, Kabupaten Lamongan. Pondok Nurur Rohmah salah satu pondok yang berada didesa terpencil yang di asuh langsung oleh KH.Warto habib.

Dzikir Nurur Rohmah adalah Dzikir atau amalan untuk seluruh santri yang dilaksanakan istiqomah. Dimana dzikir tersebut yang diberikan kepada

[36]Muhammad Mu'inuddin, *24 jam dzikir dan doa rasululloh SAW,* (Surakarta: Biladi, 2014), hal. 62

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

santri dari pengasuh pondok pesantren atau amalan ijazah dari romo yai untuk santri Nurur Rohmah. Dzikir Nurur Rohmah ini amalan untuk santri, yang istiqomah dibaca setiap setelah sholat maghrib. Dan amalan yang sudah diberikan dari romoyai ini untuk santri, sebagai santri harus benar-benar melaksanakan serta mengistiqomahkan ijazah tersebut. pada umumnya amalan tersebut seluruh untuk santri lama maupun santri baru dan khususnya santri baru yang hatinya masih belum menyatu dengan keadaan di lingkungan pondok pesantren. Berdzikir adalah salah satu kata ungkapan suka cinta kepada Allah ta'ala. Maka tidak akan ada yang mengamalkannya kecuali jiwa yang dipenuhi rasa suka, dan cinta untuk selalu mengingat dan kembali kepadanya.

Dzikir juga salah satu cara mendekatkan diri kepada Allah mengingat, memberi kekuatan hati seseorang untuk senantiasa istiqomah kepada Allah dengan membaca kalimat-kalimat toyyibah. Oleh karena itu dengan bacaan dzikir santri akan menjadi tenang nyaman dan tentra, meskipun santri tersebut tidak mengikuti jamaah bukan berarti santri tersebut tidak mengikuti dzikir, akan tetapi disini seorang santri baru juga sudah mempunyai kewajiban untuk melaksanakan amalan ijazah yang sudah diberikah oleh romo yai untuk semua santri. Ketentuan membaca Dzikir disini tidak hanya sekedar membaca kalimat-kalimat Dzikir, tetapi dengan benar-benar mengingat niat karena Allah Swt dan meresapi baca'an- bacaan dzikirnya dengan suarah yang lirih. Khasiat dzikir Nurur Rohmah sendiri bagi santri yang mempunyai keinginan maka Allah mengabulkan keinginan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

seorang santri tersebut, menghilangkan rasa sedih dan gelisah dari hati manusia, membahagiakan dan melapangkan hati, dijauhkan dari permusuhan.

Proses pelaksanaanya yaitu Setiap setelah sholat maghrib. Suci dari hadats dan najis, menghadap kiblat, niat karena Allah Swt, tawassul ditujukan kepada (1) Nabi Muhammad Saw, (2) Orangtua, (3) Guru. Setelah tawassul dilanjutkan dengan bacaan dzikir. Dzikir Nurur Rohmah yang dibaca yaitu :

a. رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّار *"Robbana aatina fiddunya khasanah wafil akhiroti khasanah waqina 'ada bannar"* Lima belas kali. Keutamaannya supaya apa yang di inginkan santri cepat terpenuhi termasuk santri baru yang masih awal di pesantren pastinya sering hatinya gelisah sedih padahal ia ingin sekali berada di lingkungan pondok dan menjadi santri yang sukses tapi apa yang ia inginkan hatinya masih saja belum terbiasa dengan keadaan pondok yang tidak seperti dilingkungan rumah. Do'a sapu jagad ini adalah Do'a yang ringkas namun penuh makna. Doa ini menurut para ulama' mencakup seluruh permintaan manusia, karena itu dinamakan do'a sapu jagadpasalnya seluruh permohonan manusia pada hakikatnya tidak lepas dari kebahagia'an dunia dan akhirat. Do'a sapu jagad termasuk dari surat Al-baqarah ayat 200 dan ayat 201 do'a yang sering dipanjatkan oleh Rasululloh SAW adalah do'a yang mustajabah. Do'a ini disyari'atkan untuk dibaca di segala kondisi. Do'a sapu jagad mencakuptiga hal yakni

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

meminta kenikmatan dunia, kenikmatan akhirat, dan tebebas dari api neraka. Do'a sapu jagad ini meski pendek dan ringkas ternyata juga mencakup dengan nikmat sehat yang diinginkan manusia membaca do'a ini sehabis sholat isya' insyaallah bisa selalu menyehatkan tubuh lahir dan batin. Do'a ini juga bisa melapangkan hati orang yang mendapatkan musibah, dalam do'a ini juga terdapat kata "Wa fil akhirati hasanah" yang artinya dimksud dengan hasanah di akhirat adalah : terbebas dari rasa takut, dipadang makhsyar mendapat naungan Allah, meraih syafaat dari Rasululloh SAW, mendapat hisab yang ringan, selamat dalam menyeberangi antara dua tepi neraka jahanam. Dan akhir do'a sapu jagat itu dipungkas dengan "Wa qina 'adzabannar" yang artinya "dan hindarkanlah kami dari adzab api neraka". [37]

b. يَا اَللهُ يَا قَدِيْمُ "*ya allah ya qodim* " dibaca Seribu seratus sebelas kali.

keutamaannya memperbanyak persaudaraan supaya tidak ada permusuhan dan apa yang diinginkan terkabulkan. Santri berteman dengan banyak orang yang pastinya memiliki sifat karakter yang berbeda-beda terkadang juga ada yang namanya ketidak cocokan antara satu sama lain hal sepeleh yang menjadikan pertengkarang, oleh sebab itu dengan dzikir "ya allah yaqodim" supaya dijauhkan dari permusuhan dan musuh dijadikan persaudaraan. [38]

[37] http://www.infounik.com/2015/04/kedahsyatan-do'a-sapu-jagad.(diakses pada tanggal 26 juli 2018 pukul 16.33 WIB),

[38]Hasil Wawancara dengan Pengasuh Pondok Nurur Rohmah, Pada tanggal 5 Maret 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Makna kata Al- muqaddim asal katanya dari qodama yang berarti dahulu, Asma Allah Al muqaddim ini mengandung makna dzat yang maha mendahulukan. Sedangkan hikmah dari bacaan asma'ul husna Al-muqaddim ini maka kita akan mendapatkan kepekaan untuk bisa memilih dan memilah sesuatu untuk diletakkan di awali sehingga kita bisa berbuat adil untuk diri sendiri dan bagi sesama makhluk hidup. Dan fadhilah dari dzikir ya muqaddimu saat hati merasa takut ancaman dari orang lain, atau merasa ketakutan ketidak nyamanan hati, atau berdzikir hendak melakukan pekerjaan atau ujian insyaallah dapat menenagkan hati dan dimudahkan segala urusannya. [39]

Dzikir tersebut dilaksanakan setiap setelah sholat maghrib dengan istiqomah.Dari penjelasan dzikir Nurur Rohmah diatas selanjutnya dijelaskan renungan dari dzikir menurut buku karangan Imam Chambali Renungan Dzikir, Sebelum berdzikir dan berdo'a hendaknya niatnya diperhatikan dahulu suara hatinya, bombing hatinya menjadi hamba Allah yang beribadah, karena *ikhlas,* sebab semua orang bisa digoda syetan kecuali orang ikhlas, Firman Allah Al-qur'an surat Al-Hijr ayat 39-40

قَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي لأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الأَرْضِ وَلأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ (٣٩) إِلا

عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخْلَصِينَ (٤٠)

Yang artinya "*dan pasti aku menyesatkan mereka semuannya, kecuali hamba-hamba engkau yang mukhlis diantara mereka".*

[39]Abu Ayyub, El-Faruqi "*Kitab Terlengkap Asmaul Husna"*, (Yogyakarta : Nabawi, 2017) Hal. 231.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Karena *sabar,* sabar dalam meminta, sabar menunggu hasilnya dan sabar menerima keputusan Allah, sebab orang yang sabar kekasih Allah. Firman Allah dalm Al-quran surat Ali Imron ayat 146.

وَاللهُ يُحِبُّ الصَّابِرِيْنَ

Yang artinya "*Dan Allah menyukai orang-orang yang sabar".*

Karena *Syukur,* dengan syukur manusia tidak akan menyesal, dengan syukur nikmatnya akan ditambah-tambah. Dijelaskan dalam firman Allah yang Artinya

لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيْدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ اِنَّ عَذَابِيْ لَشَدِيْدٌ

"*sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti aku akan menambah (nikmat) keepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikamtku), maka sesungguhnya adzab-ku sangatlah pedih". (QS. Ibrohim :7).* [40]

C. Kecemasan

1. Pengertian kecemasan

Anxietas/ kecemasan (*anxiety*) adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Banyak hal-hal yang dicemaskan misalnya, kesehatan kita, relasi sosial, karier, relasi internasional, dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang menjadi sumber kekhawatiran adalah normal, bahkan adaptif untuk sedikit cemas mengenai aspek- aspek hidup tersebut. Kecemasan

[40]Imam Chambali, *Risalah Dzikir,* (Surabaya : Yayasan Aljihad, 1996), hal. 7.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bermanfaat bila mendorong kita untuk melakukan pemeriksaan medis secara reguler. Kecemasan adalah respons terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa menjadi abnormal bila tingkatannya tidak sesuai dengan proporsi ancaman, atau bila sepertinya datang tanpa adanya penyebab yaitu, bila merupakan respons terhadap perubahan lingkungan, dalam bentuknya yang ekstrem, kecemasan dapat mengganggu fungsi kita sehari-hari.[41]

Seseorang yang mengalami gangguan kecemasan hidup tiap hari, dalam ketegangan yang tinggal secara samar-samar merasa takut atau cemas pada hampir sebagian besar waktunya dan cenderung bereaksi secara berlebihan terhadap stress ringan. tidak mampu santai, mengalami ganguan tidur, kelelahan, nyeri kepala, pening dan jantung berdebar-debar adalah keluhan fisik yang paling sering ditemukan, selain itu, individu terus menerus merasa takut akan kemungkinan masalah dan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi atau mengambil keputusan.[42]

Kecemasan (anxiety disorders) adalah gangguan psikologis yang mencangkup ketegangan motorik (bergetar, tidak dapat duduk tenang, tidak dapat bersantai) : hiperaktivitas (pusing, jantung yang berdetak cepat, dan juga berkeringat) dan harapan-harapan dan pikiran-pikira yang mendalam. Gangguan kecemasan berbeda dari kecemasan sehari-hari yang mungkin kita alami. Kecemasan ini tidak dapat dikendalikan, tidak proporsional bila dibandingkan dengan bahaya nyata yang mungkin dihadapi dan menganggu kehidupan sehari-hari orang tersebut. diperkirakan 40juta orang dewasa

[41]Jeffrey S. Nevid dkk, *Psikologi Abnormal Jilid 1*,(Jakarta:Penerbit Erlangga,2003),hal.162

[42]Zuyina Lukluk A dan Siti Bandiyah, *Psikologi kesehatan*,(Yogyakarta: Nuha Medika,2011),hal.107-108.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

amerika diatas 18tahun, atau sekitar 18,1 persen norang dari kelompok ini didiagnosis memiliki gangguan kecemasan dalam setiap tahunnya (Kessler, et al, 2005: NIMH,2006). [43] Sedangkan gangguan kecemasan umum (generalized anxiety disorder) adalah perasaan cemas dan takut yang berlangsungan terus menerus serta tidak dapat dikendalikan perasaan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, dan rasa ketakutan yang sangat kuat yang muncul pada sebagian besar hari selama periode enam bulan, dan tidak disebabkan oleh sesuatu yang berkaitan dengan fisik, seperti penyakit, obat-obatan atau karena meminum terlalu banyak kopi. Orang dengan gangguan kecemasan umum mudah merasa setres dan khawatir dengn gangguan dan permasalahan sederhana yang terjadi dalam kehidupannya. Jika terjadi sesuatu yang salah dalam kehidupan sehari-hari mereka, seperti mobil yang bermasalah, perselisihan dengan rekan kerja, atau permasalahan dalam perbaikan rumah, mereka memperbesar permaslahan tersebut dengan terlalu merasa khawatir dengan akibat yang ditimbulkan oleh perasaan tersebut.[44]

a. Reaksi Kecemasan

1) Reaksi Emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keperihatinan, ketegangan, kesedihan, mencela diri sendiri atau orang lain.

[43]Laura A King,*psikologi umum,*(Jakarta:salemba humanika,2012)hal301.
[44]Carol wade, carol tavris, *Psikologi,* (Jakarta: Erlangga,2007), hal.330

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Reaksi kognitif, yaitu ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berpikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya.
3) Reaksi fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan sistem syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak cepat, tekanan darah meningkat.

b. Gangguan Fungsional Kecemasan[45]

Adapun penjelasan mengenai gangguan fungsional kecemasan sebagaimana tabel berikut :

Tabel 2.1

Gangguan Fungsional Kecemasan

Simptom-simptom Psikologis	Keterangan
Suasana hati	Kecemasan, mudah marah, perasaan sangat tegang.
Pikiran	Khawatir, sukar berkonsetrasi, pikiran kosong,membesar-besarkan ancaman, memandang diri tidak berdaya atau sensitif.

[45]Triantoro Safaria dan Nofans Eka Saputra, *Manejemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara,2009),hal.55

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Motivasi	Menghindari situasi, ketergantungan tinggi, ingin melarikan diri.
Perilaku	Gelisah, gugup, waspada berlebihan.
Gerakan biologis	Gerakan otomatis meningkat, berkeringt, gemetar, pusing, jantung berdebar-debar, mual, mulut kering.

c. Macam-macam Kecemasan

Freud berpendapat bahwa kecemasan dibagi 2 macam :

1) Cemas obyektif

Adalah apabila orang mengetahuinya bahwa sumber cemasnya adalah di luar dirinya, cemas objektif adalah reaksi terhadap pengenalan akan adanya bahaya luar dan adanya kemungkinan bahaya yang disangka akan terjadi.

2) Cemas penyakit

Freud berpendapat bahwa cemas penyakit dibagi tiga bentuk pokok :

a) Cemas umum

Cemas ini adalah cemas yang paling sederhana, karena ia tidak berhubungan dengan sesuatu hal tertentu yang terjadi hanyalah individu merasakan takut yang samar umum serta tidak menentu.

b) Cemas dalam bentuk penyakit

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Cemas ini mencakup pengenalan terhadap objek atau situasi tertentu, sebagai penyebab dari cemas, misalnya ada orang yang takut melihat darah.

c) Cemas dalam bentuk ancaman

Cemas ini adalah bentuk cemas yang menyertai gejala gangguan kejiwaan seperti hysteria misalnya, orang yang menderita gejala tersebut kadang-kadang merasa cemas, karena takut akan terjadi hal itu. Ketakukan akan terjadi tersebut merupakan ancaman.[46]

D. Hasil Penelitian Terdahulu Yang Relevan

1. **Judul :** Kecemasan mahasiswa dalam menghadapi skripsi (Studi pada mahasiswa BKI 2012 Fakultas dakwah dan Komunikasi Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta).

   Persamaan : penulis sama-sama mencari cara untuk menghilangkan rasa cemas.

   Perbedaan : peneliti yang satu menggunakan penerapan Dzikir dan metode kualitatif, dan peneliti yang satu menggunakan metode kuantitatif untuk mengatasi masalah tersebut.

   Nama : Junaidi

   NIM : 12220033

   Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam Tahun : 2016.

2. **Judul :** Pengaruh bimbingan dzikir terhadap tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

[46]Hasan Langgulung,*Teori-Teori Kesehatan Mental*,(Jakarta: Pustaka Al Husna,1986),hal.96-99

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Persamaan : peneliti sma-sama menggunakan Dzikir

Perbedaan : peneliti yang satu menggunakan Dzikir pada umumnya, dan peneliti yang satu menggunakan Dzikir Nurur Rohmah.

Nama : Khoirun Nisak

Tahun : 2017

3. **Judul** : Terapi dzikir untuk penyembuhan remaja pecandu narkoba di pondok pesantren Suryalaya Tasikmalaya.

   Persamaan : sama- sama menggunakan terapi Dzikir

   Perbedaan : peneliti yang satu menerapkan Dzikir untuk menghilangkan kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren Nurur Rohmah dan peneliti yang satu menggunakan terapi Dzikir untuk penyembuhan remaja pecandu Narkoba di pondok pesantren Suryalaya Tasikmalaya.

   Nama : Muhajir Fakhrudin

   Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

   Tahun : 2015

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Lokasi penelitian

Dalam penelitian yang konselor lakukan, lokasi yang dijadikan sebagai tempat penelitian adalah Pondok Pesantren Nurur Rohmah yang tempatnya di Desa Mojosari, Kecamatan Mantup, Kabupaten Lamongan.

a. Profil Pondok Pesantren Nurur Rohmah

Pesantren Nurur Rohmah salah satu pondok pesantren yang berada diperdesaan di Dusun Mbelud Sarirejo, Desa Mojosari, Kecamatan Mantup, Kabupaten Lamongan Jawa Timur. Dengan rahmat dan ridhlo Allah SWT sejak 22 maret 1994 pondok pesantren Nururrohmah didirikan dan mulai berproses, seiring bertambahnya waktu maka santri yang menuntut ilmu belajar Al-quran dan kitab kuning kian bertambah. Selain itu kegiatan ekstra juga semakin komprehensif. Pondok pesantren yang sudah dirintis selama 25 tahun lebih dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Dan tentunya perkembaangan santri yang pesat ini juga diimbangi dengan kualitas pendidikan dan metode pengajaran serta sarana prasarana yang ada. Pondok pesantren Nururrohmah ini juga sangat di minati banyak orang selain dengan pengajaran yang sangat tepat juga karena pimpinan tokoh agama yang sangat tangguh beliau adalah Romo KH.Warto Habib beliau pengasuh pondok pesantren Nururrohmah sejak 22 maret 1994. Awal mula beliau mendirikan pondok

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pesantren ini setelah beliau lulus pulang dari pondok yang sudah ditempati untuk menimba ilmu romo yai beliau mengutuskan untuk supaya aba warto ini mendirikan pondok pesantren dirumahnya. Setelah sekian lama beliau menimba ilmu di pondok pesantren AL Misbar Mojokerto yang diasuh oleh Romo KH. Khisain Ilyas. abah yai warto pulang untuk merintis pondok pesantren yang awalnya santri yang mengikuti ngaji dipondok pesantren tersebut hanya 5 orang dan lama kelamaan santri disitupun bertambah sedikit demi sedikit dan sampai sekarang santri yang sudah berada di pondok pesantren Nururrohma putra maupun putri sudah banyak lebih dari 200 santri. KH Warto Habib beliau selain menjadi pengasuh pondok pesantren Nurur rohmah beliau juga ketua yayasan di MTS MA'arrif 22 dan Madrasah Aliyah Ma'arrif 22 Mantup. Karena tanggung jawab beliau sebagai pemimpin di pondok pesantren juga di yayasan masyarakat juga warga disekitar sangat mempercayai untuk menitipkan anak-anaknya di pondok tersebut. [47]

b. Visi-Misi

Adapun Visi Pondok Pesantren Nurur Rohmah adalah membentuk pribadi luhur yang jujur berdasarkan Akhlakul karimah dan nilai-nilai keagamaan, membentuk insane yang berilmu dan berwawasan luas, mengembangkan potensi generasi muda islam menjadi insan

[47]Hasil wawancara dengan ketua pondok pada tanggal 10 Maret 2018 di pondok pesantren Nururrohmah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berpendidikan. Sedangkan Misi pondok pesantren Nurur Rohmah adalah :

1) Mengembangkan kepribadian Rosululloh SAW dalam pendidikan sebagai proses dalam terbentuknya muslim yang Shiddiq, Amanah, Fatonah, Tabligh.
2) Menumbuhkan budaya ilmu, amal, dan taqwa serta Akhlakul karimah pada jiwa santri dalam pengabdiannya kepada Agama dan Masyarakat dengan dasar dan landasan ajaran ahlusunna waljamaah.
3) Menciptakan manusia beriman dan bertaqwa kepada Allah serta memiliki rasa tanggung jawab mengembangkan ajaran islam yang berlandasan ahlusunnah waljamaah.
4) Melahirkan manusia yang cakap, trampil, mandiri, memiliki kemampuan keilmuan dan mampu menerapkan serta mengembangkan ilmu pengetahuan dan ketrampilan yang ada pada dirinya sendiri dan lingkungannya.

2. Deskripsi konselor

a. Data diri Konselor sebagai berikut :

Konselor merupakan seorang peneliti yang sedang melakukan penelitian terhadap salah satu santri di pondok pesantren Nururrohmah yang mengalami kecemasan. Konselor merupakan Mahasiswi semester 8 di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Nama : Muhibbatul Ilma

NIM : B03214006

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan komunikasi

TTL : Lamongan 12 April 1996

Usia : 22 Tahun

Anak ke : Anak ke 1 dari 2 saudara

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat Asal : Dusun Mbelud Sarirejo, Desa Mojosari, Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan, RT. 003 RW. 002.

b. Riwayat Pendidikan Konselor

Adapun riwayat pendidikan Konselor sebagaimana dilihat dari tabel sebagai berikut :

Tabel 3.1

Riwayat Pendidikan Konselor

No	Pendidikan	Nama Lembaga	Alamat	Tahun
1.	TK	TK Tarbiyatul Athfal	Lamongan	2001-2003
2.	MI	MI Tarbiyatul Athfal	Lamongan	2003-2008
3.	MTS	Roudlotun Nasyi'in	Mojokerto	2008-2011
4.	MA	MA Roudlotun Nasyi'in	Mojokerto	2011-2014

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5.	Perguruan Tinggi	UIN Sunan Ampel Surabaya	Surabaya	2014-Sekarang

c. Pengalaman Konselor

Konselor telah menempuh beberapa mata kuliah diantaranya konseling rumah sakit, konseling sekolah, konseling pesantren, psikologi klinis, terapi islam dan lain lain. Konselor juga melakukan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) Wonokromo dimana waktu itu juga menemukan salah satu klien yang akan melakukan pernikahan orang tersebut mengalami kecemasan akan menghadapi acara pernikahan tersebut. konselor juga pernah berkunjung ke RSJ Lawang dan berhadapan langsung dengan konseli, konseli juga pernah menangani masalah demam panggung mata kuliah bimbingan konseling sosial, konselor juga sering mendengarkan curhatan teman kos, teman kuliah maupun curhatan teman alumni sekolahnya dulu. Konselor juga sudah melakukan KKN di desa Wayut Madiun selama 1 bulan. Pengalaman ini sebagai acuan konselor untuk menunjang penelitian. Pengalaman paling lama yaitu di pondok pesantren Nurur rohmah yang sekarang ini konselor juga menjadi guru ngaji di pondok tersebut yang berada didesa Mojosari Mantup Lamongan. yang akhirnya konselor berinisiatif untuk mengangkat permasalahan pada salah satu santri putri di pondok pesantren Nururrohmah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Deskripsi Konseli

a. Data identitas konseli sebagai berikut

Nama	: Dwi Ning kaifiyah
TTL	: Lamongan, 3 Mei, 2005
Usia	: 14 tahun
Agama	: Islam
Hobi	: Membaca
Jenis Kelamin	: Perempuan
Suku Bangsa	: Indonesia
Alamat pondok	: Mojosari-Mantup-Lamongan
Alamat Asal	:Dusun Crewek, Desa Plabuhan Rejo, Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan.
No.Hp ibu	: 085730575850
Anak-ke	: Anak 2 Dari 2 Bersaudara
Status	: Santri
Riwayat Penyakit	: -
Nama ibu	: Makhsunnah
Nama Bapak	: H. Dinyati

b. Latar Belakang konseli

Saat ini konseli merupakan santri di pondok pesantren Nururrohmah konseli sekarang belajar di bangku Madrasah Stanawiyah kelas satu. Konseli anak yang baik sehingga di kumpuli banyak teman. Konseli juga anak yang cerdas dari dulu sekolah SD konseli menjadi juara kelas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sampai sekarang pun konseli mendapatkan peringkat satu. Konseli termasuk anak yang rajin dalam segala hal seperti melaksankan kewajiban di pondok tiap harinya mengaji, piket pondok menyapu, konseli selalu mengerjakan semua itu tanpa di suruh. [48]

c. Latar Belakang Ekonomi

Keluarga konseli merupakan keluarga yang tergolong kalangan menengah keatas. Hal ini juga terlihat dari pekerjaan orangtua konseli sbagai pedagang (polo wijo) juga mempunyai gudang atau selep. Konseli juga mempunyai sepeda motor dan orangtua konseli mempunyai 2 mobil satu ertiga dan yang satu mobil pic up. Dilihat dari pekerjaan orangtua konseli sangat kecukupan kehidupan sehaari-harinya. Konseli juga anak yang suka menabung ketika uang saku yang diberi oleh orangtua konseli pasti menyisahkan untuk ditabung.

d. Latar Belakang Keluarga

Konseli adalah anak ke 2 dari 2 bersaudara, awalnya konseli tinggal dengan ibu, kakak kandung di modo ngimbang lamongan. Karena pekerjaan ayah atau gudang yang dimiliki oleh ayahnya jauh dari rumah yaitu di desa Crewek Mantup Lamongan akhirnya ayah konseli mengajak anak-anaknya beserta istri untuk pulang ke daerah yang satu dusun dengan gudang yang dimiliki. Pada akhirnya keputusan ayah dan ibu konseli rumah yang berada di daerah modo ngimbang dijual dan membangun rumah disamping gudang pekerja ayah konseli. Dan saat ini

[48]Hasil wawancara konseli pada tanggal 17 Maret 2018 dikamar konseli

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konseli sudah tinggal di Dusun Crewek Desa Plabuhanrejo, Mantup, Lamongan.

Dengan kesibukan ibu dan ayah konseli akhirnya ayah konseli menginginkan untuk anaknya berada di pondok pesantren. Akhirnya memilih untuk bertempat di pondok pesantren Nurur rohmah, ayahnya yang menginginkan dan ibuknya mendukung apa yang sudah diinginkan ayahnya. Karena konseli termasuk anak yang rajin anak yang patuh apa yang sudah di inginkan orantuanya konseli selalu menuruti apa yang sudah di inginkan oleh orangtuannya meskipun pada awalnya konseli tidak mengingikan jauh dengan kluarga, konseli tidak menginginkan berada di pondok pesantren akan tetapi karena suruhan orang tua konseli mengikuti. [49]

e. Latar Belakang Keagamaan

Konseli adalah seorang yang beragama Islam, demikian pula dengan keluarga besarnya. Konseli melaksanakan sholat lima waktu, kadang-kadang melakukan sholat sunnah seperti sholat tahajjud, sholat dhuha sebelum berangkat kerja, konseli juga rutin membaca Al-Qur'an setelah sholat. Hal ini menunjukkan konseli memiliki tingkat religiusitas yang cukup tinggi.[50]

4. Deskripsi Masalah

Masalah merupakan sesuatu yang sering dialami oleh individu, suatu permasalahan akan muncul terkadang juga sesuatu yang diharapkan tidak

[49]Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 25 Maret 2018 di musholla pondok
[50]Hasil wawancara konseli pada tanggal 4 April 2018 di kamar pondok

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sesuai dengan kenyataan, dalam hal ini bergantung pada individu itu sendiri dalam menyikapi sebuah permasalahan. Ada individu yang bermasalah namun dia bisa menyelesaikan sendiri ada juga yang membutuhkan orang lain sebagai pendampingan, kemudian ada juga individu yang mendapat permasalahan menjadi gelisah, cemas, dan khawatir dengan apa yang harus dilakukan untuk permasalahan yang dihadapi. Masalah tersebut yaitu Cemas di keranakan konseli belum bisa menerima lingkungan barunya di pondopk pesantren, dan konseli berangkat kepesantren bukan karena keinginan sendiri tetapi keinginan orangtua, konseli konseli tidak menginginkan jauh dari keluarga, konseli selalu memikirkan keluarga yang ada dirumah.

Menurut hasil wawancara dengan konseli, konseli merasa cemas awalnya konseli tidak menginginkan jauh dari keluarga, konseli tidak menginginkan untuk berada di pondok. Konseli berfikir bahwa dipondok tidak bisa tidur kumpul dengan kluarga. Karena konseli mengikuti apa yang sudah diinginkan orangtua, akhirnya konseli tetap berangkat kepondok demi mengikuti keinginan orangtuannya.

Peneliti melanjutkan wawancara lagi dengan konseli, disitu konseli menceritakan cemasnya konseli, seperti apa ketika konseli cemas yakni: 1. Ketika pelajaran selalu tidak fokus dengan apa yang disampaikan oleh gurunya. 2. Konseli sering menyediri. 3. Konseli susah untuk tidur. 4. Konseli tidak mau makan. 5. Konseli sering menangis dengan suara yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lantang. 6. Setelah sholat berjamaah konseli selalu menangis karena ingat dengan keluarganya di rumah.

Sebenarnya konseli tidak merasa ada paksaan untuk berangkat ke pesantren, pada hati konseli juga mempunyai keinginanan untuk membahagiakan orangtua. Akan tetapi konseli masih belum bisa beradaptasi dengan lingkungan pesantren yang mempunyai kegiatan ngaji, sekolah, yang dulunya konseli dirumah hanya sekolah dan setelah sekolah sudah tidak ada kegiatan. Dan sekarang kegiatan konseling lebih banyak dari pada itu. oleh karena itu konseli merasa cemas dengan dirinya yang belum bisa beradabtasi dengan lingkungan barunya dipesantren.[51]

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi Proses Bimbingan konseling islam untuk Penerapan Dzikir Nururrohmah menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nururrohmah di Mojosari Mantup Lamongan.

   Dalam hal ini konselor menyesuaikan jadwal konseli ketika tidak sibuk atau waktu tidak ada kegiatan dipondok maupun disekolah. Konselor juga berdiskusi dengan konseli mengenai batas waktu konseling dan tempat proses pelaksanaan konseling.

   a. Waktu dan tempat

      Konselor dan konseli menyepakati waktu dan tempat untuk proses pelaksanaan konseling. Waktu yang disepakati yaitu selama 1 jam karena

[51]Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 2April 2018 dikantor pondok putri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

konselor dan konseli bisa bertemu setelah konseli pulang dari sekolah jam 12.30 WIB dan pukul 21.00 WIB setelah konseli melaksanakan diniyah. Kemudian untuk kesepakatan tempat konselor menyesuaikan dengan yang di sarankan konseli yaitu ditempat yang aman yaitu di kantor pondok putri atau dikamar konseli dan tempat yang sekiranya nyaman untuk konseli, teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik penerapan dzikir Nururrohmah. Untuk menggali beberapa data konseli konselor melakukan wawancara dan observasi. Sebelum melakukan terapi tersebut konselor menerapkan langkah-langkah tersebut diantarannya :

b. Proses Konseling

1) Identifikasi Masalah

Langkah identifikasi masalah ini, konselor mengulas permasalahan yang dihadapi oleh konseli secara detail dan mendalam. Hal yang paling utama yaitu mendiskusikan dengan konseli tentang apa yang diinginkan dari proses konseling tersebut. Adanya diskusi ini untuk menghindari kemungkinan adanya harapan dan sasaran yang tidak tepat dan tidak realistis. Dengan demikian, yaitu mendiagnosis apa permasalahannya, tujuan dan hasil yang ingin dicapai.

Identifikasi masalah dalam hal ini berkaitan dengan gejala-gejala yang sering muncul pada diri konseli, sehingga konselor dapat menggali lebih dalam informasi tentang konseli. Informasi tersebut didapatkan hanya dari hasil wawancara dan observasi dengan konseli,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

karena data yang seharusnya kami peroleh tidak hanya terpacuh pada konseli saja melainkan pada teman konseli, juga pengurus pondok. Adapun data-data yang diperoleh dari sumber-sumber tersebut akan dijabarkan sebagai berikut

a) Data yang bersumber dari konseli

Konseli bercerita bahwasannya konseli kesehariannya mempunyai fikiran yang tidak tenang, gelisah, cemas. Sampai konseli tidak mau makan, tidak bisa tidur, Sering menyendiri, konseli menangis dengan suara yang lantang. Konseli pun juga pernah menangis sampai banyak teman-teman yang melihatnya. Ketika terjadi seperti itu fikiran konseli tidak ada rasa malu ketika dilihat banyak anak. Ketika sekolah, mengaji konseli sering tidak fokus dengan apa yang sudah di ajarkan oleh gurunya. Terlebih lagi konseli tidak bisa menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa orang lain. Konseli gelisah ingat dengan keluarganya dirumah, dan belum bisa menerima lingkungan barunya di pesantren, inilah yang membuat konseli cemas, merasa tidak nyaman berada di pondok.

Saat ini, konseli sebagai santri di pondok pesantren Nururrohmah. Dimana pondok tersebut juga mempunyai kegiatan sekolah malam yaitu Sekolah diniyah. Diniyah pelajaran yang diajarkan tidak pelajaran umum tetapi pelajaran yang diajarkan adalah pelajaran agama, seperti Nahwu, shorof, fiqih aqidatul awam, fatkhul qorib dll. Sekolah diniyah dimulai pada pukul 19.30

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sampai 21.00. Sedangkan sekolah umum dimulai pagi jam 7 sampai jam 12 siang. Konseli menempati kamar Nurul ilmi yang isi kamar tersebut ada 15 santri. Bagi konseli berada dilingkungan pondok pesantren tidaklah gampang karena menghadapi banyak teman, banyak orang yang memiliki sifat karakter yang berbeda-beda. Dari salah satu sifat tersebut ada juga yang mempunyai karakter bagus ada juga yang mempunyai karakter jelek. Oleh karena itu bagi konseli sangant sulit untuk beradabtasi dengan banyak teman yang mempunyai sifat berbeda-beda. Konseli juga merasa sulit ketika menghadapi dengan pelajaran agama. Memang konseli termasuk anak yang pintar tetapi kecerdasan konseli untuk masalah agama masih kurang karena dulunya konseli berasal dari sekolah dasar dimana sekolah dasar masalah keagamaannya masih kurang[52]

Konseli mengatakan bahwa dirinya sering memikirkan keadaan yang dialaminya seperti sering ketidak fokusan ketika belajar, merasa cemas dan sulit untuk tidur, Selalu ingat dengan keluarga dirumah.

Konseli bertanya kepada konselor "mbak bagaimana jika aku terus-terusan merasa cemas seperti ini, lalu aku dipondok lama tapi ilmu yang saya pelajari tidak manfaat karena tidak masuk dalam fikiran saya?", konseli mengkhawatirkan bagaimana kalau ilmu

[52]Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 2 April 2018 dikantor pondok

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang dipelajari tidak manfaat karena selama belajar konseli tidak merespon guru juga tidak bisa fokus apa yang sudah disampaikan oleh guru.

Konseli merasa sedih dan gelisah karena sudah beberapa bulan berada dipesantren masih saja belum bisa beradabtasi dengan lingkungan yang sekarang konseli tempati yaitu dilingkungan pesantren. Konseli mengatakan "sebenarnya saya ingin sekali mbak seperti teman-teman saya yang lainyya selalu ceria tidak pernah gelisah, sedih, juga tidak pernah menangis".[53]

b) Data bersumber dari sahabat konseli

Sahabat konseli sendiri menceritakan bahwa konseli dipondok memang mengalami masalah kecemasan. Karena sahabat konseli sendiri satu kamar dengan konseli. Jadi sahabat konseli tahu kalau konseli mengalami masalah kecemasan ketika di pondok, konseli sering menyediri, menangis dengan suara yang lantang. Sahabat konseli melihat kesehariannya konseli selalu gelisah, cemas, seperti orang kebingungan, sampai tidak mau makan.

2) Diagnosis

Dari hasil identifikasi masalah yang dihadapi diketahui penyebab kecemasan yang konseli hadapi saat ini :

Konseli merasa tegang karena kegiatan yang dialami saat ini sangat banyak seperti: Sekolah umum, mengaji Al quran, sekolah diniyah,

[53]Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 2 April 2018 di Aula pondok

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sedangkan dirumah konseli hanya sekolah umum saja setelah sekolah sudah tidak ada kegiatan lagi.

Konseli mudah menangis ketika menyendiri, selalu ingat dengan keluarga yang ada dirumah.Konseli masih susah untuk menerima keadaan barunya dilingkungn pesantren. Konseli merasa gelisah, kegelisahan konseli dihatinya angan-angan ketika konseli menginginkan orangtuanya untuk datang kepondok, tapi masih belum datang dengan waktu yang tepat.

3) Prognosis

Setelah memahami permasalahan yang dialami oleh konseli, langkah selanjutnya yakni prognosis yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menyelesaikan masalah konseli. Dalam hal ini konselor menetapkan jenis terapi apa yang sesuai dengan masalah konseli agar dapat digunakan untuk membantu mengatasi permasalahan konseli.

Setelah peneliti melakukan observasi dan wawancara kepada konseli dan berbagai timbangan, maka konselor mengambil treatment yang akan diberikan kepada konseli. Konselor menggunakan penerapan dzikir Nurur Rohmah yang dapat membantu mengatasi masalah yang dialami konseli.

4) *Treatment* / Terapi

Terapi atau treatment merupakan langkah atau upaya untuk melaksanakan perbaikan dan penyembuhan atas masalah yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dihadapi oleh konseli, berdasarkan pada keputusan yang diambil dalam masalah konseli. Langkah selanjutnya adalah langkah pelaksanaan pemberian bantuan apa yang telah ditetapkan pada langkah prognosis.

Konselor memakai terapi Dzikir dalam memberikan bantuan pada konseli, Dzikir yang di anggap sebagai terapi dzikir yang bacaan-bacaan menyebut kalimat-kalimat thoyyibah. Yang berfokus untuk mengendalikan fikiran konseli, yang awalnya selalu cemas sulit berkonsentrasi. Lalu konseli mampu menilai hal yang buruk dan baik yang akan dilakukan., sehingga tidak merugikan pada dirinya sendiri.

Dzikir yang dijelaskan diatas di harapkan dengan adanya manfaat didalamnya. Baik konseli atau siapapun yang memiliki masalah kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren ini sedikit demi sedikit sembuh dengan izin Allah SWT. Maka bantuan alternative yang diberikan kepada konseli dalam membantu meringankan masalah yang dihadapinya dengan maksimal adalah sebagai berikut :

Untuk memenuhi syarat dzikir agar efektif yaitu dengan melakukan delapan peraturan supaya dzikir bisa merasuk kedalam tubuh dan menjadikan fikiran yang awalnya selalu berfikir yang negative menjadi fikiran yang selalu positif.

1) Suci dari hadats.
2) Menghadap kiblat.
3) Niat karena Allah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Peneliti mengingatkan kembali kepada konseli bahwasannya dzikir benar-benar niat karena Allah SWT.

4) Bersuara lirih.

5) Bertawakal kepada Allah SWT.

6) Mudawwamah (terus-menerus).

Setelah tahapan itu dilalui dengan baik dan benar barulah bisa memuali proses berdzikir adalah sebagai berikut :

1) Pengarahan oleh penelitian

Peneliti melakukan pengarahan kepada konseli bagaimana dan apa yang harus dilakukan sebelum melaksanakan dzikir serta memberi penjelasan sedikit dari makna dzikir, sehingga ketika pelaksanaan dzikir konseli mampu menghayati bacan-bacaan dzikir tersebut.

a) Menjelaskan isi dari Dzikir

Peneliti memberikan penjelasan kepada konseli bahwasannya dengan membaca *ya Allah yaa qadim* Allah menjauhkan yang namanya permusuhan, seorang teman yang sifatnya jelek isnyaallah didekatkan menjadi seorang teman yang mempunyai sifat yang baik, salah satu cemasnya konseli dikarenakan konseli belum bisa beradabtasi dengan lingkungan baru yang bertemu dengan banyak orang yang memiliki sifat berbeda-beda ada juga teman konseli yang memusuhi konseli, oleh karena itu dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

membaca dzikir tersebut konseli dijauhkan dengan permusuhan, musuh dijadikan persaudaraan. Kemudian dengan bacaan *"Robbana atina fiddunya khasanah wa fil akhiroti khasanah wa qina 'ada bannar"* keutamaan dari do'a sapu jagad apa yang diinginkan konseli cepat terpenuhi termasuk rasa cemas yang di alami oleh konseli lalu konseli mempunyai keinginan bagaimana rasa cemas itu bisa hilang dan konseli menginginkan untuk mempunyai rasa kenyamanan ketika berada dipondok pesantren, dengan membaca dzikir sapu jagad apa yang diinginkan konseli Allah pasti mengabulkannya. sehingga dari pedoman tersebut, konseli mampu menghayati, mendalami semua tahapan yang ada didalamnya.

b) Pemberian sugesti kepada konseli

Pemberian sugesti ini bertujuan untuk mengarahkan konseli agar memiliki keyakinan bahwa penerapan dzikir ini bisa menyelesaikan masalah konseli dan berharap hanya kepada Allah SWT supaya masalah konseli bisa terslesaikan. Sugesti yang peneliti sampaikan kepada konseli sesuai dalam ayat Alquran surat Al-A'raf ayat 18.

قَالَ اخْرُجْ مِنْهَا مَذْءُومًا مَدْحُورًا ۖ لَمَنْ تَبِعَكَ مِنْهُمْ لَأَمْلَأَنَّ جَهَنَّمَ مِنْكُمْ أَجْمَعِينَ

Artinya : " Keluarlah kamu dari surga itu sebagai orang terhina lagi terusir. Sesungguhnya barang siapa di antara mereka

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengikuti kamu, benar-benar aku akan mengisi neraka jahannam dengan kamu semuanya."

Dengan isi sugesti tersebut yakni *" Ya Allah, saat ini saya merasa cemas berada dipondok, hanya kepada-MU ya Allah, dengan membaca dzikir Nurur Rohmah ini saya bisa mengurangi rasa cemas saya dan lebih tenang berada dipondok, saya berharap hanya kepada-MU yaa Allah'.* Sugesti ini dibaca ketika setelah membaca tawassul dan berdzikir.

c) Peneliti mengingatkan kembali kepada konseli mengenai makna dan isi dari dzikir Nurur Rohmah. Agar dalam pelaksanaan dzikir konseli merasakan keyakinan bahwa dengan Dzikir Allah menghilangkan masalah cemas pada diri konseli.

2) Pemberian bimbingan bacaan proses dzikir

a) Membacakan Tawassul

Pada tahap ini, awalnya terlebih dahulu peneliti membacakan tawassul, yang dibaca sebelum membaca dzikir Nururrohmah. Sebelum tawassul peneliti mengajak konseli untuk membaca kalimat basmallah, "*Bismillahirrokhmanirrokhim"* lalu membaca Tawassul yang ditujukan kepada : (1) Ilakhadrotin nabiyyil musthofa Muhammad SAW Al fatikha, Khususon kedua orangtu Al fatikha, Khususon seluruh ustadz-utadzah Al fatikha.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b) Peneliti membimbing untuk membaca bacaan dzikir Nurur Rohmah

Dzikir yang pertama dibaca yakni :

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

(*Robbana aatina fiddunya khasanah wafil akhiroti khasanah waaqina 'ada bannar*). Lima belas kali (15x). di lanjut membaca, يَا اَللهُ يَا قَدِيْمُ (*Yaa Allah yaa Qodim*), seribu seratus sebelas kali (1111x).

3) Waktu, Tempat, hari dan tanggal pelaksanaan dzikir Nurur Rohmah oleh konseli.

Proses selanjutnya adalah konseli menerapkan apa yang sudah didapatkan dari penjelasan peneliti sebelumnya. Dan pelaksanaan dzikir yang istiqomah dalakukan setiap setelah sholat Maghrib. Proses selanjutnya peneliti hanya memantau konseli selama pelaksanaan tersebut.

Pada tanggal 12 April 2018, bertepatan setelah melaksanakan sholat maghrib di musholla Pondok pesantren Nurur rohmah.

a) Berniat

Konseli memejamkan matanya dengan penuh kekhusyuk'an dan ikhlas sepenuh hati, yang terpancar dari raut wajahnya dengan membaca Bismillahirrokhmanirrokhim, seperti yang sudah dipaparkan dibab sebelumnya setelah niat konseli mengucapkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kalimat sugesti yang diberikan dipertemuan sebelumnya. Setelah mengucapkan sugesti

b) Membaca tawassul. Mengucapkan tawassul seperti yang sudah disampaikan dibab sebelumnya.

Setelah membaca tawassul, dilanjutkan dengan membaca dzikir Nurur Rohmah, dengan suara yang lirih, terlihat dengan khusyu' dengan sepenuh hati. Terlihat dari wajah konseli mengucapkan dzikir dengan meresapi makna dari Dzikir dan seperti yakin bahwa hanya meminta kepada Allah lah masalah konseli bisa terslesaikan.

5) *Follow Up* (Evaluasi)

Dengan adanya follow up atau evaluasi berfungsi untuk memudahkan konselor untuk melihat sejauh mana konseling yang dilakukan oleh konseli sesuai dengan harapan atau hasilnya. Langkah follow up dilihat perkembangan konseli lebih jauh. Dalam follow up konselor juga kembali untuk melakukan observasi setelah selesainya dilakukan terapi.

Selama proses koseling dengan dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah, konseli yang sebelumnya memiliki rasa cemas, gelisah, sering menyediri, mulai terlihat perubahannya. Setelah perubahan konseli menjadi baik, disini peneliti tidak hanya diam dan berhenti

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sampai disitu saja akan tetapi peneliti masih tetap memberi motivasi kepada konseli.

Bentuk follow up yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan melakukan wawancara kembali kepada konseli untuk memastikan perubahan yang dialami oleh konseli ketika sebelum proses terapi dan sesudah proses terapi.

Pada tanggal 20 April 2018, di halaman pondok pesantren Nurur Rohmah.

Peneliti memanggil konseli kekamarnya dan mengajak konseli untuk keluar kamar dan duduk santai dihalaman pondok pesantren Nurur Rohman, peneliti bertanya dengan konseli bagaimana kondisi konseli setelah melaksanakan dzikir Nurur Rohmah secara istiqomah setelah sholat maghrib, lalu konseli menceritakan bahwa sesuai yang sudah dijelaskan dan praktek, konseli mencoba untuk istiqomah tidak pernah lupa setelah sholat maghrib untuk membaca dzikir Nurur Rohmah. Konseli mempraktekkan apa yang konseli dapatkan dari peneliti. Awalnya konseli tidak percaya akan adanya perubahan seperti itu, akan tetapi setelah konseli menerapkannya, dan dengan izin Allaj SWT konseli merasakan adanya ketenagan dalam diri konseli, konseli sudah merasakan kenyamanan berada di pondok, yang dulunya konseli sering menyediri, menangis, dan sekarang konseli sudah tidak pernah menangis, sudah bisa bergaul dengan banyak teman.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Setelah mendengarkan cerita dari konseli, peneliti berpesan supaya konseli tetap menjaga dan melakukan dengan istiqomah apa yang sudah peneliti berikan kepada konseli tentang penerapan dzikir Nurur Rohmah.

Berikut ini informasi naratif yang konselor dapatkan dari konseli sebelum proses penerapan dzikir Nurur Rohmah dan setelah proses dzikir Nurur Rohmah.

1) Kondisi konseli sebelum proses penerapan dzikir Nurur Rohmah.

   Konseli merasakan cemas, karena konseli belum bisa menerima lingkungan barunya di pondok pesantren, konseli berangkat kepondok tidak keinginan sendiri tetapi dari orangtua, konseli selalu memikirkan keluarga dirumah, konseli berfikir bahwasannya dipondok tidak seenak hidup dirumah yang selalu bersama keluarga. Oleh karena itu konseli setiap harinya cemas, susah untuk tidur, sering menyediri, sering menangis.

2) Kondisi konseli sesudah proses penerapan Dzikir Nurur Rohmah.

   Sesudah dzikir Nurur Rohmah dilakukan secara istiqomah, konseli menampakkan perubahan yang positif. Adapun perubahan yang dialami konseli setelah penerapan dzikir Nurur Rohmah rasa cemas, gelisah, seringnya konseli menangis, menyendiri hal itu sudah tidak ada lagi pada diri konseli. Konseli sekarang sudah bisa merasakan kenyamanan berada di pondok, konseli sudah tidak pernah menangis, konseli sudah tidak terlalu memikirkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengkhawatirkan keluarga dirumah, konseli sudah bisa bergaul dengan teman-temannya. Dilihat dari perubahan-perubahan diatas yang di alami konseli , hasil istiqomah setelah sholat maghrib membaca dzikir Nurur Rohmah dengan izin Allah SWT, Alhamdulillah bisa memuaskan bagi dirinya dan juga peneliti.

Daftar Tabel 3.2

Kondisi konseli sebelum dan sesudah dilaksanakannya proses konseling.

No	Kondisi konseli sebelum melakukan proses konseling	A	B	C	Kondisi konseli sesudah dilakukan proses konseling	A	B	C
1.	Konseli merasa cemas, cemasnya konseli susah tidur disuruh makan males sering menangis karena kegiatan yang di hadapi konseli saat ini sangat banyak dibandingkan dirumah sebelum berangkat kepesantren			√	Konseli sudah bisa tidur nyenyak seperti tidur dirumah. Waktunya makan juga sudah tidak sesulit dulu.		√	
2.	Konseli sering			√	Konseli sudah	√		

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	menangis saat sendiri dan menangisnya konseli dengan suara yang lantang.				tidak pernah menangis			
3.	Konseli selalu mengkhawatirkan dengan kondisi kluarga yang dirumah.			√	Konseli bersikap tenang dan tidak terlalu mencemaskan keluarga di rumah	√		
4.	Ketika konseli menginginkan orangtuanya untuk datang kepondok tapi masih belum datang dengan waktu yang tepat konseli gelisa bersedih hanya diam di kamar dengan menangis			√	Meskipun orang tuanya tidak datang tepat waktu ketika sambang ke pondok konseli tidak gelisah.			√

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

ANALISIS DATA

Analisis data merupakan pemeriksaan kembali data yang sudah diperoleh dari wawancara dan observasi dengan orang disekitar konseli maupun konseli sendiri. Analisis data juga merupakan proses penyusunan, mengkategorikan data, mencari pola atau tema, dengan maksud untuk memahami maknanya. Dengan analisis data tersebut diharapkan dapat memberikan kekuatan data yang sudah peneliti peroleh dari wawancara dan observasi. Sehingga dengan begitu peneliti mencoba menganalisis data yang diperoleh dilapangan dengan teori-teori yang sudah ada. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis deskriptif komperatif yakni dengan membandingkan konseli sebelum proses konseling dan sesudah dilakukannya proses konseling.

Berikut ini merupakan data tentang proses pelaksaanaan serta hasil akhir dari pelaksanaan Dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah Mbeluud Sarirejo, Mojosari, Mantup, Lamongan.

A. Analisis Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Penerapan dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru di pondok pesantren Nurur Rohmah Mbelud Sarirejo, Mojosari, Mantup, Lamongan.

Dalam proses konseling ada beberapa tahapan yang dilakukan oleh konselor yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi atau treatment, dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

evaluasi atau follow up. Analisi tersebut dilakukan oleh konselor dengan membandingkan data teori dan data di lapangan.

Tabel 4.1

Data dari teori dan data dari lapangan.

No	Data Teori	Data Empiris/ Lapangan
1	Identifikasi masalah yaitu mengulas permasalahan yang dihadapi oleh onseli secara detail dan mendalam.	Awalnya peneliti memberikan pertanyaan kepada konseli, apa yang sat ini konseli rasakan ketika berada di pondok? Lalu konseli bercerita bahwasannya konseli merasakan kecemasan. Saat ini konseli sebagai santri di pondok pesantren Nurur Rohmah. Pondok tersebut mempunyai kegiatan sekolah malam yaitu diniyah. Diniyah yang diajarkan pelajaran agama seperti nahwu, shorof dll. Konseli merasa sulit ketika menghadapi dengan pelajaran agama. karena konseli sendiri dulunya belajar di sekolah dasar yang belajar agamanya masih kurang. Konseli bertemu dengan banyak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		teman yang memiliki karakter yang berbeda-beda ada kalanya orang yang mempunyai sifat baik, ada juga sifat yang buruk. Oleh karena itu sangat sulit bagi konseli untuk beradabtasi dengan banyak teman.konseli sering memikirkan keadaan yang dialaminya seperti sering ketidak fokusan ketika belajar merasa cemas dan cemasnya konseli sampai tidak mau kalau disuruh untuk makan, juga sulit untuk tidur nkarena ingat kluarga yang dirumah. Ketika sudah ingat dengan semua itu konseli selalu menangis. Konseli juga pernah pertanya dengan konselor bnagaimana kalau ilmu yang di ajarkan guru di pondok tidak bisa manfaat kalau konseli waktu di ajar tidak pernah memperhatikan selalu memikirkan hal-hal yang lain seperti mengingat-ingat kluarga yang berada di rumah. konseli juga pernah waktu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		itu konseli habis sholat maghrib ingat dengan kluarga dirumah dan sampai menangis dengan suara yang lantang. Konseli juga ingin sekali seperti teman-temannya yang lainnya selalu ceria sudah tenang berada di lingkungan pesantren.
2	Diagnosa yaitu menetapkan masalah apa sajakah yang terjadi pada diri konseli.	Konseli saat ini merasakan cemas. Peneliti bertanya kepada konseli, lalu Dwi' kesehariannya seperti apa kalau sudah merasakan hal cemas seperti ini? Dari hasil identifikasi masalah yang dihadapi dan diketahui penyebab kecemasan yang konseli hadapi saat ini yaitu: 1. Konseli merasa cemas, cemasnya konseli susah tidur disuruh makan males sering menangis karena kegiatan yang di hadapi konseli saat ini sangat banyak dibandingkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		dirumah sebelum berangkat kepesantren. 2. Konseli sering menangis saat sendiri dan menangisnya konseli dengan suara yang lantang. 3. Konseli selalu mengkhawatirkan dengan kondisi kluarga yang dirumah. 4. Konseli gelisah kalau konseli sudah gelisah disuruh makan tidak mau tidur juga tidak bisa ketika itu konseli menginginkan orangtuanya untuk datang kepondok tapi masih belum datang dengan waktu yang tepat.
3	Prognosa yaitu menetapkan jenis bantuan atau terapi apa yang akan digunakan dalam proses konseling.	Memberikan bantuan kepada konseli agar dapat berkonsentrasi ketika belajardan tidak teringat keluarga dirumah. Dengan melakukan penerapan dzikir Nurur Rohmah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		diharapkan konseli mengingat kekuasaan Allah dan hatinya menjadi tentram. Peneliti menyampaikan secara langsung dengan konseli, Dwi'..setelah mb Ilma mendengarkan cerita dari Dwi' mulai awal Dwi' merasakan kecemasan disini mb ilma akan memberikan bantuan kepada Dwi' dengan memberikan penerapan dzikir Nurur Rohmah yang di ijazahi langsung dari Romo Yai.
4	Treatment yaitu sebuah proses pemberian bantuan terapi atau perlakuan dimana konselor menggunakan……	Konselor melakukan perjanjian atau kesepakatan dengan konseli untuk memenuhi delapan syarat dzikir agar efektif yaitu dengan melakukan upaya dalam delapan peraturan yakni sebagai berikut : 1. Suci dari hadats 2. Menghadap kiblat 3. Bersuara lirih 4. Niat karena Allah SWT 5. Menghadirkan hati dan fikiran

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		6. Bertawakkal kepada Allah 7. Mudawwamah (terus-menerus)
5.	Follow up (tindak lanjut) yaitu langkah terakhir dalam serangkaian proses konseling yang menjadi tolak ukur atau keberhasilan dalam proses konseling.	Dalam follow up selain konselor melakukan observasi kembali. Disini konselor juga melakukan evaluasi, peneliti mengajak sharing dengan konseli dan bertanya kepada konseli bagaimana setelah menerapkan dzikir Nurur Rohmah. lalu konselor juga melakukan wawancara kembali dengan sumber data sekunder untuk mengetahui sejauh mana perubahan dalam diri konseli ketika sebelum adanya terapi dan sesudah adanya terapi. Peneliti bertanya dengan salah satu teman konseli yaitu Khusnul. Khusnul setelah Dwi' menerapkan dzikir Nurur Rohmah yang dibaca setelah sholat maghrib dengan istiqomah apakah khusnul masih sering bahkan pernah melihat Dwi' menyendiri, menangis, wajahnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

		gelisah. Lalu khusnul menjawab dan bercerita bahwasannya setelah Dwi' istiqomah membaca dzikir Nurur Rohmah Khusnul sudah tidak pernah melihat Dwi' menyendiri, bahwakan menangis dengan suara yang lantang dan sekarang Dwi'sudah bisa membaur dengan teman-temannya.

B. Analisis Hasil akhir Bimbingan dan konseling Islam dengan Dzikir Nurur Rohmah terhadap kecemasan seorang santri baru pondok pesantren Nurur Rohmah Mojosari, Mantup, Lamongan.

Untuk mengetahui ada tidaknya perubahan yang terjadi pada konseli setelah proses Dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru. Peneliti mencari informasi mengenai hal tersebut dengan cara bertemu langsung dengan konseli di pondoknya, dan mewawancarai konseli tentang perubahan apa yang sudah terjadi pada diri konseli.

Pada tanggan 20 April 2018, di halaman pondok pesantren Nurur Rohmah. Peneliti memanggil konseli kekamarnya dan mengajak konseli untuk keluar kamar dan duduk santai dihalaman pondok pesantren Nurur Rohman, peneliti bertanya dengan konseli bagaimana kondisi konseli setelah melaksanakan dzikir Nurur Rohmah secara istiqomah setelah sholat maghrib, lalu konseli menceritakan bahwa sesuai yang sudah dijelaskan dan praktek, konseli

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mencoba untuk istiqomah tidak pernah lupa setelah sholat maghrib untuk membaca dzikir Nurur Rohmah. Konseli mempraktekkan apa yang konseli dapatkan dari peneliti.

Awalnya konseli tidak percaya akan adanya perubahan seperti itu, akan tetapi setelah konseli menerapkannya, dan dengan izin Allaj SWT konseli merasakan adanya ketenangan dalam diri konseli, konseli sudah merasakan kenyamanan berada di pondok, yang dulunya konseli sering menyediri, menangis, dan sekarang konseli sudah tidak pernah menangis, sudah bisa bergaul dengan banyak teman.

Setelah mendengarkan cerita dari konseli, peneliti berpesan supaya konseli tetap menjaga dan melakukan dengan istiqomah apa yang sudah peneliti berikan kepada konseli tentang penerapan dzikir Nurur Rohmah. Berikut ini informasi naratif yang peneliti dapatkan mengenai kondisi konseli sebelum dan sesudah pelaksanaan Dzikir Nurur Rohmah.

1. Kondisi konseli sebelum proses penerapan dzikir Nurur Rohmah.

   Konseli merasakan cemas, karena konseli belum bisa menerima lingkungan barunya di pondok pesantren, konseli berangkat kepondok tidak keinginan sendiri tetapi dari orangtua, konseli selalu memikirkan keluarga dirumah, konseli berfikir bahwasannya dipondok tidak seenak hidup dirumah yang selalu bersama keluarga. Oleh karena itu konseli setiap harinya cemas, susah untuk tidur, sering menyediri, sering menangis.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Kondisi konseli sesudah proses penerapan dzikir Nurur Rohmah.

Sesudah dzikir Nurur Rohmah dilakukan secara istiqomah, konseli menampakkan perubahan yang positif. Adapun perubahan yang dialami konseli setelah penerapan dzikir Nurur Rohmah rasa cemas, gelisah, seringnya konseli menangis, menyendiri hal itu sudah tidak ada lagi pada diri konseli. Konseli sekarang sudah bisa merasakan keyamanan berada di pondok, konseli sudah tidak pernah menangis, konseli sudah tidak terlalu memikirkan mengkhawatirkan keluarga dirumah, konseli sudah bisa bergaul dengan teman-temannya. Dilihat dari perubahan-perubahan diatas yang di alami konseli , hasil istiqomah setelah sholat maghrib membaca dzikir Nurur Rohmah dengan izin Allah SWT, Alhamdulillah bisa memuaskan bagi dirinya dan juga peneliti.

Pada hasil akhir lebih jelasnya dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan sorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah yang dilakukan dari awal hingga akhir pelaksanaan konseling maka dipaparkan tabel antara kondisi sebelum dan sesudah proses konseling dilakukan. Adapun gambaran hasil proses pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dengan dzikir Nurur Rohmah untuk menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah pada tabel di bawah ini :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.2

Kondisi konseli sebelum dan sesudah dilaksanakannya proses konseling.

No	Kondisi konseli sebelum melakukan proses konseling	A	B	C	Kondisi konseli sesudah dilakukan proses konseling	A	B	C
1.	Konseli merasa cemas, cemasnya konseli susah tidur disuruh makan males sering menangis karena kegiatan yang di hadapi konseli saat ini sangat banyak dibandingkan dirumah sebelum berangkat kepesantren			√	Konseli sudah bisa tidur nyenyak seperti tidur dirumah. Waktunya makan juga sudah tidak sesulit dulu.		√	
2.	Konseli sering menangis saat sendiri dan menangisnya konseli dengan suara yang lantang.			√	Konseli sudah tidak pernah menangis	√		

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3.	Konseli selalu mengkhawatirkan dengan kondisi kluarga yang dirumah.			√	Konseli bersikap tenang dan tidak terlalu mencemaskan keluarga di rumah	√		
4.	Ketika konseli menginginkan orangtuanya untuk datang kepondok tapi masih belum datang dengan waktu yang tepat konseli gelisa bersedih hanya diam di kamar dengan menangis			√	Meskipun orang tuanya tidak datang tepat waktu ketika sambang ke pondok konseli tidak gelisah.			√

Keterangan :

A : Berhasil

B : Cukup berhasil

C : Kurang berhasil

Dari tabel di atas dapat di jelaskan bahwasannya setelah mendapatkan proses konseling terjadi perubahan kondisi dari awal dari konseli yang dulunya sering menangis dengan suara yang lantang sering gelisah merasakan cemas dan sekarang konseling merasa lebih tenang dan jarang ditemukan menyendiri dan menangis.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Untuk melihat tingkat keberhasilan dan kegagalan konseling tersebut, peneliti berpedoman pada prosentase perubahan perilaku dengan standart uji sebagai berikut :

1. >75% atau 75% sampai dengan 100% dikategorikan berhasil.
2. 60% sampai dengan <75% dikategorikan cukup berhasil.
3. <60% dikategorikan kurang berhasil.

Dari tabel tersebut konselor menjelaskan bahwa setelah mendapat penaganan konseli mendapat perubahan kearah yang lebih baik dan bertahap meskipun perubahan itu bertahap. Memicu konseli perlahan-lahan beradaptasi di lingkungan pondok. Untuk lebih jelasnya mengenai perubahan yang nampak pada kondisi konseli sebelum dan sesudah dilakukan proses konseling sesuai dengan persentase sebagai berikut :

Tabel 4.3

Presentase Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Proses Konseling

Prsesentase Sebelum Proses Konseling	**Presentase Sesudah Proses Konseling**
Merasa Cemas, Sering Menangis, Menginginkan ketemu dengan Orangtua setiap 1 minggu sekali, merasakan kekhawatiran *Indikasi* 60% *Cukup Berhasil*	Merasa Cemas, Sering Menangis, Menginginkan ketemu dengan Orangtua setiap 1 minggu sekali, merasakan kekhawatiran *Indikasi* 90% *Berhasil*

Berdasarkan presentase sebelum dan sesudah pelaksanaan proses konseling di atas maka dapat diketahui bahwa dengan bantuan pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohmah Untuk Menangani Kecemasan Seorang Santri Baru Di

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pondok Pesantren Nururrohmah Mbelud Sarirejo Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan, presentase perubahan yang nampak pada kondisi konseli sebelum pelaksanaan konseling konseli Merasa Cemas, Sering Menangis, Menginginkan ketemu dengan Orangtua setiap 1 minggu sekali, merasakan kekhawatiran, dengan presentase 0 %. Sedangkan presentase perubahan yang nampak pada kondisi konseli setelah pelaksanaan konseling konseli 90 % dikatenakan konseli mendapat perubahan kearah yang lebih baik dan bertahap meskipun perubahan itu dilakukan secara perlahan.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa dalam pemberian dan pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Penerapan Dzikir Nurur Rohmah Untuk Menangani Kecemasan Seorang Santri Baru Di Pondok Pesantren Nururrohmah Mbelud Sarirejo Kecamatan Mantup Kabupaten Lamongan dapat mengalami perubahan kondisi perilaku konseli yang dilakukan konselor dan konseli dapat dikatakan berhasil dengan presentase 90 %. Hal ini sesuai dengan standart uji yang tergolong dalam kategori ≥ 75 % sampai 100 % yang dikategorikan berhasil.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dari hasil penelitian "*Bimbingan Konseling Islam dengan Dzikir Nurur Rohmah terhadap kecemasan seorang santri baru di Pondok pesantren Nurur Rohmah Mojosari, Mantup Lamongan"* maka kesimpulan yaitu:

1. Proses terapi yang dilaksanakan peneliti yang bertempat dipondok pesantren Nurur Rohmah, ada ada lima rangkaian proses konseling yang telah dilaksanakan konselor yaitu, identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment atau terapi dan diakhiri dengan follow up atau evaluasi. Proses konseling ini dengan menggunakan Dzikir Nurur Rohmah bertujuan untuk menangani kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah. Peneliti mengajak konseli untuk berdzikir sebagaimana yang telah dijelaskan di bab-bab sebelumnya. Dan pada akhirnya, hasil dari proses Dzikir Nurur Rohmah tersebut mampu mengurangi rasa kecemasannya.
2. Hasil akhir proses Dzikir Nurur Rohmah untuk mengatasi kecemasan seorang santri baru dipondok pesantren Nurur Rohmah, dikategorikan cukup berhasil. Hasil ini dapat dilihat dari perubahan-perubahan yang dialami oleh konseli sebelum dan sesudah proses Dzikir Nurur Rohmah. Demikian rasa kecemasan seorang konseli mengalami perubahan yang sangat baik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Saran

1. Bagi konselor sebaiknya mengasah kemampuan mengenai ketrampilan komunikasi konseling agar dalam setiap proses konseling mampu mencapai hasil yang diinginkan. Selain itu, sebaiknya konselor mampu meraih kepercayaan kepada konseli agar ada rasa kenyamanan dalam setiap proses konseling.
2. Baik konseli ada baiknya jika mampu untuk dapat berinteraksi dengan lingkungan, diharapkan untuk keluarga konseli juga dapat membantu dan mensupport konseli dengan cara sering bertanya, berbicara dengan konseli, sehingga konseli dapat terbiasa berinteraksi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Adlany, Hazri. 2002. *Alquran terjemah Indonesia.* Jakarta: Sari Agung.

Ahmad. 2008.*Ilmu Pendidikan dalam Pesrsepektif Islam*. Bandung : Remaja Rosdakarya.

Aswadi. 2009. *iyadah dan ta'ziyah, perspektif bimbingan konseling Islam.* Surabaya: Dakwah digital pres

Arifin, Zainal . 2011. *Penelitian pendidikan. Bandung : Remaja Rosdakarya.*

Arikunto, Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.. J*akarta; Rineka Cipta.

Azwar, Saifuddin. 2007.*Metode Penelitian.* yogyakarta; pustaka belajar Tafsir,

Burgin, Burhan. 2001. Penelitian kualitatif. Surabaya : Universitas Airlangga.

Chambali Imam. *Risalah Dzikir. 1996.* Surabaya : Aljihad.

Faqih, Rakhim, Ainur. 2004. *Bimbingan konseling dalam Islam.* yogyakarta: UII Press.

Farid, Sayuti, Imam Sayuti Farid. 1992. *Pokok-pokok bahasa tentang Bimbingan penyuluhan agama sebagai teknik dakwah.* IAIN Sunan Ampel Surabaya: Fakultas dakwah.

Ghofur, Amin, Syamsun .*2010. Rahasia Dzikir dan Doa.* Yogyakarta: Darul Hikma.

Halgin, P, Richard. 2010. *Psikologi Abnormal.* Jakarta: Salemba Humanika.

Hikmawati, Fenti hikmawati. 2012. *Bimbingan konseling. 2012.* Jakarta: Rajawali Pers.

Koesoema, Doni . 2007. *pendidikan karakter.* jakarta:PT. Grasindo.

King, A. Laura. 2012. *Psikologi Umum.* Jakarta: Salemba humanika.

Kahhr, Joko , dan Madinah Cita Gilang . *Berdzikir Kepada Allah Kajian Spiritual Masalah Dzikir Dan Majelis Dzikir. 2007.* Yogyakarta: Sajadah-Press.

Lukluk, Zuyina , A dan Badriyah, Siti. 2011. *Psikologi kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Langgulung, Hasan. 1986. *Teori-Teori Kesehatan Mental*. Jakarta: Pustaka Al Husna.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Mubarrok, Ahmad. 2002. *Konseling Agama Teori dan Kasus Cet..*Jakarta: Bina Rencana Parwira.

Munir, Samsul. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.

Musnamar, Thohari. 1992. *Dasar-dasar konseptual Bimbingan dan Konseling Islam.* yogyakarta: UII Press.

Mu'imuddin, Muhammad. 2014. *24 jam dzikir dan doa rasululloh SAW.* Surakarta: Biladi.

Moleong, Lexy . 2002. *Metode Penelitian Kualitatif.* Bandung : Remaja Rosdakarya.

Moleong, Lexy. 2004. *Metode penelitian kualitatif.* Bandung : PT Remaja Rosdakarya,

Masykur, Ghozali, Imam. 2004.*Almumayyaz,*Bekasi: Cipta Bagus segara.

Nevid, Jeffrey . 2003. *Psikologi Abnormal Jilid 1*. Jakarta:Penerbit Erlangga.

Poerwandari, E. Kristi. 1983. *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi.* Jakarta: LPSP3 UI.

Priyatno. 1990. *Dasar-dasar bimbingan konseling.* Jakarta: PT Rineka Cipta.

Rakhmawati, Puji. 2012. *Bimbingan penyuluhan Islam.* Surabaya: IAIN Press

Safari, Trianto dan Saputra, Eka, Nofrans. 2002. *Menejement emosi.* Jakarta: Bumi Aksara.

Santoso, Agus,Ningsih, Yusria. 2013. *Terapi Islam.* Surabaya: IAIN SA press.

Dahlan, Aziz, Abdul. 2006. *Enslikopedia hukum Islam jilid 6.* Jakarta: PT, Ichtiar Baru Van Hoeve.

Shaleh, Rahman, Abdul. 2009. Psikologi. Jakarta: Prenada media grop.

Subandi. *psikologi dzikir. 2009.* yogyakarta: pustaka pelajar.

Sutoyo, Anwar sutoyo. 2015. *Bimbingan dan Konseling Islam.* Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Suparmoko. 1995. M*etode Penelitian Praktis.* Yogyakarta: BPFE
.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D.* Bandung, Alfabeta.

Subagyo, Joko Subagyo. 2004. *Metode penelitian dalam teori dan praktek.* Jakarta : Rineka Cipta.

Tavris, Carol. 2007. *Psikologi.* Jakarta: Erlangga.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id