



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Konseling Islam Dengan Terapi Sholawat *Tibbil Qulub* Dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu Di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk

Skripsi

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Guna memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

Oleh:

**Mar'atus Sholikhah
B93218144**

Dosen Pembimbing:

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

**Program Studi Bimbingan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
2022**

PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mar'atus Sholikhah

NIM : B93218144

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

1. Skripsi dengan judul “Konseling Islam dengan Terapi Sholawat *Tibbil Qulub* Dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu Di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk” ini tidak pernah dikumpulkan atau diteliti oleh Lembaga Pendidikan manapun dalam rangka mendapatkan gelar akademik.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya sendiri bukan hasil dari plagiasi karya milik orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwasannya skripsi ini merupakan hasil plagiasi, saya bertanggung jawab dengan konsekuensi hukum yang ada.

Nganjuk, 17 Januari 2022

Yang telah menyatakan



Mar'atus Sholikhah

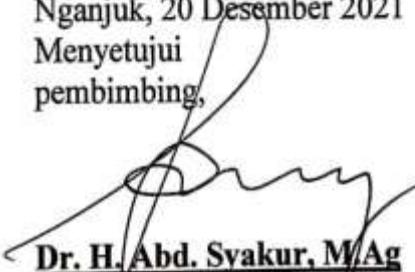
NIM. B93218144

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Dengan ini menerangkan bahwa sesungguhnya skripsi dibawah ini telah diperiksa dan disetujui oleh Dosen Pembimbing:

Nama : Mar'atus Sholikhah
NIM : B93218144
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Konseling Islam Dengan Terapi Sholawat *Tibbil Qulub* Dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu Di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk

Nganjuk, 20 Desember 2021
Menyetujui
pembimbing,



Dr. H. Abd. Svakur, M/Ag
NIP: 196607042003021001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Konseling Islam Dengan Terapi Sholawat *Tibbil Qulub* Dalam
Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu Di
Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk

SKRIPSI

Disusun oleh:
Mar'atus Sholikhah
B93218144

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu Pada tanggal 1 April 2022

Tim Penguji

Penguji I

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

Penguji II

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

Penguji III

Dra. Faizah Nur Laela, M.Si
NIP.1960121119922032001

Penguji IV

Dr. Hj. Ragwan Albaar, M. Fil.I
NIP.196303031992032002



1 April 2022

Di,


alim, M.Ag
251991031003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Mar'atus Sholikhah
NIM : B93218144
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : maratussholikhah2233@gmail.com

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

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Konseling Islam dengan Terapi Sholawat *Tibbil Qulub* dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk

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

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

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 April 2022

Penulis



(Mar'atus Sholikhah)

nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Mar'atus Sholikhah (B93218144), 2022. *Konseling Islam Dengan Terapi Sholawat Tibbil Qulub Dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu Di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk.*

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana proses konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk? (2) Bagaimana hasil konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk?

Untuk menjawab permasalahan diatas, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisis deskriptif komparatif, dengan membandingkan persepektif teori dengan 5 tahapan yakni: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi, evaluasi/*follow up*. Dalam tahapan terapi konselor memberikan terapi sholawat *tibbil qulub* dengan memberikan empat tahapan yaitu pengenalan sholawat *tibbil qulub* dan pemberian motivasi, melantunkan sholawat *tibbil qulub*, dan pemberian tugas rumah.

Hasil akhir dari konseling islam dengan sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk adalah rasa kesepian yang dialami konseli berangsur membaik, konseli lebih bersyukur dan menerima kondisi dengan segala nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dengan hati yang tenang, mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitar, dan lebih tenang dalam menghadapi segala masalah.

Kata Kunci : *Konseling Islam, Terapi Sholawat Tibbil Qulub, Rasa Kesepian*

ABSTRACT

Mar'atus Sholikhah (B93218144), 2022. Islamic Counseling With Tibbil Qulub Sholawat Therapy in Dealing with Loneliness of an Orphaned Teenager in Sonoageng Village, Prambon Nganjuk District.

The focus of this research is (1) How is the process of Islamic counseling with sholawat tibbil qulub therapy in dealing with the loneliness of an orphaned teenager in Sonoageng Village, Prambon Nganjuk District? (2) How are the results of Islamic counseling with sholawat tibbil qulub therapy in dealing with the loneliness of an orphaned teenager in Sonoageng Village, Prambon Nganjuk District?

To answer the above problems, the researcher used qualitative research methods with comparative descriptive analysis, by comparing the theoretical perspective with 5 stages, namely: problem identification, diagnosis, prognosis, therapy, evaluation/follow-up. In the therapy stage, the counselor provides sholawat tibbil qulub therapy by providing four stages, namely the introduction of sholawat tibbil qulub and giving motivation, chanting sholawat tibbil qulub, and giving homework.

The final result of Islamic counseling with sholawat tibbil qulub in dealing with the loneliness of an orphaned teenager in Sonoageng Village, Prambon Nganjuk District is that the loneliness experienced by the counselee gradually improves, the counselee is more grateful and accepts the conditions with all the blessings given by Allah swt with a calm heart , able to interact with the surrounding environment, and more calm in dealing with all problems

Keywords: *Islamic Counseling, Tibbil Qulub Sholawat Therapy, Loneliness*

مستخلص البحث

الاستشارة الإسلامية مع علاج تبيل قلوب. 2022، (B93218144) مرعاتوس شليخة شولاوات في التعامل مع الوحدة لدى المراهق يتيم في قرية سونواجينج ، مقاطعة برامبون نجآنجوك يركز هذا البحث على (1) كيف تكون عملية الإرشاد الإسلامي مع علاج شولاوات تبيل القلوب في التعامل مع وحدة المراهق اليتيم في قرية سونواجينج ، مقاطعة برامبون نجآنجوك؟ (2) كيف هي نتائج الإرشاد الإسلامي مع علاج شولاوات تبيل قلوب في التعامل مع وحدة المراهق اليتيم في قرية سونواجينج ، مقاطعة برامبون نجآنجوك؟

للإجابة على الأسئلة السابقة ، استخدمت الباحثة طرق البحث النوعي مع التحليل الوصفي المقارن ، من خلال مقارنة المنظور النظري بـ 5 مراحل ، وهي: تحديد المشكلة ، والتشخيص ، والتشخيص ، والعلاج ، والتقييم / المتابعة. في مرحلة العلاج ، يقدم المستشار العلاج بصلوات تبيل القلوب من خلال توفير أربع مراحل ، وهي إدخال شولاوات تبيل القلوب والتحفيز ، وترديد الصلوات ، وإعطاء الواجبات المنزلية.

النتيجة النهائية للإرشاد الإسلامي مع شولاوات تبيل قلوب في التعامل مع وحدة المراهق اليتيم في قرية سونواجينج ، مقاطعة برامبون نجآنجوك ، هي أن الوحدة التي يعاني منها المستشار تتحسن تدريجيًا ، ويكون المستشار أكثر امتنانًا ويقبل الظروف بكل النعم. أعطاه الله بقلب هادئ ، قادر على التفاعل مع البيئة المحيطة ، وأكثر هدوءًا في التعامل مع جميع المشاكل

الكلمات المفتاحية: الإرشاد الإسلامي ، علاج تبيل قلوب الشلاطات ، الوحدة

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, Kami panjatkan puja dan puji syukur atas kehadiran-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, hidayah-Nya kepada kami, sehingga kami dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul ***“Konseling Islam Dengan Terapi Sholawat Tibbil Qulub Dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu Di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk”***.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih untuk mewakili betapa syukurnya penulis kepada semua pihak yang terlibat, di antaranya:

1. Prof. Dr. Masdar Hilmi, S.Ag., MA., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Dr. Abdul Halim, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya.
3. Dr. Lukman Fahmi S.Ag., M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya.
4. Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag selaku dosen pembimbing.
5. Kedua orang tua yang selalu mendukung serta mendo'akan perjuangan putrinya.
6. Teman-teman BKI yang selalu memberikan semangat tanpa henti.
7. Dan seseorang yang saat ini dekat dengan saya yang selalu memberi dorongan dan selalu menemani begadang menyelesaikan tugas ini.

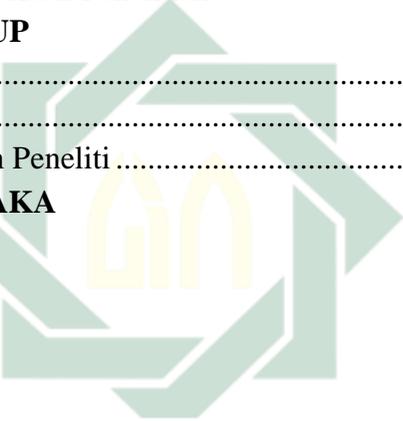
Akhirnya, semoga amal baik yang telah-baiknya dari Allah SWT.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
PERNYATAAN OTENTITAS	v
LEMBAR PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACK	viii
مستخلص البحث.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	11
E. Definisi Konsep.....	11
F. Sistematika Pembahasan.....	15
BAB II KAJIAN TEORITIK	
A. Konseling Islam.....	17
B. Sholawat <i>Tibbil Qulub</i>	21
C. Rasa Kesepian.....	33
D. Penelitian Terdahulu.....	38
BAB III: METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	40
B. Lokasi Penelitian	41

C. Jenis dan Sumber Data	41
D. Tahap-tahap Penelitian	44
E. Teknik Pengumpulan Data	43
F. Teknis Analisis Data.....	47
G. Teknis Validitas Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum dan Subjek Penelitian.....	55
B. Penyajian Data	63
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	79
BAB V: PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	88
B. Saran	89
C. Keterbatasan Peneliti	90
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 4.1 Catatan Perilaku Konseli.....	58
Tabel 4.2 Perubahan Cara Berfikir	70
Tabel 4.3 Catatan Perilaku Konseli.....	73



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Kondisi Lingkungan Rumah Konseli.....	94
Proses Pemberian Terapi.....	95
Hasil Tugas Konseli.....	99



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Buah hati merupakan anugerah terindah bagi kedua orangtua. Kasih sayang orangtua tiada henti sampai mereka menutup mata. Orangtua merupakan segalanya bagi anak didalam keluarga. Keadaan keluarga yang aman nyaman merupakan kebutuhan dasar dalam suatu rumah, hal tersebut hanya diperoleh jika adanya kesejahteraan didalamnya.² Keluarga yang lengkap dan sempurna terdiri dari seorang Bapak, Ibu, dan Anak. Oleh karena itu, ketidaklengkapan anggota keluarga kerap sering terjadi salah satunya tidak adanya orangtua didalamnya, baik ditinggal wafat Ayah maupun Ibu. Dalam kehidupan tak lepas dari kata kematian. Semua manusia yang dihidupkan kelak akan dimatikan. Tidak ada yang paling menyedihkan yang mengguncang batin dan akal manusia kecuali takdir kematian.³ Apalagi perasaan kehilangan orangtua, pasti akan berdampak pada psikis maupun biologis. Perasaan ditinggalkan pasti sangat amat menyakitkan. Tak ada rasa yang begitu hampa dibandingkan dengan kehilangan, apalagi kehilangan orangtua.

Sosok yang paling dekat dengan anak pasti Ayah dan Ibu, jika tidak ada hidup terasa hampa. Apalagi pada usia perkembangan yakni difase remaja akhir usia 18-24 tahun, masa dimana pencarian jati diri.⁴ Remaja yang ditinggal

²Singgih Gunarsa. *Psikologi Bagi Keluarga*. (Jakarta: Gunung Mulia, 2007), 10.

³Komarudin Hidayati. *Psikologi Kematian*. (Jakarta: PT M. Publik, 2006), 103.

⁴S Wirawuan. *Psikologi Remaja*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), 23.

wafat kedua orang tua sangatlah kehilangan kasih sayang. Remaja dapat mengalami reaksi psikologis yang mengalami rasa kesepian, kegelisahan, ketakutan, dan rasa mudah menyerah. Meskipun setiap orang memiliki reaksi berbeda dalam diri seseorang tapi kondisi tersebut umum terjadi pada remaja yang ditinggal wafat kedua orangtuanya.

Proses perkembangan menuju kedewasaan yang serba sulit dan membingungkan bagi remaja, oleh karenanya remaja butuh pengayoman dan perhatian dari orangtua. Apalagi remaja yang di rumahnya hidup sendirian tidak ada seseorang yang dijadikan tempat berbagi suka maupun duka. Hanya bisa menyimpan duka dan sedih perorangan. Rasa kesepian membuatnya kehilangan arah dan dapat mempengaruhi kehidupan sehari-harinya, dikarenakan remaja tidak bisa menumbuhkan rasa bahagia dalam sepi. Oleh sebab itu, perlu penanganan khusus secara mendalam. Jika masalah dapat diatasi, maka kehidupan akan berjalan normal. Oleh sebab itu, di butuhkanlah pendampingan oleh konselor. Sehingga konseli dapat menangani masalah yang dialami.

Menurut Peplau dan Perlman kesepian merupakan rasa ketidakpuasan yang dialami individu dalam hubungan sosial yang dimilikinya.⁵ Orang yang mengalami kesepian akan mengalami kecemasan yang tinggi dan akhirnya menjadi terasingkan oleh lingkungan.⁶ Menurut indah dan ratih rasa sepi yaitu kesenjangan hubungan sosial yang mengakibatkan perasaan negatif muncul hingga individu

⁵Perlman Peplau, "L. Loneliness. In: Friedman, H.S., Ed", *Encyclopedia of Mental Health, Vol. 2, Academick Press, San Diego 1998, 571-581.*

⁶Nia Faramita Yusuf. "Kesepian dan Depresi: Studi Metaanalisis". *Seminar Psikologi & Kemanusiaan. Psychology Forum UMM. 2015*

memerlukan penyesuaian diri.⁷ Menurut Suardiman kesepian merupakan suatu kondisi menyakitkan merasa tidak diperhatikan orang lain, tidak ada tempat berbagi rasa dan keadaan dan ia tidak mempunyai pilihan.⁸ Bruno mengartikan kesepian merupakan kondisi mental dan emosi yang merasa terasingkan dan tidak mempunyai kualitas hubungan yang baik dengan orang lain.⁹ Kesepian memiliki karakteristik atau ciri-ciri sebagai berikut: *pertama*, Kecemasan, individu yang mengalami rasa kesepian akan membuat kondisi fisik maupun psikis tidak stabil. Rasa kecemasan ini mengakibatkan seorang individu sulit membuka diri dan merasa terabaikan oleh oranglain. *Kedua*, Tidak Percaya diri, rasa tidak percaya diri membuat rasa malu selalu muncul. Individu akan merasa gugup jika berada ditempat yang tidak aman. Rasa malu akhirnya akan mengakibatkan kesepian.¹⁰ *Ketiga*, Emosi tidak stabil, suasana hati selalu tak menentu. Perasaan seperti sedih, terpuruk, dan marah yang tak tau apa pasti sebabnya.¹¹

Berdasarkan pengertian para ahli dapat disimpulkan rasa kesepian merupakan rasa ketidakpuasaan dan ketidaksesuaian dalam diri individu mengenai hubungan sosial dengan kenyataan hidup yang diharapkan sehingga merasa tidak diperhatikan orang lain tidak ada tempat berbagi rasa.

⁷Indah Putri Sari Ratih Arum, "Hubungann Antara Resiliensii Dengan Kesepian (*Loneliness*)". *Jurnal Prosiding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)*. Vol. 6, Oktober 2015, 1.

⁸Suardiman S. *Psikolog Usia Lanjut*. (Jogyakarta: UGM Press, 2011).

⁹Bruno, F.J. *Conquer Loneliness Menaklukan Kesepian*. (Jakarta: PT. Gramediia PU, 2000).

¹⁰Sri Yola, *Karakteristik Kepribadian Kesepian*. 2006.

¹¹Peplau L.A & Perlmen, D. *A Sourcebook of Current Theory Research and Therapy*. (New York: A Wiley Interscience, 1998).

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti. Peneliti melakukan penelitian pada seorang remaja yang tinggal sendirian tak ber Ayah dan tak ber Ibu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk. Perempuan ini bernama cantik (nama samaran). Seorang remaja ini duduk di bangku kuliah di Kota Kediri. Ia anak ketiga dari 3 bersaudara, kedua kakaknya sudah menikah dan ikut ke rumah suaminya. Jarak rumah kedua kakaknya cukup jauh yakni di Samarinda dan Yogyakarta, tak bisa dikunjungi konseli sewaktu-waktu. Sehingga konseli hidup seorang diri di rumah karena kedua orangtuanya sudah meninggal. Sebelum orang tuanya meninggal rasa kesepian belum dirasakan oleh konseli. Ayah konseli meninggal dunia ketika konseli SD, rasa sepi belum muncul karena ia masih ditemani Ibu nya, Ibunya teramat sayang padanya. Konseli waktu SMP belajar di Pesantren, ia masih menjadi remaja normal yang tidak kesepian masih dikelilingi teman banyak. Kemudian SMA ia belajar di Madrasah Aliyah, keadaannya masih baik-baik saja. Di Usia 18 tahun Ibu Konseli meninggalkannya untuk selamanya. Kondisi tersebut awal penyebab masalah yang sedang dialami yakni kesepian.¹²

Terkait dengan permasalahan kesepian, saat menjalani hidup sendiri dirumah, konseli sering merasakan cemas, rasa cemas muncul ketika konseli duduk termenung tidak ada keluarga yang menemani dirumah. Konseli merasa takut dan *overthinking* di saat ia sedang sakit. Pada saat itu, konseli mengalami sakit demam ia harus mencari obat serta merawat diri nya sendiri. Ia tak bisa tidur tenang sampai larut malam dan terus berfikir negatif, “*jika aku kenapa-*

¹²Mar’atus Sholikhah. *Wawancara dengan Konseli*. 15 Agustus 2021. Di Prambon Nganjuk. Pukul 09.00 WIB

kenapa bagaimana ya? Aku harus minta tolong kesiapa? Sampai kapan aku merasa kesepian?” ujarinya dalam wawancara dengan peneliti. Meskipun usia konseli sudah cukup untuk menikah, konseli belum ingin menikah. Ia ingin melanjutkan kuliahnya dan mencari pekerjaan yang layak sehingga mendapatkan jodoh yang baik pula sambil memantaskan diri.¹³

Ketika konseli berada di lingkungan yang ramai ia merasa senang sekali, tapi ketika berbicara di depan umum yang sekiranya kondisi tersebut tidak aman baginya, ia merasa tidak percaya diri dan pendiam. Pernah ketika ketika ada acara musyawarah bersama ia ditunjuk sebagai pemimpin musyawarah ia langsung merasa gugup dan gelisah, konseli binggung harus berbicara apa didepan umum. Meskipun saat itu ia berhasil melewati masa itu, ia tetap gelisah. Oleh karena itu, dulu saat duduk dibangku SMA konseli mengikuti organisasi siswa intra sekolah untuk melatih kepercayaan dirinya. Rasa tidak percaya diri ada karena tak terbiasa komunikasi dengan orang lain maupun lingkungan sekitar, serta sikap pendiamnya dirumah menyebabkan rasa canggung ketika didepan umum.¹⁴

Konseli sangatlah sensitif. Emosi tak bisa terkendalikan yaitu emosi sedih dan marah. Emosi sedih tidak bisa di kontrol saat ia mengingat Ayah dan Ibu yang sudah meninggal saat konseli usia belia, ketika merasa rindu orangtuanya ia segera mendo'akannya. Saat merasa sedih ia melampiaskan dengan *update story WhatsApps* dengan kata-kata yang sungguh menyentuh untuk orangtuanya. Konseli

¹³Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan Konseli*. 15 Agustus 2021. Di Prambon Nganjuk. Pukul 09.00 WIB

¹⁴Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan Konseli*. 16 Agustus 2021. Di Prambon Nganjuk. Pukul 10.15 WIB

juga sering marah-marah tak jelas penyebabnya dan melampiaskan kepada orang sekitar dengan mendiamkan lawan bicaranya dan bemuka judes.¹⁵

Berdasarkan wawancara dengan sumber data sekunder yakni Kakak, Sahabat dan Teman terkait kesepian konseli. Menurut kakak konseli, ia memandang adiknya memang pendiam, tapi jika ada masalah masih mau terbuka dengan kakaknya. Jika, kakaknya mengunjunginya menginap dirumah, konseli merasa bahagia dan ceria. Namun, jika kakaknya pulang ia merasa kasihan dan tak tega.¹⁶ Menurut sahabat konseli yang bernama Manis (nama samaran) *“konseli memang sangat kesepian, maka dari itu saya sering main kerumah nya, dia anaknya pendiam tapi baik banget”* Ujar Manis sahabatnya. Konseli sering marah-marah meskipun sahabatnya tidak pernah berbuat salah, terkadang sahabatnya juga binggung dan merasa kesal dijadikan tempat pelampiasan. Namun, sahabatnya menahan tetap sabar menghadapi konseli dan mencoba mengerti konseli. Jika butuh sesuatu, terkadang sahabatnya inilah yang menemani kemana saja konseli pergi. Jarak rumah sahabatnya juga tak terlalu jauh dengan konseli.¹⁷ Sedangkan menurut temannya yang bernama Anggun (nama samaran), konseli pribadi yang pemalu, kadang tidak percaya diri. Konseli sosok tegar dengan semua keadaan yang dialaminya, selalu baik-baik saja didepan temannya

¹⁵Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan Konseli*. 16 Agustus 2021. Di Prambon Nganjuk. Pukul 11.00 WIB

¹⁶Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data sekunder pertama: Kakak*. 20 Agustus 2021. Pukul 14:30 WIB.

¹⁷Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data kedua: Manis (nama samaran) Sahabat Konseli*. Pada 20 Agustus 2021. Pukul 11:15 WIB.

padahal ia sedang sedih, mampu menyembunyikan rasa sakitnya.¹⁸

Gejala rasa kesepian konseli yang akan diterapi menggunakan sholawat *tibbil qulub* yakni perasaan cemas, tidak percaya diri, emosi tidak stabil dan *self-esteem* yang rendah. Menurut Mahmud Yunus berarti mengingat terus menerus dalam bentuk berdo'a kepada Allah SWT, hal tersebut dari kata shalat yang mempunyai bentuk jama' sholawat.¹⁹ Menurut Ibn Qoyum dalam kitab *Jala' al-afham* sholawat merupakan rahmat yang sempurna atas baginda Rasulullah, sholawat termasuk do'a, keberkahan dan ibadah kepada Allah melalui besholawat kepada baginda Nabi Muhammad SAW.²⁰ Menurut Sokhi Huda Sholawat merupakan jembatan mencintai baginda Nabi Muhammad SAW sebagai wujud cinta dan kasih, dengan besholawat seorang muslim memperoleh jati diri yang sempurna.²¹ Dan menurut Ibnu Abdus Salam sholawat yang dilantunkan untuk Rasulullah ditunjukan bukan untuk memberi syafaat Rasul akan tetapi untuk umatnya, karena rasul tak membutuhkan syafaat dari umatnya. Sedangkan manfaat dari sholawat akan kembali kepada hamba yang mengamalkan sholawat.²²

¹⁸Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data ketiga: Anggun (nama samaran) Sahabat Konseli*. Pada 21 Agustus 2021. Pukul 10:00 WIB.

¹⁹Mahmut Ynus. *Kamus Arab Indonesia*. (Jakarta: PT. Mahmut Ynus, 2007), 220.

²⁰Nugraha Andry Afryza. *Ayat-Ayat Shalawat Dalam Al-qur'an*. (Surabaya: Skripsi, 2017), 4.

²¹Sokhi Huda. *Fenomena Solawat Wahidiah*. (Yogyakarta: LKIS, 2008), 134-137.

²²Nabil Hamit Al- Muadz. *Jalan Menuju Surga*. (Jakarta: Najela Press, 2007), 235-236.

Menurut Rima Olivia dalam buku *sholawat untuk jiwa* mengemukakan manfaat dari sholawat menjadikan hati tenang jika mengamalkan sholawat secara istiqomah, maka akan memberikan efek pikiran positif bagi yang mengalami rasa buruk sangka terhadap ketentuan yang belum tentu terjadi. Sholawat merupakan terapi yang memberikan rasa nyaman untuk memperoleh kebahagiaan. Jika bersholawat usahakan memusatkan perhatian untuk hal yang positif sehingga akan tercapainya tujuan dari sholawat itu sendiri. Dalam bersholawat harus istiqomah karena dibutuhkan untuk melatih otak menjadi lebih tenang selalu positif *thingking* dalam berfikir. Menurut Donald Hebb keilmuan *neuropsikologi*, dalam pelepasan emosi dibutuhkan pengulangan pengucapan sholawat sehingga *neuron* akan terikat bersamaan menjadikan tenang dalam menjalani kehidupan tanpa rasanya kesepian.²³

Keutamaan bersholawat dapat mengusir rasa kesepian yang dialami seseorang, dengan sholawat membuat pola pikir negatif akan tersingkirkan dari tubuh, efek rasional dari sholawat itu sendiri yaitu menjadi pribadi yang kalem, merasakan kasih sayang Allah disetiap langkahnya, memiliki pola pikir yang positif selalu berfikir setiap masalah pasti ada jalan keluarnya, menjadi pribadi yang ramah dan pemaaf mampu berdamai dengan dirinya sendiri dan selalu melakukan kebaikan di jalan Allah swt.²⁴

Sedangkan menurut Al-Habib Abu Bakar bin Abdullah bin 'Alwi bin Abdulloh bin Tholib Al-Athos nama lain dari sholawat *tibbil qulub* adalah sholawat syifa diambil

²³Rima Olivia. *Shalawat Untuk Jiwa*. (Jakarta: Tranmedia Pusaka, 2016), 43.

²⁴Rima Olivia. *Shalawat Untuk Jiwa*. (Jakarta: Tranmedia Pusaka, 2016), 47.

dari kitab “Mafaatihul as-sa’adaah fi Sholawat yang berarti sebagai penawar atau penyembuh dari obat hati dan kesehatan badan.”²⁵

Sholawat *Tibbil Qulub* memiliki manfaat yakni apabila istiqomah membaca serta mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari sebagai bentuk dzikir dan wirid sebagai penyembuh dari penyakit hati, shalawat juga bisa menyembuhkan badan dari penyakit sehingga memberikan kesehatan, menjadikan beban hati terangkat, tubuh serta benak terus menjadi ringan, mengobati serta menyembuhkan hati dari watak tercela serta kegundahan dan memberikan sinar serta cahaya untuk pembuka hati. Menurut Ustadz Yusuf Mansyur menjelaskan kalau sholawat *tibbil qulub*, tidak wajib dibaca dikala sakit saja, tetapi pula dilantunkan kala sehat berguna sebagai vitamin dan pahala amal shaleh didunia.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan terapi sholawat *tibbil qulub* merupakan terapi dengan bersholawat untuk nabi Muhammad SAW untuk menyelesaikan masalah dahir maupun batin yang dialami seseorang sehingga mampu memperbaiki perilaku dan perasaan yang tidak sesuai norma yang ada. Dalam bacaan sholawat *tibbil qulub* cukup mudah sehingga pengaplikasian kepada konseli lebih mudah. Dengan pemberian terapi sholawat *tibbil qulub* akan menangani masalah karena sholawat dapat menyembuhkan secara batin dan dahir menjadikan hati tenang tidak diselimuti rasa sepi karena

²⁵Mohammad Mufid Muwaffaq, *Sholawat Tibbil Qulub*, <https://pecihitam.org/sholawat-tibbil-qulub/> diakses pada tanggal 16 Agustus 2021.

didalam langkah akan selalu ada Allah SWT yang menemani.

Dari beberapa pemaparan yang telah dijelaskan, maka peneliti tertarik mengambil penelitian dengan judul “*Konseling Islam Dengan Terapi Sholawat Tibbil Qulub Dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu Di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis membuat beberapa rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana proses konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remajamyatim piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk?
2. Bagaimana hasil konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk?

C. Tujuan Penelitian

Dalam penelitian tentu memiliki tujuan yang berfungsi sebagai acuan, pedoman, arah dan hasil yang akan dicapai dari peneliian. Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui proses konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk.
2. Untuk mengetahui hasil konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

- a. Peneliti akan mendapatkan wawasan, informasi berupa ilmu, dan pengalaman lapangan di bidang Konseling Islam dengan tema: Konseling islam dengan terapi sholat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu.
- b. Dapat menjadi sumber informasi pencarian data, dan rujukan bagi lembaga pendidikan dan mahasiswa umumnya, konseling islam dengan terapi sholat *tibbil qulub*.

2. Secara Praktis

- a. Memberikan pertolongan secara praktis menggunakan konseling islam dengan terapi sholat *tibbil qulub*.
- b. Penelitian ini bisa menjadi bahan pertimbangan atau referensi bagi penelitian yang hampir serupa, menggunakan konseling islam dengan terapi sholat *tibbil qulub*.

E. Definisi Konsep

1. Konseling Islam

Menurut Abdul Choliq Dahlan konseling islam merupakan kegiatan pemberian bantuan kepada orang atau konseli untuk membantu masalah yang sedang dialami, untuk mengarahkan individu menuju tahap perkembangan yang sebenarnya dengan petunjuk Allah dan Sunnah Rasulullah SAW untuk memperoleh ketenangan hidup.²⁶ Menurut Hamdani Bakran Adz Dzaki konseling islam adalah suatu proses pelaksanaan

²⁶Ahmad Atabi, "Konseling Keluarga Islami (Solusi Problematika Kehidupan Berkeluarga)", *Konseling Religi: Jurnal BKI*, vol. 4, no. 1, (Juni, 2013), 169-170.

yang diminta seorang individu kepada konselor untuk mengembangkan potensi akal melalui iman dan takwa serta untuk menyelesaikan masalah hidup yang dimiliki individu berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Nabi Muhammad SAW.²⁷ Menurut Aunur Rahim Faqih konseling islam yaitu bantuan yang diberikan konselor untuk konseli supaya konseli dapat memahami keberadaan Allah didalam dirinya. Dimana konseli berusaha menaati ketentuan Allah SWT untuk mencapai kebahagiaan yang sesungguhnya.²⁸ Menurut Kamal konseling islam adalah mendorong serta membantu individu membuat keputusan dari masalah yang dihadapi dengan membimbing mengenai kehidupan dunia dan kehidupan yaumul akhir.²⁹ Menurut Aziz konseling islam merupakan proses konseling oleh tenaga ahli dibidang konseling untuk membimbing dan memberi nasehat konseli untuk membuat keputusan dari masalah yang dihadapi.³⁰ Keputusan berdasarkan ajaran Al-Quran dan Sunnah.

Dari pendapat para ahli dapat disimpulkan konseling islam merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan konselor pada konseli untuk membantu masalah hidup yang dihadapi konseli sesuai Alqur'an dan

²⁷Aswadi. *Idadah dan Taziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), 12.

²⁸Aunur Rahim Fakih. *Bimbingan Konseling dalam Islam*. (Jogjakarta: UII PRESS, 2004), 4.

²⁹Kamal Abdul Manat (Al Hakim). *Konseling Islam Perbandingan Antara Amalan dan Teori Konseling Barat*. (Malaysia: Publikasi dan distribusi Sdn. Bhd, 1995).

³⁰Aziz Salleh. *Azaz Konseling Islam*. (Malaysia: Publikasi dan distribusi Sdn. Bhd, 1993).

Sunnah Rasulullah SAW. untuk mendapatkan ketentraman dunia maupun akhirat.

2. Kesepian

Menurut Peplau dan Perlman rasa sepi merupakan hubungan sosial yang mengalami ketidakpuasaan yang dialami seorang individu.³¹ Orang yang mengalami kesepian akan mengalami kecemasan yang tinggi dan akhirnya menjadi terasingkan oleh lingkungan.³² Menurut Indah dan Ratih kesepian merupakan kesenjangan hubungan sosial yang mengakibatkan perasaan negatif muncul sehingga individu memerlukan penyesuaian diri.³³ Menurut Suardiman kesepian merupakan suatu kondisi menyakitkan merasa tidak diperhatikan orang lain, tidak ada tempat berbagi rasa dan keadaan dan ia tidak mempunyai pilihan.³⁴ Bruno mengartikan kesepian merupakan kondisi mental dan emosi yang merasa terasingkan dan tidak mempunyai kualitas hubungan yang baik dengan orang lain.³⁵

Berdasarkan pengertian para ahli dapat ditarik kesimpulan rasa kesepian merupakan rasa ketidakpuasaan dan ketidaksesuaian dalam diri individu mengenai hubungan sosial dengan kenyataan hidup yang

³¹Perlman Peplau, "Lonelines. In: Friedmans", *Encyclopedia of Mental Health, Vol. 2, Akademik Press*, San Diego 1998, 571-581.

³²Nia Faramita Yusuf. "Kesepian dan Depresi: Studi Metaanalisis". *Seminar Psikologi & Kemanusiaan. Psychology Forum UMM*, 2015.

³³Indah Putri Sari Ratih Arum, "Hubungan antara resiliensii dengan kesepian (*lonelines*)". *Jurnal Prosiding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)*. Volume. 6, Oktober 2015, 1.

³⁴Suardiman. *Psikolog Usia Lanjut*. (Jogjakarta: UGM Press, 2011).

³⁵Bruno, F.J. *Conquer Lonelinss Menaklukan Kesepian*. (Jakarta: PT. Gramed Pustaka Utama, 2000).

diharapkan sehingga merasa tidak diperhatikan orang lain tidak ada tempat berbagi rasa.

3. Terapi Sholawat *Tibbil Qulub*

Menurut Mahmud Yunus berarti mengingat terus menerus dalam bentuk berdo'a kepada Allah SWT, hal tersebut dari kata shalat yang mempunyai bentuk jama' sholawat.³⁶ Menurut Ibn Qoyum dalam kitab *Jala' al-afham* sholawat merupakan rahmat yang sempurna atas baginda Rasulullah, sholawat termasuk do'a, keberkahan dan ibadah kepada Allah melalui besholawat kepada baginda Nabi Muhammad SAW.³⁷ Menurut Sokhi Huda Sholawat merupakan jembatan mencintai baginda Nabi Muhammad SAW sebagai wujud cinta dan kasih, dengan bersholawat seorang muslim memperoleh jati diri yang sempurna.³⁸ Dan menurut Ibnu Abdus Salam sholawat yang dilantunkan untuk Rasulullah ditunjukkan bukan untuk memberi syafaat Rasul akan tetapi untuk umatnya, karena rasul tak membutuhkan syafaat dari umatnya. Sedangkan manfaat dari sholawat akan kembali kepada hamba yang mengamalkan sholawat.³⁹ Sedangkan menurut Al Habib Abu Bakar bin Abdulah bin Alwi bin Abdulah bin Thalib Al-Athas nama lain dari sholawat *tibbil qulub* adalah sholawat syifa diambil dari kitab "*Mafatihuhu as-saadaah fii Sholawat* yang berarti sebagai

³⁶Mahmut Ynnus. *Kamus Arab Indonesia*. (Jakarta: PT. Mahmut Ynnus, 2007), 220.

³⁷Nugraha Andry Afryza. *Ayat-Ayat Shalawat Dalam Al-qur'an*. (Surabaya: Skripsi, 2017), 4.

³⁸Sokhi Huda. *Fenomena Shalawat Wahidiyah*. (Jogjakarta: LKIS, 2008), 134-137.

³⁹Nabil Hamit Al- Muadz. *Jalan ke Surga*. (Jakarta: Najela Pres, 2007), 235-236.

penawar atau penyembuh dari obat hati dan kesehatan badan.⁴⁰

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan terapi sholat *tibbil qulub* merupakan terapi dengan bersholawat untuk Nabi Muhammad SAW untuk menyelesaikan masalah dahir maupun batin yang dialami seseorang sehingga mampu memperbaiki perilaku dan perasaan yang tidak sesuai norma yang ada.

F. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah mengerti penelitian ini, peneliti memaparkan sistematika pembahasannya sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan. Membahas gambaran umum terkait *problem* yang dikaji sebagai penelitian dari mulai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan sistematika pembahasan.

BAB II Kajian Teoritik. Kajian teoritik berisi penjelasan konseptual, dalam bab ini terbagi menjadi dua sub bab, sub awal yakni pembahasan teori yakni terkait konseling islam meliputi pengertian konseling islam, tujuan konseling islam secara umum dan khusus, fungsi konseling islam secara tradisonal dan secara khusus, dan langkah-langkah konseling islam. Terapi sholat *tibbil qulub* meliputi pengertian sholat, keutamaan sholat, dalil-dalil yang diisyaratkan sholat, pengertian sholat *tibbil qulub*, manfaat sholat *tibbil qulub*, dan poin kekuatan sholat *tibbil qulub*. Rasa kesepian meliputi pengertian kesepian, bentuk-bentuk kesepian, penyebab kesepian, ciri-ciri

⁴⁰Mohammad Mufid Muwaffaq, *Sholawat Tibbil Qulub*, <https://pecihitam.org/sholawat-tibbil-qulub/> diakses pada tanggal 16 Agustus 2021.

kesejian. Sub bab kedua berisi penelitian terdahulu yang relevan.

BAB III Metodologi Penelitian. Metodologi penelitian berisi pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik validitas data.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan. Penelitian dan Pembahasan berisi gambaran umum subjek penelitian, penyajian data, dan pembahasan hasil penelitian analisis data melalui persepektif teori dan persepektif islam.

BAB V Penutup. Penutup berisi simpulan, saran dan keterbatasan peneliti dalam melakukan penelitian.



BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Konseling Islam

1. Pengertian Konseling Islam

Dari Abdul Choliq Dahlan konseling islam merupakan kegiatan penyaluran bantuan kepada individu/ konseli guna membantu problem yang sedang dialami, menjadi tahapan manusia yang sempurna dengan menjalani perkembangan hidup dengan petunjuk Allah dan Sunnah Rasulullallah SAW untuk memperoleh ketenangan hidup.⁴¹ Menurut Hamdani Bakran Adz Dzaki konseling islam yaitu hal yang dilakukan atas permintaa seorang individu kepada konselor guna mengembangkan potensi akal melalui iman dan takwa serta untuk menyelesaikan masalah hidup yang dimiliki individu berdasarkan Al-Quran dan Sunnah Nabi Muhammad SAW.⁴² Menurut Aunur Rahim Fakhri konseling islam yaitu konselor memberikann bantuan kepada konseli untuk dapat memahami keberadaan Allah didalam dirinya. Dimana konseli berusaha menaati ketentuan Allah SWT untuk mencapai kebahagiaan yang sesungguhnya.⁴³ Menurut Kamal konseling islam adalah mendorong serta membantu individu membuat keputusan menyelesaikan problem yang dimiliki dengan

⁴¹Ahmad Atabi, "Counseling Keluarga Islam (Solusi Problematika Kehidupan Berkeluarga)", *Konseling Religi: Jurnal BKI*, volume. 4, no. 1, (Juni, 2013), 169-170.

⁴²Aswadi. *Iyadah dan Taziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam*. (Surabaya: Dakwah Digital Pres, 2009), 12.

⁴³Aunur Rahim Fakhri. *Bimbingan Konseling dalam Islam*. (Yogyakarta: UII PRESS, 2004), 4.

membimbing mengenai dunia dan akhiratnya.⁴⁴ Menurut Aziz konseling islam merupakan proses konseling dari konselor untuk membimbing dan memberi nasehat konseli untuk membuat keputusan dari masalah yang dihadapi.⁴⁵ Keputusan berdasarkan ajaran Al-Quran dan Sunnah.

Dari pendapat beberapa ahli dapat disimpulkan konseling islam yaitu langkah pemberian bantuan yang diberikan konselor pada konseli untuk membantu masalah hidup yang dihadapi konseli sesuai Al-Qur'an dan Sunnah Rasulullah SAW. untuk mendapatkan ketentraman dunia maupun akhirat. Adapun penyelesaian rasa kesepian remaja yatim piatu menggunakan konseling islam. Dimana dalam penyelesaian masalahnya sesuai pedoman Al-quran dan sunnah Nabi sesuai ketetapan ajaran Allah SWT.

2. Tujuan Konseling Islam

Dalam tujuan konseling islam terdapat tujuan secara umum dan tujuan secara khusus:

a. Tujuan Konseling Islam Secara Umum

Tujuan umum konseling islam adalah menolong klien untuk membantu memberikan solusidari problem yang sedang dihadapi sehingga klien mampu mengambil keputusan terbaik atas arahan konselor. Dan klien/konseli dapat menjalani kehidupan yang

⁴⁴Kamal Abdul Manad (Al Hakim). *Konseling Islam Perbandingan Antara Amalan dan Teori Konseling Barat*. (Malaysia: Publikasi dan distribusi Sdn. Bhd, 1995).

⁴⁵Aziz Saleh. *Asas Konseling Islam*. (Malaysia: Publikasi dan distribusi Sdn. Bhd, 1993).

seimbangan antara kehidupan dunia maupun akhirat dengan bahagia.⁴⁶

b. Tujuan Konseling Islam Secara Khusus

Menurut Achmad Mubarak adalah:

- 1) Untuk menolong mengatasi masalah konseli
- 2) Dengan melakukan kegiatan konseling, dapat memelihara ketenangan jiwa, serta mengembangkan potensi yang ada dalam diri konseli.
- 3) Paham dan mengenal penyembuhan penyakit melalui Al-Qur'an dan Sunnah.⁴⁷

3. Fungsi Konseling Islam

Fungsi konseling islam yang dijelaskan ada 2 macam yaitu secara tradisional dan secara khusus.

a. Secara Tradisional, ada 3 fungsi secara tradisional sebagai berikut:

- 1) Fungsi rehabilitatif, dalam fungsi ini berhubungan dengan penyembuhan psikologis, adaptasi, pengembangan dan menyelesaikan gangguan mental emosi dan kesehatan mental.
- 2) Fungsi edukatif, dalam fungsi ini berkaitan dengan cara meningkatkan keterampilan, memecahkan suatu problem hidup, menghadapi perubahan hidup, dan membantu masalah jangka pendek seperti kecemasan, asertif, kesepian dll.

⁴⁶Gudnanto. "Peran BKI Untuk Mencetak Generasi Emas Indonesia", *Jurnal Keguruan Ilmu Pendidikan*, Volume II, No. 2, 2014, Universitas Muria Kudus, 3.

⁴⁷Misfir Bin Sa'id Azzahrani. *Konseling Terapi*. (Jakarta: Gema Insan, 2005), 14.

- 3) Fungsi Prefentif, fungsi ini sebagai pencegahan atau pertahanan sebelum menghadapi kemungkinan masalah yang terjadi. Sebagaiantisipasi diri dari resiko masalah yang diterima.
- b. Secara khusus, fungsi konseling islam yaitu fungsi ini tidak dapat dipisahkan dari spritual. Dalam konseling ini membimbing konseli untuk kembali ke Al-Qur'an dan Sunnah. Islam mengajarkan arti kehidupan disetiap masalah yang dihadapi dengan selalu memohon pertolongan kepada Allah SWT.⁴⁸

4. Langkah-langkah Konseling Islam

- a. Identifikasi Masalah, mengenali masalah yang ada serta mengidentifikasi dampak, gejala masalah serta menentukan masalah mana terlebih dahulu yang mendapatkan penanganan.
- b. Diagnosis, menetapkan masalah yang ada berserta latar belakang dari masalah. Dalam langkah ini, penelitian menggunakan teknik pengumpulan data setelah itu baru bisa menentukan masalah yang dihadapi disertai latar belakang yang menterbelakangi masalah tersebut.
- c. Prognosis, menetapkan pertolongan dengan teknik/terapi yang digunakan dalam mengatasi masalah yang dianggap cocok dengan masalah dan latar belakang masalah.
- d. Terapi, dalam langkah ini tahap melakukan pelaksanaan terapi sesuai hasil prognosa yang telah ditetapkan. Pelaksanaan terapi secara terus menerus,

⁴⁸Abdul Chaliq Dahlan. *Bimbingan dan Konseling Islami: Sejarah, Konsep dan Pendekatannya*. (Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009), 218.

membutuhkan waktu serta dilakukan secara sistematis.

- e. Evaluasi dan *Follow Up*, yaitu tahapan ini digunakan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan terapi yang sudah diterapkan terhadap permasalahan yang dihadapi konseli dan melihat perkembangan sesuai jarak waktu tertentu.⁴⁹

B. Terapi Sholawat *Tibbil Qulub*

1. Pengertian Sholawat

Menurut Mahmud Yunus berarti mengingat terus menerus dalam bentuk berdo'a kepada Allah SWT, hal tersebut dari kata shalat yang mempunyai bentuk jama' sholawat.⁵⁰ Menurut Ibn Qoyum dalam kitab *Jala' al-afham* sholawat merupakan rahmat yang sempurna atas baginda Rasulullah, sholawat termasuk do'a, keberkahan dan ibadah kepada Allah melalui besholawat kepada baginda Nabi Muhammad SAW.⁵¹ Menurut Sokhi Huda Sholawat merupakan jembatan mencintai baginda Nabi Muhammad SAW sebagai wujud cinta dan kasih, dengan bersholawat seorang muslim memperoleh jati diri yang sempurna.⁵² Menurut Ibnu Abdus Salam sholawat yang dilantunkan untuk Rasulullah ditunjukkan bukan untuk memberi syafaat Rasul akan tetapi untuk umatnya, karena rasul tak membutuhkan syafaat dari umatnya.

⁴⁹Djumhur Mohammad Surya. *Bimbingan dan Penyuluhan Di Sekolah*. (Bandung: CV Ilmu, 1975), 104-106.

⁵⁰Mahmut Ynnus. *Kamus Arab Indonesia*. (Jakarta: PT. Mahmut Ynnus, 2007), 220.

⁵¹Nugraha Andry Afryza. *Ayat-Ayat Sholawat Dalam Al-qur'an*. (Surabaya: Skripsi, 2017), 4.

⁵²Sokhi Huda. *Fenomena Shalawat Wahidiyah*. (Jogjakarta: LKIS, 2008), 134-137.

Sedangkan manfaat dari sholawat akan kembali kepada hamba yang mengamalkan sholawat.⁵³ Shalawat berbunyi *Allahumma Salli ala sayyidina Muhammad*, barangsiapa yang besholawat termasuk beriman dimana kemuliaan serta rahmat Allah SWT atas Rasulullah.⁵⁴

Dapat disimpulkan dari pendapat para ahli shalawat merupakan pujian kepada rasulullah, sebagai wujud cinta kepada beliau, sebagai bentuk syukur hubungan kita dengan Rasulullah SAW.

2. Keutamaan Sholawat

Menurut Rima Olivia dalam buku sholawat untuk jiwa mengemukakan manfaat dari sholawat menjadikan kondisi tubuh menjadi lebih baik dimana sholawat dapat memberikan ketenangan jika seorang rutin mengamalkannya. Individu yang mengamalkan sholawat secara rutin ditandai dengan kondisi fikiran yang selalu positif. Sholawat merupakan terapi yang digunakan untuk memperoleh ketenangan dan kenyamanan. Ketenangan dan kenyamanan diperoleh jika seseorang bisa memusatkan pikirannya ke sesuatu yang positif. Dalam bershawat harus istiqomah karena dibutuhkan untuk melatih otak menjadi lebih tenang selalu positif thinking dalam berfikir. Menurut Donald Hebb keilmuan *neuropsikologi*, dalam pelepasan emosi dibutuhkan pengulangan pengucapan sholawat sehingga *neuron* akan

⁵³Nabil Hamit Al Muadz. *Jalan ke Surga*. (Jakarta: Najela Pres, 2007), 235-236.

⁵⁴Wildana Warga Dinata. *Spiritual Salawat*. (Malang: UIN Malang Pres, 2010), 55-56.

terikat bersamaan menjadikan tenang dalam menjalani kehidupan tanpa rasanya kesepian.⁵⁵

Keutamaan bershawat dapat mengusir rasa kesepian yang dialami seseorang, dengan sholawat membuat pola pikir negatif akan tersingkirkan dari tubuh, efek rasional dari sholawat itu sendiri yaitu menjadi pribadi yang kalem, merasakan kasih sayang Allah disetiap langkahnya, memiliki pola pikir yang positif selalu berfikir setiap masalah pasti ada jalan keluarnya, menjadi pribadi yang ramah dan pemaaf mampu berdamai dengan dirinya sendiri dan selalu melakukan kebaikan di jalan Allah SWT.⁵⁶

3. Dalil-dalil yang diisyaratkan Sholawat

Dalil-Dalil bershawat yang disyariatkan Allah SWT kepada Rasulullah SAW:

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا

Artinya: “*Sesungguhnya Allah dan malaikat-malaikat-Nya bershawat untuk Nabi. Hai orang-orang yang beriman, bersalawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam penghormatan kepadanya.*(Q.S. Al-Ahzab Ayat 56)”⁵⁷

Dari ayat diatas anjuran untuk bershawat kepada baginda Rasulullah SAW, tidak hanya seorang hamba

⁵⁵Rima Oliv. *Shalawat Untuk Jiwa*. (Jakarta : Transmedia Pusaka, 2016), 43.

⁵⁶Rima Oliv. *Sholawat Untuk Jiwa*. (Jakarta : Transmedia Pusaka, 2016), 47.

⁵⁷Al-Qur'an, *Al-Ahzab* : 56

yang bersholawat kepada Rasul akan tetapi, Malaikat-malaikat juga bersholawat kepada Rasulullah. Apalagi kita, sebagai seorang hamba yang penuh dosa. Dengan bersholawat kepada nabi, kelak dihari kiamat mempermudah syafat dari Nabi Muhammad SAW.

Rasulullah SAW juga bersabda:

مَنْ صَلَّى عَلَيَّ صَلَاةً وَاحِدَةً صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ عَشْرَ صَلَوَاتٍ ،
وَحُطَّتْ عَنْهُ عَشْرُ خَطِيئَاتٍ ، وَرُفِعَتْ لَهُ عَشْرُ دَرَجَاتٍ

Artinya: *"Barang siapa diantara umatmu yang bersholawat kepadamu sekali, maka Allah menuliskan baginya 10 kebaikan, menghapuskan dari dirinya 10 keburukan, meninggikannya sebanyak 10 derajat, dan mengembalikan kepadanya 10 derajat pula."* (Hadist Riwayat Ahmad).⁵⁸

Dari hadits Rasulullah, jika kita bersholawat kepadanya, maka Allah SWT akan mengangkat derajat dengan sepuluh kebaikan dan akan menghapus sepuluh kejelekan pula. Maka dari itu, sholawat sangat dianjurkan untuk hamba yang beriman.

4. Pengertian Sholawat *Tibbil Qulub*

Sholawat *tibbil qulub* adalah penyembuh hati yang digunakan sebagai obat. Shalawat *tibbil qulub* memberikan kesehatan badan serta memberikan cahaya dalam hati yang mampu menjadikan asupan ruhani.⁵⁹

⁵⁸Nashih Nashrullah, 5 Hadist Rasulullah SAW tentang Keutamaan Sholawat Nabi, <https://republika.co.id/berita/q9n4j2320/5-hadis-rasulullah-saw-tentang-keutamaan-sholawat-nabi> diakses pada 22 Maret 2021.

⁵⁹Ustadz M. Ali Zainal Abidin. Bacaan Shalawat Tibbil Qulub dan Faedahnya. <https://jabar.nu.or.id/detail/bacaan-sholawat-tibbil-qulub-dan-faedahnya--> Diakses 13 September 2021.

Dengan bershalawat mampu menjadikan hati tenang, sehingga kesepian secara lahir maupun batin mampu teratasi. Membaca sholawat merupakan amalan pahala tinggi, sehingga jika muslim menerapkan membaca shalawat sama dengan memperbanyak pahala yang didapat. Shalawat *tibbil qulub* merupakan shalawat *syifa*. Dalam QS. Yunus ayat 57 memuat kata *syifa* didalamnya.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.”⁶⁰

Sholawat *tibbil qulub* dikenal juga sebagai sholawat *nuril absor* yang mempunyai khasiat yang banyak, manfaat khususnya mengobati penyakit dhoir dan batin. Apabila rajin mengamalkannya akan memperoleh hasil yang maksimal sesuai yang diharapkan dari diri seorang individu.

Berikut bacaan sholawat *tibbil qulub*:

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَدَوَائِهَا وَعَافِيَةِ
الْاَبْدَانِ وَشِفَائِهَا وَنُوْرِ الْاَبْصَارِ وَضِيَّائِهَا وَعَلٰى اٰلِهِ وَصَحْبِهِ
وَسَلِّمْ

⁶⁰Al-Qur'an. Yunus : 57.

*(Allahumaa shalli ‘alaa sayyidinaa Muhammadin tibbil quluubi wadawaa-ihaa wa‘aafiyatill abdaani wasyifaa-ihaa wanuuril ab-shaari wadhiyaa-ihaa wa‘alaa aalihii washohbihii wasaliimm).*⁶¹

Artinya: “Ya Allah curahkanlah rahmat kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, sebagai obat hati dan penyembuhnya, penyehat badan dan kesembuhannya dan sebagai penyinar penglihatan mata beserta cahayanya. Semoga shalawat dan salam tercurahkan pula kepada keluarga serta para sahabat-sahabatnya.”⁶²

5. Manfaat Sholawat Tibbil Qulub

Manfaat sholawat *tibbil qulub* diterangkan dalam kumpulan dzikir *majmu’ah maqruat yaumiyah wa usbu’iyah* yaitu: Sholawat Tibbil Qulub ini teruji (berfaedah) untuk menjaga kesehatan tubuh dan menjadi obat segala penyakit dzahir ataupun batin.⁶³

Menurut kitab Sa’adah ad-Daraini fi as-Shalat ala Sayyid al-Kaunaini yaitu: Sholawat ini ialah lafal shalawat penyembuh lahir serta batin. Dibaca 2000 kali buat mengobati seluruh penyakit. Serta bagi sebagian pendapat dibaca sebanyak 400 kali, hingga penyakit tersebut hendak sembuh atas seizin Allah.⁶⁴

Sholawat *tibbil qulub* dibaca 7 kali kemudian ditiupkan ditelapak tangan kemudian di letakan didada

⁶¹A. Fatih Syuhud dan M. Humaidi Syuhud. *Do’a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro*. (Malang: Pustaka Alkhoiro, 2019), 153.

⁶²A. Fatih Syuhud dan M. Humaidi Syuhud. *Do’a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro*. (Malang: Pustaka Alkhoiro, 2019), 153.

⁶³KH Muhammad bin Abdullah Faqih. *Majmu’ah Maqruat Yaumiyah wa Usbu’iyah*, 47.

⁶⁴Syekh Yusuf bin Ismail. *Sa’adah ad-Daraini fi as-Shalat ala Sayyid al-Kaunaini*, Cet. Darul Kutub al-‘Ilmiyyah, 26

atau hati, maka atas izin Allah SWT. segala penyakit batin maupun jiwa akan sembuh. Jika hati mengalami kegelisahan, bosan, binggung dengan keadaan maka bacalah sholawat *tibbil qulub* ini agar terhindar dari beerbagai perasaan negatif yang muncul. Membaca Sholawat *tibbil qulub* dianjurkan setelah sholat lima waktu bisa dijadikan wirid dan dzikir agar terhindar dari penyakit batin dan jiwa.⁶⁵

6. Poin Kekuatan Sholawat *Tibbil Qulub*

Orang yang mengamalkan sholawat *tibbil qulub* dalam beberapa bilangan berapun, niscaya Allah SWT akan memberikan kesehatan lahir dan batin dan kesembuhan dari segala penyakit atau masalah atas izin Allah SWT.⁶⁶

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوبِ وَدَوَائِهَا وَعَافِيَةِ
الْأَبْدَانِ وَشِفَائِهَا وَنُورِ الْأَبْصَارِ وَضِيَائِهَا وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ
وَسَلِّمْ

(*Allahuma shalli 'alaa sayyidinaa Muhammadin tibbil quluubi wadawaa-ihha wa'aafiyatil abdaani wasyifaa-ihha wanuuril ab-shaari wadhiyaa-ihaa wa'alaa aalihii washohbihii wasaliim*).

⁶⁵ AlHabib Quraisy Baharun. *Cara Mengamalkan Sholawat tibbil qulub untuk mengobati penyakit*. <https://www.aswajadewata.com/ini-cara-mengamalkan-shalawat-thibbil-qulub-untuk-mengobati-penyakit/> diakses 10 September 2021

⁶⁶ KH Muhammad bin Abdulah Fakh. *Majmu'ah Maqruat Yaumiyah wa Usbu'iyah*, 47.

Artinya: “*Ya Allah curahkanlah rahmat kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, sebagai obat hati dan penyembuhnya, penyehat badan dan kesembuhannya dan sebagai penyinar penglihatan mata beserta cahayanya. Semoga shalawat dan salam tercurahkan pula kepada keluarga serta para sahabat-sahabatnya.*”⁶⁷

Sholawat tibbil qulub memiliki kekuatan yang dahsyat dalam penggalan-penggalan ayatnya. Dalam setiap penggalan ayat mengandung makna yang luar biasa jika diamalkan dan siresapi maknanya. Hal itu yang nantinya akan digunakan dalam menyelesaikan setiap gejala permasalahan konseli. berikut penggalan kekuatan makna sholawat tibbil qulub:

a. Penggalan 1

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ

Artinya: *Ya Allah curahkanlah rahmat kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.*⁶⁸

Pada penggalan sholawat diatas sesungguhnya Nabi Muhammad SAW. Sebagai peranta penolong kita, Oleh karena itu, dianjurkan bersholawat atas Nabi Muhammad SAW. Kita mendo'akan kepada sang khalik agar nabi mendapatkan rahmat, sebenarnya Nabi tidak butuh kita do'akan akan tetapi supaya kita bisa dekat dengan Allah SWT dengan perantara beliau karena rahmat nabi di jamin oleh

⁶⁷A. Fatih Syuhud dan M. Humaidi Syuhud. *Do'a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro*. (Malang: Pustaka Alkhoiro, 2019), 153.

⁶⁸A. Fatih Syuhud dan M. Humaidi Syuhud. *Do'a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro*. (Malang: Pustaka Alkhoiro, 2019), 153.

Allah SWT. Membaca sholawat kepada Nabi salah satu ibadah karena dengan bersholawat akan memuliakan dan menjunjung tinggi Nama Nabi Muhammad SAW. Dan perintah menerapkan sholawat tibbil qulub terdapat dalam Al-Qur'an karena sholawat tibbil qulub sebagai sholawat syifa atau penyembuh. Kita boleh mengharapkan kedahsyatan membaca sholawat tibbil qulub, akan tetapi do'a pling utama mengharapkan ridho Allah SWT.⁶⁹

b. Penggalan 2

طِبُّ الْقُلُوبِ وَدَوَائِهَا

Artinya: *Sebagai obat hati dan penyembuhnya.*⁷⁰

Dalam penggalan sholawat tibbil qulub diatas bahwa sholawat ini sebagai obat hati dan penyembuhnya. Sholawat ini di terapkan ketika seseorang mengalami hal yang berkenaan dengan batiniyah sebagai penyembuh penyakit hati dan penenang dari masalah hati. Dalam penelitian ini, penggalan sholawat tibbil qulub ini sebagai penyembuh dari rasa takut, rasa cemas, gelisah emosi tak stabil sehingga batin akan tenang dan mengurangi

⁶⁹Chyntia Sami Bhayangkara, Bacaan sholawat syifa dan artinya bacalah untuk menyembuhkan berbagai penyakit, <https://www.suara.com/news/2022/01/07/145819/bacaan-sholawat-syifa-dan-artinya-bacalah-untuk-menyembuhkanberbagai-penyakit?page=all> Diakses 28 Desember 2021

⁷⁰A. Fatih Syuhud dan M. Humaidi Syuhud. *Do'a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro*. (Malang: Pustaka Alkhoiro, 2019), 153.

masalah yang berkenaan dengan batin lainnya.⁷¹ Jadi, ketika seorang konseli mengalami gejala masalah tersebut, konseli harus mengaplikasikan penggalan sholawat tibbil qulub diatas sebanyak 7 kali. Dalam melantunkan sholawat konseli dalam posisi yang khidmat sungguh-sungguh yakin bahwa nabi Muhammad sebagai obat, karena Nabi adalah makhluk yang mulia sehingga dahsyatnya makna sholawat tibbil qulub dapat dirasakan oleh batin. Sebagai seorang umat kita harus meneladani serta menjadikan beliau ukhuwatun hasanah dalam hidup.⁷²

c. Penggalan 3

وَعَافِيَةَ الْأَبْدَانِ وَشِفَاءَهَا

Artinya: *Penyehat badan dan kesembuhannya.*⁷³

Dalam penggalan sholawat tibbil qulub diatas bahwa sholawat ini sebagai penyehat badan dan kesembuhannya. Apapun penyakit secara dhohir akan sembuh dengan dahsyatnya sholawat ini.⁷⁴ Sesungguhnya Allah SWT adalah dzat yang maha

⁷¹Hamba Allah, Sejarah Dan Manfaat Membaca Sholawat *Tibbil Qulub*. <https://martabattujuh.com/sholawat/sholawat-tibbil-qulub/?amp>. Di akses pada 03 April 2022.

⁷²Irwan Kelana, Kenapa Kita Harus Meneladani Rasulullah. <https://www.republika.co.id/berita/q133pb374/kenapa-kita-harus-meneladani-rasulullah>. Diakses pada 03 April 2022

⁷³A. Fatih Syuhud dan M. Humaidi Syuhud. *Do'a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro*. (Malang: Pustaka Alkhoirot, 2019), 153.

⁷⁴Amalia D. Sholawat Penyembuh Segala Penyakit *Tibbil Qulub* atau Syifa Lengkap. <https://kabarlumajang.pikiran-rakyat.com/khazanah/pr-422196074/bacaan-sholawat-penyembuh-segala-penyakit-tibbil-qulub-atau-syifa-lengkap-arab-latin-dan-terjemahannya>. Diakses pada 3 April 2022.

menyembuhkan.⁷⁵ Dalam penelitian ini, rasa overthingking yang menyebabkan insomnia disembuhkan dengan penggalan sholawat diatas. Dengan kekuatan sholawat tersebut dapat menyadarkan bahwa insomnia atau tidur larut malam dapat mengganggu kesehatan tubuh. Kesehatan tubuh yang terganggu akibat tidur larut malam dapat disembuhkan dengan وَعَافِيَةَ الْأَبْدَانِ وَشَفَائِهَا bahwa Allah SWT yang menyetatkan dan menyembuhkan hambanya dengan perantara membaca penggalan kekuatan sholawat tersebut. Dan dengan penggalan kekuatan tersebut juga mampu memberikan rasa percaya diri dalam individu. Allah SWT memberikan sehat untuk membangun setiap rasa bahagia. Dalam melantunkan penggalan sholawat *tibbil qulub* sebanyak 7 kali harus yakin bahwa وَعَافِيَةَ الْأَبْدَانِ وَشَفَائِهَا sebagai penyembuh. Hati harus bersih pikiran dipusatkan untuk bersholawat kepada Nabi Muhammad SAW.⁷⁶

d. Penggalan 4

وَنُورِ الْأَبْصَارِ وَضِيَائِهَا

Artinya: *Dan sebagai penyinar penglihatan mata beserta cahayanya.*⁷⁷

⁷⁵ Al-Qur'an. *Asmaul Husna Asy Syafii (Yang Maha Menyembuhkan)*

⁷⁶ Ali Yusuf. *Keutamaan Hati Yang Bersih.*

[https://www.republika.co.id/berita/qtan3x335/keutamaan-hati-yang-bersih.](https://www.republika.co.id/berita/qtan3x335/keutamaan-hati-yang-bersih)

Diakses pada 3 April 2022.

⁷⁷ A. Fatih Syuhud dan M. Humaidi Syuhud. *Do'a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro.* (Malang: Pustaka Alkhoiro, 2019), 153.

Dalam penggalan sholawat tibbil qulub diatas bahwa sholawat ini selaku penyinar penglihatan mata beserta cahayanya. Dengan membaca penggalan ini mempunyai kekuatan, meyakini bahwa nabi sebagai penyinar mata pembuka mata bahwa seorang hamba tidak sendiri ada Nabi Muhammad yang menemani. Saat seorang menjadi pendiam dan melamun dianjurkan untuk membaca *وَتُورِ الْأَبْصَارِ وَضِيَائِهَا* maka Allah akan membukakan mata batin menyadarkan bahwa ada Nabi Muhammad SAW yang selalu bersama hamba-hambanya yang bersholawat dengan beliau.⁷⁸ Dalam melantunkan sholawat ini harus dengan rasa yakin dan menjiwai. Penggalan sholawat ini dibaca 7 kali setiap seseorang melamun dan berdiam diri.

e. Penggalan 5

وَعَلَىٰ آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ

Artinya: *Semoga shalawat dan salam tercurahkan pula kepada keluarga serta para sahabat-sahabatnya.*⁷⁹

Dengan bersholawat dapat menangkan hati, menjadi lebih rileks. Sholawat juga menjadikan seorang hamba dekat rasul sehingga kelak akan

⁷⁸Tim Galamedia. 10 Keistimewaan Bersholawat Kepada Nabi Muhammad SAW. <https://galamedia.pikiran-rakyat.com/humaniora/pr-35706844/10-keistimewaan-bersholawat-kepada-nabi-muhammad-saw>. Diakses 3 April 2022.

⁷⁹A. Fatih Syuhud dan M. Humaidi Syuhud. *Do'a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro*. (Malang: Pustaka Alkhoiro, 2019), 153.

mendapatkan syafaat dari Rasulullah SAW. Tidak hanya dengan Rasulullah semoga tersampaikan kepada keluarga dan sahabat Rasulullah. Semakin banyak yang mendoakan kita maka akan lebih baik.⁸⁰ Dalam membaca penggalan sholawat ini juga harus sungguh-sungguh yakin bahwa sholawat kita juga tersampaikan kepada keluarga dan sahabat Nabi. Membaca penggalan ini sebanyak 7 kali seperti penggalan lainnya.

C. Kesepian

a. Pengertian Kesepian

Menurut Peplau dan Perlman kesepian merupakan hubungan sosial yang dimiliki seorang individu yang mengalami ketidakpuasan.⁸¹ Orang yang mengalami kesepian akan mengalami kecemasan yang tinggi dan akhirnya menjadi terasingkan oleh lingkungan.⁸² Menurut Indah dan Ratih kesepian merupakan kesenjangan hubungan sosial individu yang menimbulkan perasaan negatif sehingga individu memerlukan penyesuaian diri.⁸³ Menurut Suardiman kesepian merupakan suatu kondisi menyakitkan merasa tidak diperhatikan orang lain, tidak ada tempat berbagi

⁸⁰Tim Galamedia. 10 Keistimewaan Bersholawat Kepada Nabi Muhammad SAW. <https://galamedia.pikiran-rakyat.com/humaniora/pr-35706844/10-keistimewaan-bersholawat-kepada-nabi-muhammad-saw>. Diakses 3 April 2022.

⁸¹Perlman Peplau, "Lonelines. In: Friedmans",., *Encyclopedia of Mental Health, Volume. 2, Academic Press*, San Diego 1998, 571-581.

⁸²Nia Faramita Yusuf. "Kesepian dan Depresi: Studi Metaanalisis". *Seminar Psikologi & Kemanusiaan. Psychology Forum UMM*, 2015.

⁸³Indah Putri Ratih Arum, "Hubungan antara resiliensi Dengan Lonelines". *Jurnal Prosiding PESAT (Psikolog, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)*. Volume. 6, Oktober 2015, 1.

rasa dan keadaan dan ia tidak mempunyai pilihan.⁸⁴ Bruno mengartikan kesepian merupakan kondisi mental dan emosi yang merasa terasingkan dan tidak mempunyai kualitas hubungan yang baik dengan orang lain.⁸⁵

Dari pengertian para ahli bisa ditarik kesimpulan rasa kesepian merupakan rasa ketidakpuasaan dan ketidaksesuaian dalam diri individu mengenai hubungan sosial dengan kenyataan hidup yang diharapkan sehingga merasa tidak diperhatikan orang lain tidak ada tempat berbagi rasa.

b. Bentuk-bentuk Kesepian

Bentuk kesepian dibagi menjadi 2 secara kesepian secara emosional dan kesepian secara sosial sebagai berikut:

1. Kesepian emosional, ialah kesepian yang timbul saat tidak adanya dalam kehidupannya ikatan intim. Misalnya, orang yang belum menikah, orang yang bercerai dengan pasangannya, dan orang yang ditinggal meninggal orang yang disayang seperti ayah, ibu, saudara, keluarga, maupun teman.⁸⁶
- 2) Kesepian sosial, merupakan tidak adanya keterlibatan individu dalam sosial masyarakat sehingga mengakibatkan dirinya kesepian. Misalnya, tidak ikut serta dalam organisasi, tidak menyalurkan bakat atau minatnya, dan tidak akrabnya hubungan yang ada

⁸⁴Suardiman, S. *Psikolog Usia Lanjut*. (Jogjakarta: UGM Pres, 2011).

⁸⁵Bruno F. *Conquer Lonelines Menaklukan Kesepian*. (Jakarta: PT. Gramed Pustaka Utama, 2000).

⁸⁶Riska Dwi Cahyani. "Hubungan Antara Kesepian dengan *Problematika internet use* pada Mahasiswa". *Jurnal Psikolog Klinis dan Kesehatan Mental*. UNAIR JI. Airlangga, Volume. 04 No. 1, April 2015. 11

dengan lingkungan sekitar seperti rekan kerja maupun tetangga. Kondisi ini membuat individu cemas, bosan dan merasa terasingkan.⁸⁷

Dalam penelitian ini rasa kesepian yang disembuhkan yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Supaya seimbang dalam menjalani kehidupan sehingga memperoleh ketenangan dan keteraman dunia maupun akhirat.

c. Penyebab Kesepian

1. Tidak puasnya dalam hubungan yang dimiliki.
2. Perilaku personal, perilaku ini ketika seseorang berfikir negatif tentang oranglain, tidak suka melihat oranglain, tidak percaya oranglain, cenderung memusuhi oranglain. Sehingga ketidakberhasilan individu membangun hubungan dengan oranglain menjadi cikal bakal loneliness.⁸⁸
3. Berpisah dengan keluarga
4. Keluarga yang pecah atau tidak rukun
5. Kemampuan kognitif terhadap kesadaran yang dimiliki
6. Pencarian jati diri
7. Merantau, memperjuangkan tujuan yang ingin dicapai.
8. Harga diri yang rendah, tidak disukai oranglain.
10. Sifat pemalu yang dimiliki dari seorang individu yang menyebabkan anti sosial.

⁸⁷Riska Dwi Cahyani. "Hubungan Antara Kesepian dengan *Problematic internet use* pada Mahasiswa". *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Universitas Airlangga Jl. Airlangga, Vol. 04 No. 1, April 2015. 11

⁸⁸Brehm, S. S. *Intimate relationship*. 2nd Ed. (Boston: McGraw-Hill, 2002).

d. Aspek-aspek Kesepian

Menurut Daniel W Russell kesepian ada 3 aspek yang mendasarinya yaitu:

1. Personality

Kepribadian yang dimiliki seorang individu menjadi karakter yang menempel dalam diri individu tersebut. Kondisi tersebut juga mempengaruhi cara berfikir seorang individu.

2. Sosial desirability

Adanya rasa ingin yang mendorong individu berkehidupan sosial yang disukainya.

3. Depression

Depresi akan muncul ketika individu mengalami tekanan. Kondisi tersebut membuat batin dan psikologi terganggu. Kondisi dapat memunculkan efek negatif jika tidak segera ditangani.⁸⁹

Sedangkan menurut Bruno aspek kesepian sebagai berikut:

1. Isolasi, suatu kondisi dimana seorang individu merasa terasingkan dari masyarakat tidak bisa mencapai tujuan, nilai yang ada didalamnya.
2. Penolakan, suatu kondisi dimana seorang individu merasa tidak diterima serta terusir dari lingkungannya. Individu yang merasa kesepian akan merasa dirinya selalu mengalami penolakan meskipun berada di keramaian.
3. Merasa disalah mengerti, kondisi ini dimana seorang individu merasa seakan-akan selalu disalahkan dan tidak berguna. Hal tersebut mengakibatkan seorang

⁸⁹Raisa Pramitha. *Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau di Yogyakarta*. (Skripsi: Yogyakarta, 2018), 14-15.

individu merasa minder, rendah diri dan merasa tak berdaya dalam keadaan itu.

4. Merasa tidak dicintai, kondisi saat seorang individu merasa kurang kasih sayang, merasa tidak asa kasih, tidak dihormati, dan merasa tidak dicintai teman, sahabat maupun keluarga.
5. Tidak mempunyai sahabat, seorang individu akan merasa tidak adanya seseorang disampingnya untuk berbagi suka maupun duka, merasa tidak berharga dengan kondisinya tak memiliki sahabat.
6. Malas membuka diri, kondisi dimana seorang individu malas menjalin keakraban, takut dikecewakan merasa cemas, dan merasa *overthinking* kepada orang lain merasa ornlain tersebut melukai dirinya.
7. Bosan, seorang individu merasa dalam kondisi yang jenuh, tidak pernah menikmati kehidupannya.
8. Gelisah, individu yang mengalami gelisah akan selalu resah, tidak tenang dalam hatinya, selalu khawatir, dan merasa sedih dilanda ketakutan atau kecemasan.⁹⁰

e. Ciri-ciri Kesepian

Kesepian memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Kecemasan, individu yang mengalami rasa kesepian akan membuat kondisi fisik maupun psikis tidak stabil. Rasa kecemasan ini mengakibatkan seorang individu sulit membuka diri dan merasa terabaikan oleh oranglain.
2. Tidak Percaya diri, rasa tidak percaya diri membuat rasa malu selalu muncul. Individu akan merasa gugup

⁹⁰Bruno F. *Menaklukan Kesepian*. (Jakarta: Gramed Pustaka Utama, 2000).

- jika berada ditempat yang tidak aman. Rasa malu akhirnya akan mengakibatkan kesepian.⁹¹
3. Emosi tidak stabil, suasana hati selalu tak menentu. Perasaan seperti sedih, terpuruk, dan marah yang tak tau apa pasti sebabnya.⁹²
 4. *Self-esteem* rendah, seseorang yang mempunyai *self-esteem* rendah cenderung mengalami kesepian karena orang yang memiliki *self-esteem* akan menghindari kontak sosial sehingga cenderung menyendiri.⁹³

D. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Shalawat *Tibbil Qulub*, Konseling Islam

Layla Rifatin. Skripsi 2019. **Konseling Islam Dengan Sholawat Thibbil Qulub Untuk Meningkatkan Spiritualitas Pada Penderita Multiple Sclerosis Di Desa Belahanrejo Kedamean Gresik.**

Persamaan:

Peneliti sekarang dan peneliti terhadulu menggunakan terapi yang sama yakni terapi sholawat *tibbil qulub*. Dan metode yang digunakan peneliti sekarang dan peneliti terdahulu juga memiliki kesamaan yakni menggunakan metode penelitian kualitatif.

Perbedaan:

Penelitian terdahulu dilakukan untuk Meningkatkan Spiritualitas Pada Penderita *Multiple Sclerosis*, sedangkan penelitian yang sekarang dilakukan dalam menangani rasa kesepian seorang Remaja yatim piatu.

⁹¹Sri Yola, *Karakteristik Kepribadian Kesepian*. 2006.

⁹²Peplau Perlman D. *A Sourcebook of Current Theori Research and Therapi*. (New York: A Willey- Intershcience, 1998).

⁹³Sri Yola, *Karakteristik Kepribadian Kesepian*. 2006.

2. Terapi Shalawat, Konseling Islam
Muhammad Lukman Haakim. Skripsi 2018. **Bimbingan Konseling Islam dengan Sholawat Al-Fatih dalam Menumbuhkan *Self Talk* Kemandirian Anak Akibat Perceraian Orang tua Di Desa Kepuhrejo Kabupaten Kediri.**

Persamaan:

Persamaan penelitian sekarang dengan penelitian terdahulu adalah keduanya menggunakan terapi sholawat sebagai treatment penyelesaian masalah yang diangkat. Dan kedua penelitian sekarang dan terdahulu sama-sama menggunakan model penelitian kualitatif.

Perbedaan:

Penelitian terdahulu meneliti bagaimana menumbuhkan *Self Talk* kemandirian anak akibat perceraian orang tua. Sedangkan penelitian yang sekarang dilakukan dalam menangani rasa kesepian seorang remajayatim piatu.

3. Kesepian
Ratu Hanna Tsaqifa. Skripsi 2020. **Efektivitas Terapi Modalitas Pada Lansia Yang Mengalami Kesepian: Literature Karya Tulis Ilmiah.**

Persamaan:

Sama-sama menangani masalah dalam lingkup kesepian.

Perbedaan: teknik yang digunakan berbeda, penelitian terdahulu menggunakan terapi modalitas pada lanjut usia, sedangkan penelitian saat ini mengangkat masalah rasa kesepian seorang remaja yatim piatu.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode penelitian merupakan tahapan mendapatkan informasi yang diperoleh penulis melalui tahapan yang benar dan terarah. Pendekatan yang dipakai untuk penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif adalah penelitian yang akan memperoleh data deskriptif berupa kalimat lisan atau tertulis. Informasi didapat dari sumber primer dan sekunder serta perilaku yang dapat diamati mengarah pada latar belakang individu secara mendalam.⁹⁴ Alasan peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif adalah metode ini lebih berorientasi pada proses. Dalam menangani rasa kesepian remaja yatim piatu, dengan kasus tersebut yang menggunakan metode penelitian ini memerlukan hasil yang realistis dinamis. Dengan metode kualitatif tujuan yang ingin dicapai akan terpenuhi. Sedangkan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian studi kasus. Jenis penelitian studi kasus yang berfungsi sebagai penggali data dari sebuah fenomena (kasus) atau memberi deskriptif (gambaran) tentang obyek yang diteliti.⁹⁵ Penelitian deskriptif ialah menganalisis data juga menggambarkan informasi yang sudah ada sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum.⁹⁶ Dalam studi kasus peneliti mengumpulkan data

⁹⁴Lexi J. Moleonng. *Metdologi Penelitian Kuallitatif Edisi Revisi*. (Bandung: PT. Rosdakariya, 2014), 4.

⁹⁵Beni Ahmmad Saebani dan Khadar Nur jaman. *Manajemnt Penelitian*. (Bandung: Pusakaa Setia, 2013), 181.

⁹⁶Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan Research And Development*. (Bandung: Alvabeta, 2013), 147.

dari seseorang yang diteliti secara terperinci untuk memahami psikologi pada individu dengan tahap waktu yang lama.⁹⁷

Sedangkan penelitian deskriptif ini bertujuan menggambarkan secara deskriptif, faktual, aktual dan akurat secara sistematis, berupa karakteristik, fakta serta kaitannya dengan fenomenologi yang diteliti.⁹⁸

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini berada di rumah konseli yang beralamatkan di RT. 040 RW. 010 Dusun Gading Desa Sonoangeng Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk. Namun, untuk pelaksanaan konseling peneliti mengikuti keinginan konseli yakni di rumahnya guna memperoleh rasa nyaman konseli, sehingga konseli dapat mengungkapkan apa yang dirasakan serta masalah yang dialami dengan nyaman dan terbuka.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Dalam penelitian menggunakan dua jenis data. Adapun jenis data sebagai berikut:

a. Data Primer

Data primer adalah data yang diambil langsung dari konseli dilapangan melalui observasi dan wawancara.⁹⁹ Dalam penelitian ini, data primer langsung diambil dari konseli melalui proses konseling.

⁹⁷Linda L. Davidof. *Psikolog Pengantar*. (Jakarta : Errolangga, 1988), 52.

⁹⁸Deni Dermawan. *Metode Penelitian*. (Bandung: Remaja Rosdakariya, 2014), 38.

⁹⁹Burhan Bunginn. *Metode Penelitian Sosial dan Ekonomi*. (Jakarta: Kencana Prenada M Grup. 2013), 128.

Hasil dari data primer yang diambil langsung dari konseli di lapangan mengenai kesepian remaja yatim piatu adalah konseli mengalami kecemasan, rasa tidak percaya diri, dan emosi tidak stabil yakni emosi sedih dan marah yang sering muncul.

Menurut konseli, ia selalu tidur larut malam saat malam tiba ia kerap ketakutan. Apalagi waktu konseli sakit demam, ia harus mengurus dirinya sendiri tanpa perhatian orang lain. Hal tersebut membuat konseli sering sekali takut jika ia mengalami hal buruk. Konseli saat sendiri kerap melamun dengan kesendiriannya meratapi kehidupan yang ia jalani. Emosi sedihnya sering tak bisa dikendalikan, konseli sering menangis dengan sendirinya apalagi teringat orangtuanya yang sudah wafat. Konseli rindu akan hadirnya seorang yang menemani serta selalu ada dikala suka maupun duka.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang digali dari pihak yang kedua seperti kerabat terdekat untuk menyempurnakan data primer yang sudah diperoleh.¹⁰⁰ Data sekunder dari penelitian ini diperoleh dari kerabat konseli yaitu kakak, sahabat, teman konseli.

Hasil data sekunder mengenai rasa kesepian remaja yatim piatu adalah *pertama*, dari kakak konseli yaitu setelah ibu konseli meninggal ia menjadi pendiam, tapi jika ada masalah masih mau terbuka

¹⁰⁰Burhan Bunginn. *Metode Penelitian Sosial:Format Kual dan Kuantitatiif*. (Surabaya: UNAIR, 2001), 128.

dengan kakaknya.¹⁰¹ *Kedua*, Menurut sahabat konseli yang bernama Manis (nama samaran) konseli memang sangat kesepian, anaknya pendiam tapi baik. Konseli juga sering marah-marah tanpa penyebab yang jelas emosinya kurang bisa dikontrol.¹⁰² *Ketiga*, menurut teman yang bernama Anggun (nama samaran), konseli pribadi yang pemalu, kadang tidak percaya diri.¹⁰³

2. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian bersumber dari sumber data primer dan sekunder. Dengan keterangan sebagai berikut:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan pengambilan data dari konseli diambil *face to face* dilapangan.¹⁰⁴ Sumber data primer dalam penelitian ini langsung diambil dari konseli yang memiliki masalah rasa kesepian pada remaja yatim piatu.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder ialah informasi diperoleh dari pihak kedua seperti keluarga, sahabat dan teman untuk melengkapi data primer. Sumber data sekunder data yang diambil melalui tanya jawab serta

¹⁰¹Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data sekunder pertama: Kakak*. 20 Agustus 2021. Pukul 14:30 WIB.

¹⁰²Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data kedua: Manis (nama samaran) Sahabat Konseli*. Pada 20 Agustus 2021. Pukul 11:15 WIB.

¹⁰³Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data ketiga: Anggun (nama samaran) Sahabat Konseli*. Pada 21 Agustus 2021. Pukul 10:00 WIB.

¹⁰⁴Sutopo. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Surakarta: UNES Semarang Pres, 2002), 52.

pengamatan.¹⁰⁵ Sumber data sekunder dari penelitian ini didapatkan dari kakak, sahabat, dan teman konseli.

D. Tahap- Tahap penelitian

Tahapan yang digunakan saat ini ada tiga langkah yang dilakukan yaitu:

1. Tahap Pra-Lapangan

Dalam tahap pra lapangan harus memperhatikan langkah-langkah. Sebagai berikut:

a. Menyusun rancangan penelitian

Pengamat harus mempersiapkan dan menyusun segala sesuatu yang hendak digunakan dalam penelitian. Sebelum terjun kelapangan. Peneliti menentukan masalah untuk diteliti yaitu cara menangani rasa kesepian remaja yatim piatu menggunakan terapi sholawat *tibbil qulub*. Peneliti juga harus mengetahui latar belakang masalah sehingga dapat menyusun konsep rancangan penelitian.

b. Menunjuk lapangan penelitian

Peneliti sebelum melakukan pengamatan harus menentukan lapangan yang digunakan sebagai target untuk mengamati. Setelah itu, pengamat akan mengamati kondisi lapangan, apakah sudah sesuai dengan yang ditulis dan terjadi. Lokasi dirumah konseli di Rukun Tetangga 040 Rukun Warga 010 Dusun Gading Desa Sonoageng Kec Prambon Kab Nganjuk.

c. Pengurusan Tempat Perizinan

Dalam penelitian harus ada perzinan karena hal penting yang harus didapatkan oleh pengamat untuk

¹⁰⁵Burhan Bugin. *Metode Penelitian Sosial: Format Kuantitatif dan Kualitatif*. (Surabaya UNAIR. 2001), 128.

berlangsungnya proses pengamatan. Digunakan untuk memperoleh izin melanjutkan pengamatan. Perizinan bersifat tidak formal. Akan tetapi, alangkah lebih baiknya peneliti mempersiapkan seperti surat tugas, identitas diri misalnya Kartu Pelajar, KTP atau kartu identitas lainnya, dan perlengkapan penelitian.¹⁰⁶

Peneliti mengurus surat izin penelitian kepada Ketua RT. 040 RW.010 Dusun Gading Desa Sonoageng dan meminta izin ke konseli untuk melakukan wawancara dan mengamati data yang diperlukan.

d. Mengamati dan memantau lapangan.

Dalam hal ini peneliti harus mengenal lingkungan yang diamati, meliputi lingkungan keluarga, lingkungan teman, lingkungan saudara, lingkungan sosialnya, dan lingkungan sekitar. Setelah itu, pengamat dapat mengetahui perlengkapan apa saja untuk perlu dipersiapkan.

e. Memilih dan mencari data dari informan

Informan yaitu seseorang yang di perlukan dalam mencari informasi dan memberikan informasi mengenai keadaan dan keadaan latar belakang penelitian. Pada kegiatan penelitian sumber informasi yakni konseli, kakak, sahabat dan teman konseli.

f. Menyiapkan perlengkapan penelitian

Tidak lupa mempersiapkan perlengkapan yang digunakan untuk menunjang kelancaran selama berlangsungnya penelitian. Perlengkapan terdiri dari segala macam keperluan yang dibutuhkan saat berlangsungnya penelitian.

¹⁰⁶Burhan Buginn. *Metode Penelitian Sosial Format Kuantitatif dan Kualitatif*. (Jawa Timur: UNAIR, 2001), 128.

g. Persoalan etika dalam penelitian

Peneliti harus memperhatikan serta menaati nilai norma yang ada dilingkungan penelitian. Oleh sebab itu, sebelum melakukan penelitian harus siap secara mental dan jiwa demi kelangsungan penelitian tersebut.

2. Tahap Penelitian Lapangan

a. Paham latar belakang penelitian

Pengamat harus bisa menempatkan dirinya dilingkungan konseli baik berupa penampilan, komunikasi, serta lama waktu yang digunakan untuk pengamatan.

b. Memasuki Lapangan.

Saat memasuki lapangan harus secara totalitas. Hal itu bisa dimulai dengan membangun kehangatan hubungan, keakraban, memahami bahasa yang digunakan, dan hubungan orang disekitar. Peneliti harus terjun langsung agar memahami secara langsung apa yang sedang diteliti. Tetapi, peneliti harus fokus dalam titik yang diteliti tidak boleh hanyut dengan rasa senang yang dirasakan saat penelitian.

c. Aktif dalam penelitian dan pengumpulan data

Berperan saat melakukan penelitian harus memikirkan resiko yang diambil seperti keterbatasan tenaga, biaya serta waktu. Peneliti pula wajib mengumpulkan informasi yang diperoleh dilapangan secara observasi secara menyeluruh, tanya jawab secara jelas dan tepat serta dokumentasi untuk mendukung data penelitian.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data ialah cara sangat strategis dalam penelitian, sebab memperoleh data merupakan yang

dituju dari penelitian. Tanpa mengenali teknik pengumpulan informasi dan data, hingga peneliti tidak hendak memperoleh informasi yang penuh acuan yang telah ditetapkan.¹⁰⁷ Teknik pengumpulan data yaitu dibawah ini:

1. Observasi

Observasi ialah penelitian yang dilakukan kepada fenomena yang sedang diamati. Dalam Observasi dilakukan secara menyeluruh tidak terbatas tetapi tetap fokus pada objek yang angkat atau diteliti.¹⁰⁸ Observasi meneliti masalah yang timbul yang akan diamati secara langsung.

Adapun aspek yang diobservasi dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a) Perilaku konseli saat dirumah. Hasil dari observasi yakni konseli pribadi yang pendiam, menjalani hari-hari ditemani hewan kesayangannya yaitu seekor kucing.
- b) Kondisi atau latar belakang keluarga konseli. Hasil dari observasi yakni konseli dari latar belakang yang agamis, tidak pernah meninggalkan kewajiban sebagai seorang muslim yakni sholat fardhu.
- c) Perilaku saat bersama orang sekitar seperti teman, sahabat dan kerabat. Hasil dari observasi, konseli merasa senang dan ceria saat berkumpul dengan teman, sahabat maupun kerabat. Konseli membutuhkan teman kesepian namun jika teman, sahabat, maupun kerabatnya berpamitan ia kembali ke

¹⁰⁷Sugiono. *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2005), 224.

¹⁰⁸Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research And Development*. (Bandung: Alvabeta, 2015), 145.

kondisi semula yakni rasa kesepian dengan berbagai dampak dari kesepian tersebut.

- d) Faktor yang menyebabkan kesepian konseli. Hasil observasi, yang penyebab dari kesepian konseli yaitu keadaannya yang tak ber Ayah dan tak Ibu, hidup sendirian dirumah dan mengalami gejala *desperations* karena tidak tercapainya pengungkapan rasa tidak bisa berbagi suka maupun duka.
- e) Tingkat kesepian yang dialami konseli. Hasil observasi yaitu menurut konselor tingkat kesepian konseli diambang batas wajar maka sebab itu perlu penanganan khusus dari konselor. Dikatakan diambang batas wajar karena konseli mengalami dampak-dampak yang bisa mempengaruhi kehidupan kedepannya seperti cemas berlebihan, tidak percaya diri dan emosi tidak stabil.
- f) Tingkat keagamisan konseli, hasil observasi yakni konseli termasuk dari latar belakang yang agamis selalu menjalankan perintah Allah SWT.

2. Wawancara

Wawancara ialah langkah pengumpulan data secara langsung atau *face to face* dari peneliti dengan pihak yang diteliti atau konseli melalui tanya jawab.¹⁰⁹ Wawancara dilakukan secara langsung dan secara tidak langsung kepada konseli. Dalam penelitian ini, menggunakan langsung dan tidak langsung serta wawancara yang sistematis dan non sitematis.

Wawancara ini dilakukan kepada konseli, orang terdekat konseli, serta keluarga konseli untuk mendapatkan informasi mengenai konseli tentang

¹⁰⁹Lexy J Moleong. *Metodologii Penelitian Kualitiatif*, (Bandung : PT Remaja Rosdakariya, 2017), 186.

perilaku konseli, kegiatan keseharian, penyebab kesepian, kondisi lingkungan sekitar, kondisi keluarga, kondisi dirinya dan lain-lain.

Hasil dari wawancara dengan konseli sebagai berikut: Konseli mempunyai inti masalah kesepian dengan karakteristik kecemasan, tidak percaya diri, dan emosi tidak dapat terkendali. Latar belakang keluarga yaitu terdiri dari ayah dan ibu yang sudah meninggal dunia, memiliki 2 kakak yang sudah menikah. Kakak pertama tinggal di Yogyakarta dan kakak kedua tinggal di Samarinda. Latar belakang pendidikan konseli Taman Kanak-kanak di Aisyah Gading, Sekolah Dasar di SDN Kurungrejo 3, Madrasah Tsanawiyah di MTs YTP Kertosono, Madrasah Aliyah di MAN 3 Nganjuk, dan kuliah di IAIN Kediri. Latar belakang ekonomi dari usaha studio foto dirumah, mengajar ngaji di panti asuhan dan bantuan uang dari kakak untuk biaya kuliah. Latar belakang agama yaitu Islam remaja yang taat beribadah menjalankan perintah Allah SWT. Latar belakang sosial, kondisi sekitar rumah termasuk tetangga yang budoamat dan berbaur. Akan tetapi, konseli termasuk tertutup dengan tetangga.

Hasil wawancara dengan sumber data sekunder mengenai rasa kesepian remaja yatim piatu adalah *pertama*, dari kakak konseli yaitu kakak konseli memandang adiknya memang pendiam, tapi jika ada masalah masih mau terbuka dengan kakaknya. Jika, kakaknya mengunjunginya menginap dirumah, konseli merasa bahagia dan ceria. Kakak mengunjunginya satu tahun dua kali setiap hari raya. Namun, jika kakaknya

pulang ia merasa kasihan dan tak tega.¹¹⁰ *Kedua*, menurut sahabat konseli yang bernama Manis (nama samaran) “*konseli memang sangat kesepian, maka dari itu saya sering main kerumah nya, dia anaknya pendiam tapi baik banget*” Ujar Manis sahabatnya. Konseli sering marah-marah meskipun sahabatnya tidak pernah berbuat salah, terkadang sahabatnya juga binggung dan merasa kesal dijadikan tempat pelampiasan. Namun, sahabatnya menahan tetap sabar menghadapi konseli dan mencoba mengerti konseli. Jika butuh sesuatu, terkadang sahabatnya inilah yang menemani kemana saja konseli pergi. Jarak rumah sahabatnya juga tak terlalu jauh dengan konseli.¹¹¹ *Ketiga*, menurut teman yang bernama Anggun (nama samaran), konseli pribadi yang pemalu, kadang tidak percaya diri. Konseli sosok tegar dengan semua keadaan yang dialaminya, selalu baik-baik saja didepan temannya padahal ia sedang sedih, mampu menyembunyikan rasa sakitnya.¹¹²

3. Dokumentasi

Teknik penelitian data dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi, dokumen, foto, audio, video dll disebut dokumentasi.¹¹³ Dokumentasi dikumpulkan untuk mendukung penelitian lapangan. Untuk

¹¹⁰Mar’atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data sekunder pertama: Kakak*. 20 Agustus 2021. Pukul 14:30 WIB.

¹¹¹Mar’atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data kedua: Manis (nama samaran) Sahabat Konseli*. Pada 20 Agustus 2021. Pukul 11:15 WIB.

¹¹²Mar’atus Sholikhah. *Wawancara dengan sumber data ketiga: Anggun (nama samaran) Sahabat Konseli*. Pada 21 Agustus 2021. Pukul 10:00 WIB.

¹¹³Sugiono. *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif dan Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 329.

melengkapi data, peneliti mencari berbagai sumber informan data tambahan. Dokumentasi ini menghasilkan data sekunder digunakan untuk mendukung data asli melalui penelitian penelusuran, literature, buku, dan berkas-berkas tertulis yang berkaitan dengan objek yang diamati.

F. Teknik Analisis Data

Proses penggalan data kemudian menyusun sebuah data/informasi dengan sistematis berdasarkan hasil tanya jawab, observasi dan hasil lapangan lainnya, sehingga mudah dimengerti dan hasil temuannya bisa disampaikan kepada semua orang disebut teknik analisis data.¹¹⁴ Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif komperatif, digunakan untuk mengetahui bagaimana cara menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu tersebut dengan analisis deskriptif komperatif.

Langkah-langkah analisis data data beberapa macam, berikut penjelasannya:

1. Pengumpulan Data

Proses mengumpulkan data diperoleh dengan observasi atau pengamatan, kegiatan tanya jawab seperti wawancara, dan dokumentasi disebut pengumpulan data.¹¹⁵ Pencarian data prosesnya dalam jangka waktu yang panjang sehingga akan mendapatkan data yang lengkap untuk menunjang masalah yang diteliti.

2. Reduksi Data

¹¹⁴Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif dan Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 244.

¹¹⁵Sugiyono. *Metode Penelitiann Kuantitatif Kualitatif Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2017), 322-323

Pemilihan data menjadikannya inti permasalahan kemudian merangkumnya dan memfokuskan ketitik yang dianggap penting sehingga memperoleh pola tema dari data tersebut disebut reduksi data. Data yang sudah direduksi akan membuat peneliti lebih mudah dalam pengumpulannya.¹¹⁶ Dalam tahap ini memilah data sekiranya dianggap penting dan berguna dalam penelitian. Sehingga kesepian remaja yatim piatu dapat dideskripsikan.

3. Penyajian Data

Tahapan ketiga yaitu proses penyajian data. Penyajian data yakni berbentuk uraian, bagian, hubungan antara kotegori dan sebagainya. Penyajian data guna mentelaah sesuatu yang sedang terjadi, oleh sebab itu penyajian data akan mempermudah peneliti. Disisi lain dengan penyajian data akan lebih mudah memplanningkan renca berikutnya berdasar suatu hal yang telah di fahami.¹¹⁷

4. Penarikan Kesimpulan

Selanjutnya langkah terakhir adalah verifikasi data atau menarik kesimpulan dari penelitian adalah suatu proses lanjutan yang mana proses ini peneliti akan menarik sebuah kesimpulan dari data yang sudah diperoleh.¹¹⁸ Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penelitian, peneliti menarik kesimpulan memberikan masalah dengan terapi islam yakni konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil* qulub dalam menangani

¹¹⁶Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantiatiff kualiiitatif dan dan Research And Development*. (Bandung: Alvabeta, 2015), 247.

¹¹⁷Sugiyono. *Metodologi Penelitiian Bisniss*. (Bandung: Alvabeta, 2013), 432-438.

¹¹⁸Afrizal. *Metpen Kualitatif*. (Jakarta: Rajawali, 2015), 180.

rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoagung Kecamatan Prambon Nganjuk.

G. Teknik Validitas Data

Validitas data merupakan kebenaran dari setiap data pada objek pengamatan dengan apa yang dilaporkan.¹¹⁹ Dengan tujuan mendapat kebenaran dari hasil penelitian. Maka teknik validitas data yang digunakan yaitu:

1. Perpanjangan Keikutsertaan

Perpanjangan keikutsertaan sama halnya peneliti melakukan pengamatan yang lama dilapangan. Oleh karena itu, peneliti harus membangun hubungan dengan yang diteliti. Tujuan memperpanjang keikutsertaan yaitu memperoleh data sebanyak mungkin.¹²⁰ Perpanjangan keikutsertaan juga dapat meminimalisir kekeliruan, gangguan dari dampak peneliti, serta kejadian-kejadian yang mempengaruhi keadaan yang terjadi sesaat.¹²¹

2. Ketekunan Pengamatan

Ketekunan Pengamatan yakni memperoleh bagian dan karakteristik dari kondisi yang sesuai kemudian memfokuskan permasalahan dengan rinci. Tujuan dari ketekunan pengamatan yaitu peneliti dapat menyajikan data atau mendeskripsikan secara akurat dan sistematis dari apa yang diteliti.¹²²

¹¹⁹Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2017), 361.

¹²⁰Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2017), 365.

¹²¹Lexi J Mooleong. *Metodologi Penelitiann Kualitatif Edisi Revisi*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2014), 327.

¹²²Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2017), 367.

3. Triangulasi

Suatu proses cek dan ricek disebut triangulasi. Triangulasi sumber digunakan dalam penelitian ini. Triangulasi sumber adalah mencari berbagai sumber lain selain sumber utama yang diperoleh. Untuk menggali informasi peneliti dapat mencarinya dengan cara tanya jawab dengan klien, kerabat terdekat klien, dan teman klien. Adapun prinsip cara ini adalah memperbanyak sumber maka akan lebih baik.¹²³



¹²³Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 363.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi

Dalam penelitian ini, lokasi penelitian ditempatkan tinggal konseli, yaitu di Rukun Tetangga 040 Rukun Warga 010 Dusun Gading Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk. Lokasi rumah konseli dekat dengan jalan raya Prambon-Warujayang, jadi kondisi rumah sekitar sangat rame, dekat pusat perbelanjaan, indomaret, pusat makanan, dan apotik. Disamping ini dapat membantu dalam penelitian, guna untuk terkumpulnya data serta mempermudah mengerti permasalahan yang sedang dialami klien.

Kondisi sekitar rumah yang rame, masyarakat lebih keindividualis tidak suka kumpul-kumpul layaknya ibu-ibu di Desa yang suka ngerumpi. Lokasi geografis dapat memberikan sebuah gambaran keadaan lingkungan penelitian, hubungan keadaan lingkungan dengan konseli. Kemudian dianalisis apakah hal tersebut saling berhubungan sehingga akan mendukung penelitian ini.

Lokasi penelitian tugas akhir skripsi bertempat di Dsn Gading Ds Sonoageng Kec Prambon Kabupaten Nganjuk. Kabupaten Nganjuk salah satu daerah di Jawa Timur. Secara geografis Kabupaten Nganjuk mempunyai perbatasan. Bagian utara berbatasan dengan Kabupaten Bojonegoro, bagian selatan Kab. Kediri dan Trenggalek. Sedangkankan perbatasan bagian timur dan barat dibatasi Kab. Jombang dan Kediri, Kab. Ponorogo dan Madiun. Kab. Nganjuk mempunyai luas wilayah

yang cukup luas sebesar 122.433,1 Ha sama dengan 122.433 km².124

Sedangkan Desa Sonoageng terdiri dari lima dusun yaitu dusun Sonoageng, dusun Banyurip, dusun Sumber, dusun Gading dan dusun Waung, dengan jumlah penduduk sekitar 10.000 jiwa.

2. Deskripsi Konselor dan Konseli

a. Deskripsi Konselor

1) Identitas Konselor

Nama : Mar'atus Sholikhah
NIM : B93218144
Prodi : BKI
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
TTL : Nganjuk, 11 November 1999
Jenis K. : Wanita
Alamat : RT 003 RW 001 Dsn. Pagak
Ds. Cengklok Kec. Ngronggot
Kab. Nganjuk
Agama : Islam
Pendidikan

1. MI Nurul Huda Nganjuk
2. MTsN 3 Nganjuk
3. MAN 3 Nganjuk
4. UINSA Surabaya

Pengalaman :

Organisasi

1. OSIS MAN 3 Nganjuk -
Anggota Departemen
Peribadan dan Keagamaan
(2016)

¹²⁴Pemerintah Kabupaten Nganjuk, Profil Daerah Kabupaten Nganjuk.
<http://dpmpstsp.nganjukkab.go.id/siping/public/detail/map/informasi/1>.
Diakses 11 November 2021. Pukul 13:36 WIB.

2. OSIS MAN 3 Nganjuk - Dewan Harian Bendahara (2017)
3. Jurnalistik MAN 3 Nganjuk - Anggota Jurnalistik (2016)
4. Sekertaris Umum Jurnalistik (2017)
5. Anggota Paskibraka MAN 3 Nganjuk (2017)
6. PKPT IPPNU UIN Sunan Ampel Surabaya - Anggota Departemen Pengembangan Organisasi (2018-2021).

b. Deskripsi Konseli

1) Identitas Konseli

Nama : Cantik (Bukan nama sebenarnya)

TTL : Nganjuk, 10 September

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : RT. 040 RW. 010 Dusun Gading Desa Sonoangeng Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk.

Status : Mahasiswi

2) Latar Belakang Keluarga

Konseli adalah seorang remaja yang duduk di bangku perkuliahan di Kota Kediri. Ia anak ketiga dari 3 bersaudara, Ayahnya sudah meninggal sejak SD dan Ibu meninggal saat usia 18 tahun dan kedua kakaknya sudah menikah dan kedua kakak perempuannya ikut ke rumah suaminya. Kakak pertama menetap di Yogyakarta

dan kakak kedua menetap di Samarinda. Konseli hidup seorang diri di rumah karena kedua orangtuanya sudah meninggal.

3) Kondisi Lingkungan Konseli

Konseli bertempat tinggal di di desa Sonoageng yang mana rumah konseli dekat jalan raya, sangat strategis mudah ditemukan. Konseli adalah individu yang mudah bergaul, akan tetapi jika tidak sefrekuensi dengannya, konseli sulit mengakrabkan diri. Konseli mengambil sikap cuek dengan lingkungannya, karena ia merasa tidak nyaman dengan tetangga yang suka mengosipkannya macam-macam karena tinggal sendiri dan sering menerima tamu cewek ataupun cowok meskipun itu hanya teman konseli.

4) Kondisi Ekonomi Konseli

Kondisi konseli termasuk kalangan menengah, dirumah konseli memiliki usaha percetakan foto dan studio foto, konseli juga seorang guru ngaji di panti asuhan serta konseli setiap bulan mendapatkan uang sewa teras yang ditempati usaha makanan kebab oleh orang. Kehidupan sehari-harinya dari hasil usaha yang dimilikinya, dari honor guru ngaji dan hasil tempat sewa teras. Konseli juga masih mendapatkan bantuan dana dari kedua kakaknya yang sudah menikah untuk keperluan kuliah.

5) Latar Belakang Agama Konseli

Konseli seorang muslimah beragama islam. konseli juga rajin sholat dan dzikir kepada Allah. Konseli dikategorikan sebagai remaja yang

rajin beribadah. Hal tersebut tidak lepas dari didikan orangtuanya semasa kecil. Konseli juga seorang pengajar di panti asuhan dekat rumahnya.

6) Latar Belakang Pendidikan Konseli

Cantika saat ini menimba ilmu atau kuliah disalah satu kampus islam kota Kediri. Cantika mengambil jurusan Perbankan Syariah. Konseli mempunyai riwayat pendidikan sebagai berikut: Taman Kanak-kanak (TK) di TK Aisyah Gading. Sekolah Dasar (SD) di SDN 3 Kurungrejo, Madrasah Tsanawiyah (MTs) di MTs YTP Kertosono, dan Madrasah Aliyah (MA) di MAN 3 Nganjuk.

3. Deskripsi Masalah

Seorang remaja tak berAyah dan tak berIbu yang mengalami kecemasan yang berlebihan, rasa percaya diri yang tak ada, kurangnya penerimaan diri serta emosi tidak terkontrol. Hal itu terjadi yatim piatu menjalani hidup sendiri di rumah. Konseli sering menyendiri, kurang perhatian dari kerabat sekitar. Ia anak ketiga dari 3 bersaudara, kedua kakaknya sudah menikah dan ikut ke rumah suaminya. Jarak rumah kedua kakaknya cukup jauh yakni di Samarinda dan Yogyakarta, tak bisa dikunjungi sewaktu-waktu. Sehingga konseli hidup seorang diri di rumah karena kedua orangtuanya sudah meninggal dunia. Rasa kesepian yang dialami sangat dirasakan semanjak ditinggal wafat ibunya dan tidak ada teman bercengkrama lagi, membuat konseli terpuruk menjalani kehidupan yang sepi dan sendiri. Sebelum orang tuanya wafat rasa kesepian belum dirasakan oleh

konseli. Ayah konseli meninggal dunia ketika konseli duduk dibangku Sekolah Dasar, rasa sepi belum muncul karena ia masih ditemani Ibu nya, Ibunya teramat sayang konseli. Ketika konseli Sekolah Menengah Pertama belajar di Pesantren, ia masih menjadi remaja normal yang tidak kesepian masih dikelilingi teman banyak. Kemudian Sekolah Menengah Atas ia belajar di Madrasah Aliyah, keadaannya masih baik-baik saja. Di Usia 18 tahun Ibu Konseli wafat, kondisi tersebut awal penyebab masalah yang sedang dialami yakni kesepian.

Terkait dengan permasalahan kesepian, saat menjalani hidup sendiri dirumah, konseli sering merasakan cemas. Saat itu rasa cemas muncul ketika konseli duduk termenung tidak ada keluarga yang menemani dirumah. Konseli merasa takut dan *overthinking* di saat ia sedang sakit. Pada saat itu, konseli mengalami sakit demam ia harus mencari obat serta merawat diri nya sendiri. Ia tak bisa tidur tenang sampai larut malam dan terus berfikir negatif, *“jika aku kenapa-kenapa bagaimana ya? Aku harus minta tolong kesiapa? Sampai kapan aku merasa kesepian?”* ujarnya dalam wawancara dengan peneliti. Meskipun usia konseli sudah cukup untuk menikah, konseli belum ingin menikah. Ia ingin melanjutkan kuliahnya dan mencari pekerjaan yang layak sehingga mendapatkan jodoh yang baik pula sambil memantaskan diri.¹²⁵

Saat konseli berada di lingkungan yang ramai ia merasa senang sekali, tapi ketika berbicara di depan umum yang sekiranya kondisi tersebut tidak aman baginya, ia merasa tidak percaya diri dan pendiam.

¹²⁵Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan Konseli*. 15 Agustus 2021. Di Prambon Nganjuk. Pukul 09.00 WIB

Pernah ketika ketika ada acara musyawarah bersama ia ditunjuk sebagai pemimpin musyawarah ia langsung merasa gugup dan gelisah, konseli bingung harus berbicara apa didepan umum. Meskipun saat itu ia berhasil melewati masa itu, ia tetap gelisah. Oleh karena itu, dulu saat duduk dibangku Sekolah Menengah Atas konseli mengikuti Organisasi Siswa Intra Sekolah untuk melatih kepercayaan dirinya. Rasa tidak percaya diri ada karena tak terbiasa komunikasi dengan orang lain maupun lingkungan sekitar, serta sikap pendiamnya dirumah menyebabkan rasa canggung ketika didepan umum.¹²⁶

Konseli sangatlah sensitif. Emosi tak bisa terkendalikan yaitu emosi sedih dan marah. Emosi sedih tidak bisa di kontrol saat ia mengingat Ayah dan Ibu yang sudah meninggal saat konseli usia belia, ketika merasa rindu orangtuanya ia segera mendo'akannya. Saat merasa sedih ia melampiaskan dengan *update story WhatsApps* dengan kata-kata yang sungguh menyentuh untuk orangtuanya. Konseli juga sering marah-marah tak jelas penyebabnya dan melampiaskan kepada orang sekitar dengan mendiamkan lawan bicaranya dan bemuka judes.¹²⁷

Konseli juga bercerita di hari Ibu tanggal 22 Desember 2021 ia ingin sekali merayakan bersama ibunya. Tapi takdir berkata lain, ia hanya bisa medoakan dan mengunjung makam orangtuanya.

¹²⁶Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan Konseli*. 16 Agustus 2021. Di Prambon Nganjuk. Pukul 10.15 WIB

¹²⁷Mar'atus Sholikhah. *Wawancara dengan Konseli*. 16 Agustus 2021. Di Prambon Nganjuk. Pukul 11.00 WIB

Berikut tabel sikap konseli sebelum mendapatkan proses konseling dengan terapi sholat *tibbil qulub*.

Tabel 4.1
Hasil catatan kondisi konseli sebelum mendapatkan proses konseli pada Oktober 2021

No	Hari, Tanggal	Perilaku/perasaan	Keterangan
1.	Sabtu, 23 Oktober 2021	Konseli merasa takut ditengah malam	Wawancara kepada konseli
2.	Minggu, 24 Oktober 2021	Konseli sering insomnia dan <i>overthingking</i>	Wawancara pada sahabat konseli
3.	Senin, 25 Oktober 2021	Konseli cuek dengan lingkungan tetangga	Wawancara dengan sahabat konseli
4.	Selasa, 26 Oktober 2021	Konseli tidak percaya diri gelisah saat di depan umum	Wawancara dengan teman konseli
5.	Rabu, 27 Oktober 2021	Konseli mudah marah-marah tidak jelas dan sering sedih	Wawancara dengan sahabat konseli
6.	Kamis, 28 Oktober 2021	Konseli sering menjadi pendiam	Wawancara dengan kakak konseli
7.	Jum'at, 29	Sering	Wawancara

	Oktober 2021	mengalami kecemasan berlebihan, yakni menangis	dengan konseli dan sahabat konseli
8.	Sabtu, 30 Oktober 2021	Konseli sering gugup dan gelisah	Wawancara dengan konseli

B. Penyajian Data

1. Deskripsi Proses Konseling Islam dengan Terapi Sholawat *Tibbil Qulub* dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu di Desa Sonoagung Kecamatan Prambon Nganjuk

Peneliti dalam penyajian data menghasilkan data yang deskriptif dimana dalam metodenya memakai penelitian kualitatif. Perasaan takut dalam diri konseli karena hidup sendiri yatim piatu yang dialaminya menyebabkan kesepian. Proses konseling menggunakan terapi sholawat *tibbil qulub* untuk menangani rasa kesepian yatim piatu.

Proses pelaksanaan konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoagung Kecamatan Prambon Nganjuk sesuai dilaksanakan sesuai jadwal yang dibuat konselor akan tetapi jamnya mengikuti konseli dan narasumber lainnya agar dalam proses konseling menimbulkan kenyamanan. Berikut tahapan-tahapan proses konseling:

a) Identifikasi Masalah

Mengenali masalah yang ada serta mengidentifikasi dampak, gejala masalah serta menentukan masalah mana terlebih dahulu yang

mendapatkan penanganan disebut identifikasi masalah. Sebelum melaksanakan tahap ini konselor terlebih dahulu membangun hubungan dengan konseli sehingga dalam proses konseli tercipta rasa kenyamanan. Sehingga konseli dapat mengekspresikan perasaan serta masalahnya dengan bebas tanpa beban. Identifikasi masalah bersumber dari berbagai pihak yaitu:

1) Data dari Konseli

Konselor sebelum melakukan proses konseling pastinya mengumpulkan data dari konseli. Sebuah hubungan dibangun dari konselor untuk konseli. Dalam hal ini konseli sebagai sumber data primer. Konseli awalnya malu-malu untuk bercerita, lama-lama ia bercerita dengan nada sedih. Konseli mengatakan bahwa ia bosan hidup sendiri, rasa sepi tinggal sendiri dirumah. Konseli ingin di dengar ingin ditemani kala sakit. Konseli bercerita jika tiap malam ia selalu tidak bisa tidur, *overthinking* serta ketakutan jika ditengah malam. Konseli tidak bisa menimalisir rasa takut dan cemas setiap harinya. Konseli ingin mereduksi hal tersebut sehingga bisa hidup nyaman dan tenang.

2) Data dari Kakak Konseli

Selain menggali data dari konseli, konselor juga membangun hubungan ke Kakak konseli sehingga dapat melengkapi data dari konseli. Di data ini kakak konseli sebagai sumber data sekunder. Menurut keterangan dari kakak konseli yang terkadang mengunjungi konseli, konseli

dulunya sosok ceria, sesuai aturan jarang tidur malam apalagi begadang sampe pagi. Konseli cenderung menjadi pendiam semenjak ibu wafat. *“Saya ingin selalu menemani adik saya, tapi saya harus ikut suami, saya ingin adik saya menjadi sosok yang ceria lagi, dan mengurangi kebiasaan buruknya”*. Kakak konseli berharap yang terbaik untuk adiknya, dan selalu berdo’a adiknya baik-baik saja bisa menjaga diri dengan baik.

3) Data dari Sahabat Konseli

Selain menggali data dari klien, konselor juga membangun hubungan pendekatan dengan kakak konseli sehingga dapat menyempurnakan data primer. Dalam hal ini sahabat konseli sebagai sumber data sekunder. Menurut data wawancara yang diperoleh dari sahabat konseli. Konseli sering nampak murung dan pendiam. Sahabat konseli sering mengunjungi dan menemani konseli karena sahabatnya tak tega melihat konseli kesepian. Sahabatnya ini sering menemani konseli pergi jika bosan dirumah. Akan tetapi, sahabat menjadi sasaran dari emosi negatif konseli. Semenjak konseli mengalami kesepian, emosi konseli menjadi tidak terkontrol. Konseli sering sedih dan marah tanpa sebab. Sahabatnya inilah yang menjadi pelampiasan marah konseli. Sahabatnya berusaha sabar dan mengerti kondisi dari konseli itu sendiri. Sedangkan, emosi sedihnya diungkapkan dengan sikap pendiam dan murungnya.

4) Data dari Teman Konseli

Selain menggali data dari konseli, konselor juga melakukan pendekatan dengan kakak konseli sehingga dapat melengkapi data primer. Dalam hal ini teman kuliah konseli sebagai sumber data sekunder. Menurut data wawancara yang diperoleh dari teman konseli, konseli sosok yang tegar dengan latar belakang keluarga yang tak lengkap. Namun, menurut temannya konseli ini mudah tidak percaya diri, hal ini nampak jika konseli sedang berbicara didepan umum nampak gugup dan gelisah. Oleh sebab itu, konseli tidak suka lingkaran pertemanan yang banyak, ia menutup diri dan akrab dengan beberapa teman saja yang dianggap se-frekuensi dengannya.

5) Kesimpulan dari data primer dan data sekunder

Berdasarkan deskripsi masalah diperoleh dari sumber data pihak pertama dan pihak pendukung, sehingga dapat diidentifikasi penyebab dari rasa kesepian remaja yatim piatu. Maka dari itu, konselor dapat menentukan langkah tindak lanjut yang akan diberikan pada masalah konseli. Konselor memberikan terapi sholatat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu. Berikut kesimpulan analisis identifikasi masalah dari data yang dikumpulkan:

Penyebab Rasa Kesepian Konseli:

1. Konseli tinggal sendiri dirumah
2. Konseli tak ber Ayah
3. Konseli tak ber Ibu

4. Ditinggal kakak ke rumah suaminya
 5. Sosok yang tertutup, anti sosial.
- Rasa Kesepian mengakibatkan Gejala:
1. Rasa takut berlebihan
 2. Sering Insomnia, *Overthinking*
 3. Tidak suka bergaul/cuek dengan tentangga
 4. Sikap tidak percaya diri
 5. Emosi tidak terkontrol, emosi sedih dan emosi marah.
 6. Sikap Pendiam
 7. Cemas berlebihan yakni sering menangis
 8. Rasa gugup dan gelisah

b) Diagnosis

Diagnosis merupakan menetapkan masalah yang ada beserta latar belakang dari masalah. Dalam langkah ini, menggunakan pengumpulan data setelah itu baru bisa menentukan masalah yang dihadapi disertai latar belakang yang menterbelakangi masalah tersebut. Berdasarkan dari identifikasi masalah yang didapat konselor, konselor menetapkan inti masalah dari konseli yakni rasa kesepian. Masalah tersebut disebabkan karena kondisi konseli yang tak berAyah dan tak berIbu. Konseli yang ditinggal wafat kedua orangtua membuat konseli hidup sendiri di rumah karena kakaknya ikut ke rumah suami diluar kota dan pulau.

Hari yang membosankan dan sama setiap harinya membuat konseli jenuh. Kerap kali jika benar-benar tidak kuat, ia langsung mengambil motor untuk dikendarainya pergi untuk jalan-jalan. Sehingga ia bisa meluapkan emosinya dengan berteriak diatas motor yang ia kendarai. Hal itu

membuat konseli lebih baik bisa mengurangi rasa sepi yang dirasakannya.

c) **Prognosis**

Prognosis yakni menetapkan jenis bantuan, dalam mengatasi masalah dengan menggunakan terapi yang dianggap cocok dengan masalah dan latar belakang masalah. Dari identifikasi masalah, diagnosis dan prognosis dapat disimpulkan rasa kesepian konseli disebabkan karena kondisi konseli yang tak berAyah dan tak berIbu. Konseli yang ditinggal wafat kedua orangtua membuat konseli hidup sendiri di rumah karena kakaknya ikut ke rumah suami diluar kota dan pulau, sehingga konseli tidak bisa mengatasi rasa sepi yang dirasakan sehingga emosi negatif, rasa cemas, rasa takut, rasa *overthinking* nya tidak bisa dikendalikan akibat kondisinya tersebut. Dalam permasalahan ini konselor memberikan terapi sholat *tibbil qulub* untuk mengatasi rasa kesepian pada remaja yatim piatu. Terapi sholat *tibbil qulub* dapat mengusir rasa kesepian yang dialami seseorang, dengan sholat membuat pola pikir negatif akan tersingkirkan dari tubuh, efek rasional dari sholat itu sendiri yaitu menjadi pribadi yang kalem, merasakan kasih sayang Allah disetiap langkahnya, memiliki pola pikir yang positif selalu berfikir setiap masalah pasti ada jalan keluarnya, menjadi pribadi yang ramah dan pemaaf mampu berdamai dengan dirinya sendiri dan selalu melakukan kebaikan di jalan Allah SWT. Terapi sholat *tibbil qulub* ini sebagai proses penyembuhan lewat bersholawat kepada nabi muhammad dengan yakin diberi ketenangan dan kesejukan hati.

d) Treatment/Terapi

Dalam langkah ini tahap melakukan pelaksanaan terapi sesuai hasil prognosa yang telah ditetapkan. Pelaksanaan terapi secara terus menerus, membutuhkan waktu serta dilakukan secara sistematis. Upaya menangani rasa kesepian konseli dengan memberikan terapi sholatat *tibbil qulub* untuk menenangkan hati jiwa dan pikiran serta mengatasi rasa cemas, takut, *overthinking* yang berlebihan. Adapun tahapan proses konseling islam dengan terapi sholatat *tibbil qulub* untuk menangani rasa kesepian remaja yatim piatu sebagai berikut:

1) Pengenalan dan Motivasi terapi sholatat *tibbil qulub*

Dalam tahap ini, konselor mengenalkan terapi sholatat *tibbil qulub* kepada konseli. konselor mengenalkan dan memberikan motivasi dengan penggalan-penggalan dahsyatnya sholatat *tibbil qulub*.

a) Sholawat *tibbil qulub* pertama

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ

Artinya: Ya Allah curahkanlah rahmat kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Pertama konselor mengenalkan bacaan sholatat *tibbil qulub* secara bertahap. Sholawat *tibbil qulub* terdapat dalam Al-Qur'an karena sholatat *tibbil qulub* sebagai sholatat syifa atau penyembuh. Kita boleh mengharapkan kedahsyatan membaca sholatat *tibbil qulub*, akan tetapi do'a pling

utama mengharapkan ridho Allah SWT. Dari bacaan *اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ* dibaca sebanyak 7 kali. Dengan harapan mendapatkan penyembuh dari Allah SWT dengan perantara Nabi Muhammad SAW.

Menurut keterangan konseli setelah menerapkan bacaan tersebut dengan hati yang sungguh-sungguh menjiwai makna dipenggalan sholawat itu ia merasakan yakin bahwa setiap masalah ada penyembuhnya. Setiap ia mengalami gejala rasa kesepian yakni takut dan merasa sendiri ia selalu mengamalkan sholawat diatas. Konseli percaya bahwa ia tidak sendiri ada Nabi Muhammad SAW yang ada untuk hambanya.

b) Sholawat *tibbil qulub* kedua

طِبُّ الْقُلُوبِ وَدَوَائِهَا

Artinya: *Sebagai obat hati dan penyembuhnya.*

Konselor mengenalkan penggalan sholawat *tibbil qulub* diatas kepada konseli. Meyakinkan konseli bahawa setiap masalah hati ada penyembuhnya. Maka dari itu, konselor meminta kepada konseli untuk menerapkan bacaan sholawat diatas setiap mengalami hal yang berkenaan dengan batiniyah sebagai penyembuh penyakit hati dan penenang dari masalah hati. Dalam penerapan konseli harus sungguh-sungguh yakin dengan menjiwai dengan hati Nabi sebagai *tibbil qulub* atau penyembuh dari

masalah hati. Dengan membaca 7 kali dengan penuh penghayatan.

Hasil dari menerapkan bacaan tersebut, konseli yang sebelumnya merasa takut, cemas, gelisah dan emosi tak stabil kini menjadi lebih tenang. Konseli yakin didalam hatinya bahwa setiap kesendirian akan berakhir begitupun masalah yang sedang dihadapi. Konseli juga bercerita ketika mulai merasakan rasa takut, cemas, gelisah dan emosi ia selalu membaca *طِبِّ الْقُلُوبِ وَدَوَائِهَا* dengan begitu hatinya merasa sedikit lebih tentram.

c) Sholawat *tibbil qulub* ketiga

وَعَافِيَةِ الْأَبْدَانِ وَشِفَائِهَا

Artinya: *Penyehat badan dan kesembuhannya.*

Konselor mengenalkan penggalan sholawat *tibbil qulub* diatas kepada konseli. Meyakinkan konseli bahwa setiap Allah SWT maha memberi sehat dan memberi kesembuhan. Dengan *وَعَافِيَةِ الْأَبْدَانِ وَشِفَائِهَا* memberi kesadaran bahwa rasa sehat itu mahal.

Untuk hasil menerapkan penggalan dahsyatnya sholawat tersebut yaitu konseli ketika mengalami insomnia dan overthingking segera membaca *وَعَافِيَةِ الْأَبْدَانِ وَشِفَائِهَا* dengan yakin dan khidmah diresapi dengan jiwa dan hati sebanyak 7 kali. Dengan begitu, rasa insomnia dan overthingnya akan teratasi.

Memberi motivasi konseli bahwa nikmat sehat itu sungguh luar biasa, Jadi sebagai hamba kita harus bersyukur dan mengatur pola hidup sehat dengan baik dengan mengurangi insomnia tersebut.

d) Sholawat *tibbil qulub* keempat

وَنُورِ الْأَبْصَارِ وَضِيَائِهَا

Artinya: *Dan sebagai penyinar penglihatan mata beserta cahayanya.*

Konselor mengenalkan penggalan sholawat *tibbil qulub* diatas kepada konseli. Meyakinkan konseli bahwa sholawat ini sebagai penyinar penglihatan mata beserta cahayanya. Dengan membaca penuh perasaan dalam suasana hening dapat memberikan kekuatan dalam diri konseli. Dengan bacaan sholawat ini sebagai penyinar penglihatan mata beserta cahayanya. Maka hasil yang didapat ia menjadi jarang melamun dan menimalisir diamnya karena mempunyai kekuatan dalam jiwanya bahwa ia tidak sendiri, Nabi Muhammad SAW dalam dirinya menemani rasa sepi yang dialaminya. Konseli mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya.

e) Sholawat *tibbil qulub* kelima

وَعَلَىٰ آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ

Artinya: *Semoga sholawat dan salam tercurahkan pula kepada keluarga serta para sahabat-sahabatnya.*

Menurut konseli dengan bersholawat hati menjadi tenang dan rasa sepi yang

dirasakan seperti terhempas atau hilang. Konseli juga bercerita bahwa ia mengamalkan sholat secara istiqomah, ia merasakan akan kekuatan sholat. Sholat ditunjukkan kepada Nabi Muhammad SAW serta untuk kerabat Nabi seperti keluarga dan sahabatnya sehingga akan terasa kasih sayang dari semuanya. Konseli merasa yakin bahwa ia tidak sendiri banyak yang sayang terhadap dirinya. Setiap orang pasti diberi cobaan oleh Allah SWT. dan pasti mampu melewatinya sebagaimana Rasulullah SAW yang mampu membawa ajaran islam menjadikan teladan bagi semua umatnya.

Selain itu konselor juga memberikan motivasi untuk konseli terhadap masalah yang sedang dihadapinya. Konselor memberikan motivasi atau nasehat ke konseli *“Bahwa konseli tidak sendiri masih bisa berbagi cerita ke konselor, yakin bahwa didalamnya hatinya masih ada Allah SWT. setiap masalah yang dihadapi pasti akan berlalu”*. *“Jika muncul kecemasan, rasa takut maka selalu lah bersholawat insyaAllah dapat mereduksi rasa negatif yang dialaminya”*.

Serta konselor memberikan penguatan positif merubah fikiran negatif konseli menjadi fikiran yang positif dengan sentuhan psikologi yaitu memusatkan pikiran untuk mengubah dan mengidentifikasi pikiran negatif dan keyakinannya yang tidak rasional menjadi

rasional.¹²⁸ Berikut fikiran-fikiran yang dirubah ke fikiran positif.

Tabel 4.2
Identifikasi fikiran negatif yang dirubah ke fikiran positif

Fikiran Negatif	Fikiran Positif
Konseli: <i>“Jika aku sendirian, pasti akan terjadi hal yang buruk padaku”</i> .	<i>“Pasti aku tidak apa-apa, ada Allah SWT yang selalu melindungi hambanya”</i> .
Konseli: <i>“Hidup ini tidak adil, kenapa aku Allah memanggil orangtua sebelum aku menikah”</i> .	<i>“Setiap kematian pasti sudah ditakdirkan kapan waktunya tiba, tugasku mendoakan orangtua”</i>
Konseli: <i>“Aku selalu diberi cobaan, kapan berakhirnya”</i> .	<i>“Pasti Allah tidak akan membebani cobaan diluar batas kemampuan umatnya”</i> .

2) Melantunkan sholawat *tibbil qulub*

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوبِ
وَدَوَائِهَا وَعَافِيَةِ الْأَبْدَانِ وَشَفَائِهَا وَنُورِ الْأَبْصَارِ وَضِيَائِهَا
وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ

¹²⁸Arif Ainur Rofiq. *Teorii & Praktiik Konseliing*. (Surabaya: Razie Jaya, 2017), 113

(*Allahumaa shalli 'alaa sayyidiinaa Muhammadiin tibbil quluubii wadawaaihaa wa'aafiyatiil abdaani wasyiifaa ihaa wanuuril absharii wadhiyaaihaa wa'aalaa aalihii washohbbihii wasaliimm*).

Membaca Sholawat *tibbil qulub* dianjurkan setelah sholat fardhu sebanyak 7 kali bisa dijadikan wirid dan dzikir agar terhindar dari penyakit batin dan jiwa. Dalam pembacaan terapi shalawat *tibbil qulub* dibaca kemudian ditiupkan ditelapak tangan kemudian di letakan didada atau hati, maka atas izin Allah SWT segala penyakit batin maupun jiwa akan sembuh.¹²⁹ Jadi dalam sehari ada 35 kali bersholawat *tibbil qulub* dan jika dilakukan secara istiqomah akan menyembuhkan. Dalam mempermudah penghitungan membaca shalawat *tibbil qulub* konselor memberikan tasbih *digital* untuk konseli.

3) Pemberian Tugas kepada Konseli

Konselor meminta konseli untuk mengamalkan sholawat *tibbil qulub* setelah sholat fardhu bisa dijadikan wirid dan dzikir dibaca 7 kali kemudian ditiupkan ditelapak tangan kemudian di letakan didada atau hati, maka atas izin Allah SWT segala penyakit batin maupun jiwa akan sembuh. Setelah konseli mengamalkan sholawat *tibbil qulub* sehabis sholat fardhu secara istiqomah. Konselor mengarahkan konseli untuk mencatat perilaku atau perasaannya selama satu

¹²⁹Al-Habib Quraisy Baharun. *Cara Mengamalkan sebagai obat*. <https://www.aswajadewata.com/ini-cara-mengamalkan-shalawat-tibbul-qulub-unntuk-mengobati-penyakit/> diakses 10 September 2021

minggu, kemudian konselor akan mengecek perbedaan sebelum mengamalkan sholat *tibbil qulub* dan sesudah mengamalkan sholat *tibbil qulub*. Konselor akan melihat perkembangan konseli selama seminggu sekali. Hal tersebut untuk memantau perkembangan konseli, perubahan dirinya dari catatan yang dibuat konseli.

e) Evaluasi/*Follow Up*

Tahapan ini digunakan mengukur keberhasilan terapi yang sudah diterapkan terhadap permasalahan yang dihadapi konseli dan melihat perkembangan sesuai jarak waktu tertentu.¹³⁰ Kemudian konselor melakukan evaluasi, bertanya apakah dalam proses konseling ada yang tidak nyaman, dan perubahan apa saja yang terjadi didiri klien setelah mengikuti proses konseling. Sedangkan *follow up*, konselor melakukan tindak lanjut terhadap konseli dalam jarak waktu sesuai yang ditentukan. Konselor tetap mengontrol keistiqomahan konseli dalam mengamalkan sholat *tibbil qulub*.

Dalam penelitian ini, evaluasinya yaitu konseli lebih ceria tidak lagi melamun, selalu positif *thingking*, mengurangi tidur malam, selalu menjaga kesehatanya dan bersemangat menjalani hari-harinya. Sedangkan *follow up* nya konseli harus istiqomah dalam mengamalkan sholat *tibbil qulub* setelah sholat fardhu dan dibaca sesuai keadaan konseli.

¹³⁰Djumhur dan Mohammad Suria. *Bimbingan Penyulhuhan di Sekolah*. (Bandung: Ilmu cv, 1975), 104-106.

2. Deskripsi Hasil Proses Konseling Islam dengan Terapi Sholawat *Tibbil Qulub* dalam Menangani Rasa Kesepian Seorang Remaja Yatim Piatu di Desa Sonoagung Kecamatan Prambon Nganjuk

Setelah melakukan proses konseling islam dengan terapi sholawat *tibbil qulub* membawa perubahan sikap yang baik untuk konseli. Rasa kesepian yang dialami konseli berangsur membaik, konseli lebih bersyukur dan menerima kondisi dengan segala nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dengan hati yang tenang, mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitar, berfikir positif dan lebih tenang dalam menghadapi segala masalah. Untuk mengetahui perubahan sikap konseli, berikut hasil catatan harian yang didapat dari sumber data primer dan sekunder:

Tabel 4.3
Hasil catatan sikap/perasaan konseli
sesudah konseling

No.	Hari, Tanggal	Perilaku/ perasaan	Hasil Wawancara
1.	Selasa, 30 November 2021	Konseli merasa lebih tenang dalam situasi apapun	Wawancara kepada konseli
2.	Rabu, 1 Desember 2021	Konseli mampu berfikir positif	Wawancara pada sahabat konseli
3.	Kamis, 2 Desember 2021	Konseli mulai berinteraksi dengan lingkungan	Wawancara dengan sahabat konseli

		tetangga	
4.	Jum'at, 3 Desember 2021	Konseli mampu membangun rasa percaya dirinya, nampak ceria	Wawancara dengan teman konseli
5.	Sabtu, 4 Desember 2021	Konseli meluapkan marahnya dengan diam	Wawancara dengan sahabat konseli
6.	Minggu, 5 Desember 2021	Konseli senang beraktifitas diluar	Wawancara dengan kakak konseli
7.	Senin, 6 Desember 2021	Konseli mampu menerima keadaan	Wawancara dengan konseli dan sahabat konseli
8.	Selasa, 7 Desember 2021	Konseli lebih tenang dalam menghadapi permasalahan	Wawancara dengan konseli

Berdasarkan hasil catatan perkembangan konseli dari minggu ke minggu mengalami kemajuan. Perubahan yang sedikit demi sedikit tidak bisa langsung. Semua proses harus bertahap dan dilakukan secara istiqomah. Sehingga konseli dapat mereduksi rasa sepi yang dialaminya.

C. Pembahasan Analisis Data dari Hasil Penelitian

Menganalisis objek penelitian dengan menggambarkan objek yang dianalisis berupa terapi sholawat *tibbil qulub* untuk menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu. Pengamat membandingkan teori dan pelaksanaan dilapangan.

1. Persepektif Teori

Saat melakukan proses konseling islam yang dilaksanakan oleh peneliti dan konseli. Dalam proses konseling ada lima tahapan yakni identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan evaluasi/*follow up*. Tabel perbandingan teori dan pelaksanaan penelitian langsung lapangan:

Tabel 4.4
Perbandingan menurut teori dan praktik lapangan

No.	Teori Konseling	Data Lapangan
1	Identifikasi Masalah yaitu mengenali masalah yang ada serta mengidentifikasi dampak, gejala masalah serta menentukan masalah mana terlebih dahulu yang mendapatkan penanganan.	Identifikasi masalah dilapangan remaja yang tak berAyah dan tak berIbu, mempunyai kakak akan tetapi kakaknya ikut dirumah suami yakni diluar kota dan pulau. Mau tidak mau konseli harus hidup sendiri dirumah. Konseli seorang yang tetutup anti sosial terhadap lingkungan sekitar. Konseli sering mengalami cemas berlebihan melamun sendirian merata hidup, serta emosi tidak terkontrol

		sering sedih dan marah tak jelas. Hal itu terjadi jika ia mengalami <i>insomnia</i> pikiran serta sikapnya tak terkontrol dari <i>overthinking</i> dan takut parno tak jelas. Apalagi hidup sendirian konseli menjadi pribadi yang pendiam, selalu bosan dan menyalahkan keadaan.
2	Diagnosa yakni menetapkan permasalahan yang sudah dikaji berdasarkan latar belakang dari masalah itu sendiri. Teknik pengumpulan data berperan dalam penelitian ini, setelah itu baru bisa menentukan problem yang dialami disertai asal muasal yang menterbelakangi masalah tersebut.	Berdasarkan dari identifikasi masalah diatas, konselor menetapkan inti masalah dari konseli yakni rasa kesepian. Masalah tersebut disebabkan karena kondisi konseli yang tak berBapak dan tak berIbu. Konseli yang ditinggal wafat kedua orangtua membuat konseli hidup sendiri di rumah karena kakaknya ikut ke rumah suami diluar kota dan pulau.
3	Prognosa ialah menetapkan jenis bantuan, teknik/ terapi yang	Dari identifikasi masalah, diagnosis dan prognosa konselor dalam permasalahan ini

	<p>dipakai dalam mengatasi masalah yang dianggap cocok dengan masalah dan latar belakang masalah.</p>	<p>memberikan terapi sholat tibil qulub untuk mengatasi rasa kesepian pada remaja yatim piatu. Terapi sholat <i>tibil qulub</i> dapat mengusir rasa kesepian yang dialami seseorang, dengan sholat membuat pola pikir negatif akan tersingkirkan dari tubuh, efek rasional dari sholat itu sendiri yaitu menjadi pribadi yang kalem, merasakan kasih sayang Allah disetiap langkahnya, memiliki pola pikir yang positif selalu berfikir setiap masalah pasti ada jalan keluarnya, menjadi pribadi yang ramah dan pemaaf mampu berdamai dengan dirinya sendiri dan selalu melakukan kebaikan dijalan Allah SWT. Terapi sholat tibil qulub ini sebagai proses penyembuhan lewat bersholawat kepada nabi muhammad dengan yakin diberi ketenangan dan kesejukan hati.</p>
4	Terapi yaitu	Pada proses terapi konselor

	<p>dalam langkah ini tahap melakukan pelaksanaan terapi sesuai hasil prognosa yang telah ditetapkan. Pelaksanaan terapi secara terus menerus, membutuhkan waktu serta dilakukan secara sistematis.</p>	<p>menerapkan 4 langkah pada konseli:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Pengenalan dan motivasi Terapi Sholawat <i>tibbil qulub</i> Dalam tahap ini, konselor mengenalkan dan memotivasi konseli lewat penggalan-penggalan ayat sholawat beserta kekuatan yang ada. Konselor juga memberikan motivasi untuk konseli terhadap masalah yang sedang dihadapinya. Konselor memberikan motivasi atau nasehat ke konseli sesuai kebutuhan masalah. b. Melantunkan Sholawat <i>tibbil qulub</i> (Allahumaa shallii 'alaa sayyidinaaa Muhammadiin tibbil qulubi wadawaaiiha wa'aafiyatil abdaanii wasyiifaa-ihaaa wanuurrill absaari waadhiyaa-ihaa wa'alaaa aaliihii wasohbihii wasaliimm). c. Pemberian Tugas
--	--	--

		<p>Rumah Konselor meminta konseli untuk mengamalkan sholawat <i>tibbil qulub</i> setelah sholat fardhu bisa dijadikan wirid dan dzikir dibaca 7 kali kemudian ditiupkan ditelapak tangan kemudian di letakan didada atau hati, maka atas izin Allah SWT segala penyakit batin maupun jiwa akan sembuh. Setelah konseli mengamalkan sholawat <i>tibbil qulub</i> sehabis sholat fardhu secara istiqomah. Konselor mengarahkan klien mencatat perilaku atau perasaannya selama 1 minggu, selanjutnya konselor akan mengecek perbedaan sebelum mengamalkan sholawat <i>tibbil qulub</i> dan sesudah mengamalkan sholawat <i>tibbil qulub</i>.</p>
5	Evaluasi dan <i>Follow Up</i> , yaitu Tahapan ini	Dalam penelitian ini, evaluasinya yaitu konseli lebih ceria tidak lagi

<p>digunakan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan terapi yang sudah diterapkan terhadap permasalahan yang dihadapi konseli dan melihat perkembangan sesuai jarak waktu tertentu.</p>	<p>melamun, selalu positif thingking, mengurangi tidur malam, selalu menjaga kesehatannya dan bersemangat menjalani hari-harinya. Sedangkan <i>follow up</i> nya konseli harus istiqomah dalam mengamalkan sholat <i>tibbil qulub</i> setelah sholat fardhu dan dibaca sesuai keadaan konseli.</p>
---	--

Dari perbandingan teori dan praktik lapangan dengan masalah rasa kesepian menggunakan terapi konseling islam dengan terapi sholat *tibbil qulub* dianggap tepat di berikan pada konseli. Hal tersebut sesuai dengan latar belakang konseli yang agamis serta usia konseli yang sudah remaja mampu memahami serta mengamalkan terapi dengan baik sesuai arahan konselor. Hal itu dibuktikan dari hasil proses konseling, dilihat dari hasil catatan yang dibuat konseli mengenai perubahan kondisi sebelum dan sesudah mengikuti konseling.

Menurut hasil wawancara dari sahabat konseli, konseli sudah mulai ceria, konseli juga ramah terhadap tetangganya suka menyapa. Konseli lebih menjaga pola hidupnya saat ini menuju hal yang lebih baik. Sehingga rasa bahagia, ketentraman dhohir maupun batin sudah terpenuhi secara bertahap. Berikut perbedaan sebelum dan sudah penelitian:

Tabel 4.5
Perbedaan sebelum dan sudah proses konseling

No	Rasa Kesepian	Sebelum konseling			Sesudah konseling		
		A	B	C	A	B	C
1	Rasa takut berlebihan			√	√		
2	Sering Insomnia, <i>Overthinking</i>			√	√		
3	Tidak suka bergaul/cuek dengan tentangga		√		√		
4	Sikap tidak percaya diri			√		√	
5	Emosi tidak terkontrol, emosi sedih dan emosi marah.		√		√		
6	Sikap Pendiam			√	√		
7	Cemas berlebihan yakni sering menangis			√	√		
8	Rasa gugup dan gelisah			√	√		

Ket:

A : Tak pernah dilakukan

B : Kadang-kadang

C: Sering dilakukan

Dari data yang diatas banyak hal yang berangsur berubah dari yang sering menjadi kadang bahkan tidak pernah. Rasa kesepian konseli semakin bisa diminimalisir dengan diberikannya proses terapi selama

proses konseling. Kondisi tersebut membawa dampak yang positif bagi kehidupan konseli kedepan.

2. Persepektif Islam

Dalam penelitian ini konselor menggunakan terapi sholat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu. Pada proses konseling islam konselor memasukkan nilai keislaman guna untuk mengatasi rasa kesepian konseli dengan terapi sholat *tibbil qulub*. Sholawat adalah rangkaian iman serta islam. Sholawat berlandaskan kuat pada wahyu sang pencipta Allah didalam kitab suci Al-Ahzab ayat 56.

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا

Artinya: “*Sesungguhnyaa Allah dan malaikat-malaikatNya bershawat bagi Nabi. Hai orang-orang yng beriman, bershawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlaah salaam penghormatan kepadanya.*(QS Al-Ahzab Ayat 56)”¹³¹

Dalam ayat diatas terdapat sebuah pesan, yang mana dalam sebuah kehidupan kita harus pandai bersyukur. Apalagi bersyukur kepada rasulullah dimana jasa beliau sangatlah besar bagi hambanya memperjuangkan ilmu, risalah dan hidayah. Kelak pada akhir zaman kita kan mendapatkan syafaat dari Rasulullah SAW. Bershawat merupakan tugas seorang hamba kepada nabi Muhammad SAW dan selalu menjalankan perintah Allah sesuai syariat rasul.

¹³¹Al-Qur'an, Al-Ahzab : 56

Dan dimanapun, saat kita merasa gundah kita sentiasa bersholawat.¹³²

Sholawat dapat memberikan kebahagiaan dan kesuksesan dunia dan akhirat. Dengan bersholawat akan memperoleh ridho Allah akan terselamatkan dari mara bahaya serta sholawat adalah do'a paling utama. Barangsiapa membacanya maka Allah akan memberikan derajat paling tinggi.¹³³ Dengan bersholawat juga termasuk terapi yang memberikan pengaruh rasa nyaman sehingga ketenangan akan diperoleh. Ketika bershalawat pusatkan perhatian pada suatu hal yang positif, maka akan timbul rasa rileks dalam diri seseorang. Dalam bersholawat harus istiqomah karena dibutuhkan untuk melatih otak menjadi lebih tenang selalu positif thingking dalam berfikir. Menurut Donald Hebb keilmuan *neuropsikologi*, mengatakan bahwa *neuron* yang berinteraksi bersama akan terikat bersama, maka pengulangan dalam pengucapan shalawat ini diperlukan dalam pelepasan emosi sehingga menjadi tenang dalam menjalani kehidupan tanpa rasanya kesepian.¹³⁴

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

¹³²Muhammad Alli Hasan Umar. *Kumpulann Sholawat Nabi lengkap Khasiatnyaa*, (Semarang: Tohaa Putra), 12-13.

¹³³M. Ramli Husein Khalil. *Mengungkap makna dan Rahasia shalawat kepada Nabi*, (Bandung, Mizania,2009), 95.

¹³⁴Rima Oliv. *Solawat Untuk Jiwa*. (Jakarta : Tranmedia Pustaka, 2016), 43.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil proses konseling islam dengan sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoagung Kecamatan Prambon Nganjuk dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Konseling islam dengan sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoagung Kecamatan Prambon Nganjuk menggunakan lima tahapan yaitu identifikasi masalah, *diagnosis*, *prognosis*, terapi dan evaluasi/*follow up*. Dalam terapi konselor memakai sholawat *tibbil qulub*. Dalam terapi konseli terlebih dahulu dikenalkan dengan terapi sholawat *tibbil qulub* sesuai poin-poin kekuatannya per kalimat, kemudian konselor memberikan motivasi dimana konseli mengidentifikasi pikiran negatifnya kemudian dipusatkan ke pikiran positif. Selanjutnya konseli melantunkan sholawat *tibbil qulub*, dalam hal ini konselor membebaskan cara membaca atau pelaguannya agar mempermudah konseli. Terakhir pemberian tugas rumah, konselor memberikan tugas rumah untuk menerapkan serta mengamalkan sholawat *tibbil qulub*. Dalam hal itu konseli harus membacanya sehabis sholat fardhu sebanyak 7x setiap akhir membaca ditiupkan diletakan dadanya. Sebuah proses konseling dilakukan dengan hasil baik sebab kerjasama antara konselor dan konseli untuk

saling memahami menyelesaikan masalah yang dialami konseli itu sendiri.

2. Hasil akhir dari konseling islam dengan sholawat *tibbil qulub* dalam menangani rasa kesepian seorang remaja yatim piatu di Desa Sonoageng Kecamatan Prambon Nganjuk rasa kesepian yang dialami konseli berangsur membaik, konseli lebih bersyukur menjalani kehidupan, menerima kondisi dengan segala nikmat yang diberikan oleh Allah SWT dengan hati yang tenang, konseli nampak ceria, mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitar, berfikir positif dan lebih tenang dalam menghadapi segala masalah. Untuk mengetahui perubahan sikap konseli, berikut hasil catatan harian yang didapat dari sumber data primer dan sekunder. Konseli dari minggu ke minggu mengalami kemajuan. Perubahan yang sedikit demi sedikit tidak bisa langsung. Semua proses harus bertahap dan dilakukan secara istiqomah. Sehingga konseli dapat mereduksi rasa sepi yang dialaminya.

B. Saran

1. Bagi konselor

Diharapkan penulis belajar lebih luas mengenai teori maupun teknik konseling sehingga akan memperluas wawasan serta pengetahuan dari seorang konselor. Dengan begitu akan lebih maksimal dalam mengatasi berbagai permasalahan yang ada dimasa yang akan datang.

2. Bagi Konseli

Konseli diharapkan selalu bersyukur mendekati diri kepada Allah. Hidup masih

berlangsung dan berjalan. Meskipun kenyataan yang dihadapi pahit, konseli harus mampu bangkit. Cobalah untuk bersyukur dengan keadaan, menyukuri kenikmatan yang Allah berikan. Jangan teralu larut dalam kesedihan. Jarak bukan penghalang untuk menciptakan suatu hubungan yang harmonis. Jadikan kejadian dalam sebuah hidup sebagai pelajaran dan motivasi untuk lebih baik dari kedepannya. Masih ada kehidupan yang panjang, selalu semangat dengan rasa bahagia. Setiap orang pasti mempunyai masalah tinggal bagaimana orang tersebut menyikapi dan menghadapinya. Terus semangat, jangan bersedih Allah SWT selalu bersama hambanya.

3. Bagi Pembaca

Dalam membaca semoga mengambil sisi positif dari penelitian ini sehingga dapat memetik manfaat.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti sadar akan kekurangan dari penulisan skripsi ini, peneliti berharap ada peneliti selanjutnya yang bisa menyempurnakan penelitian ini agar dapat berkembang dan lebih baik lagi. Terimakasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd. Manad (Al-Hakam), Kamal, *Kaunseling Islam Perbandingan Antara Amalan dan Teori Kaunseling Barat*. Kuala Lumpur: Utusan Publication & Distributor Sdn. Bhd, 1995.
- Abdullah Faqih, KH Muhammad bin, *Majmu'ah Maqruat Yaumiyah wa Usbu'iyah*.
- Afriza, Nugraha Andri, *Ayat-Ayat Shalawat dalam Al-qur'an*. Surabaya: Skripsi, 2017.
- Afrizal. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali, 2015.
- Al- Mu'adz, Nabil Hamid, *Jalan ke Surga*, Jakarta: Najla Press, 2007.
- AlHabib Quraisy, Baharun. *Cara Mengamalkan Sholawat tibbil qulub untuk mengobati penyakit*. <https://www.aswajadewata.com/ini-cara-mengamalkan-shalawat-thibbul-qulub-untuk-mengobati-penyakit/> diakses 10 September 2021
- Al-Qur'an, *Al-Ahzab* : 56
- Al-Qur'an, *Yunus* : 57.
- Amalia D. Sholawat Penyembuh Segala Penyakit *Tibbil Qulub* atau Syifa Lengkap. <https://kabarlumajang.pikiran-rakyat.com/khazanah/pr-422196074/bacaan-sholawat-penyembuh-segala-penyakit-tibbil-qulub-atau-syifa-lengkap-arab-latin-dan-terjemahnya>. Diakses pada 3 April 2022.
- Andri Afriza, Nugraha, *Ayat-Ayat Shalawat dalam Al-qur'an*, Surabaya: Skripsi tidak diterbitkan, 2017
- Aswadi. *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling Islam*, Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009.
- Atabik, Ahmad, "Konseling Keluarga Islami (Solusi Problematika Kehidupan Berkeluarga)", *Konseling*

- Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, vol. 4, no. 1, Juni, 2013.
- Beni Ahmad Saebani dan Kadar Nurjaman. *Manajemen Penelitian*, Bandung: Pusaka Setia, 2013.
- Bin Ismail, Syekh Yusuf, *Sa'adah ad-Daraini fi as-Shalat ala Sayyid al-Kaunaini*, Cet. Darul Kutub al-'Ilmiyyah.
- Brehm, S. S. *Intimate relationship. 2nd Ed.* Boston: McGraw-Hill, 2002.
- Bruno, F.J. *Conquer Loneliness Menaklukkan Kesepian*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2000.
- Bugin, Burhan, *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif dan Kualitatif*. Surabaya : Universitas Arlangga. 2001.
- Bugin, Burhan, *Metodologi Penelitian Sosial & Ekonomi*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group. 2013.
- Cahyani, Riska Dwi, "Hubungan Antara Kesepian dengan *Problematic internet use* pada Mahasiswa". *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Universitas Airlangga Jl. Airlangga, Vol. 04 No. 1, April 2015.
- Dahlan, Abdul Chaliq, *Bimbingan dan Konseling Islami: Sejarah, Konsep dan Pendekatannya*, Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009.
- Davidoff, Linda L, *Psikologi Suatu Pengantar*, Jakarta : Erlangga, 1988.
- Dermawan, Deni, *Metode Penelitian*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014.
- Faqih, Aunur Rahim, *Bimbingan dan Konseling Islam dalam Islam*, Yogyakarta: UII PRESS, 2004.
- Gudnanto, "Peran Bimbingan Dan Konseling Islami Untuk Mencetak Generasi Emas Indonesia", *Jurnal Keguruan Ilmu Pendidikan*, Vol II, No. 2, 2014, Universitas Muria Kudus, 3.

- Gunarsa, Singgih D., *Psikolog Untuk Keluarga*, Jakarta: Gunung Mulia, 2007.
- Hamba Allah, Sejarah Dan Manfaat Membaca Sholawat *Tibbil Qulub*. <https://martabattujuh.com/sholawat/sholawat-tibbil-qulub/?amp>. Di akses pada 3 April 2022.
- Hidayat, Komarudin, *Psikologi Kematian*, Jakarta: PT Mizan Publika, 2006.
- Huda, Sokhi, *Tasawuf Kultural: Fenomena Shalawat Wahidiyah*, Yogyakarta: LKIS, 2008
- Indah Putri Sari dan Ratih Arum, “Hubungan antara resiliensi dengan kesepian (*loneliness*)”. *Jurnal Prosiding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)*. Vol. 6, Oktober 2015, 1.
- Irwan Kelana, Kenapa Kita Harus Meneladani Rasulullah. <https://www.republika.co.id/berita/q133pb374/kenapa-kita-harus-meneladani-rasulullah>. Diakses pada 3 April 2022
- Khalil, M. Ramli Husein, *Mengungkap makna dan Rahasia shalawat kepada Nabi*, Bandung, Mizania, 2009.
- M. Humaidi Syuhud, A. Fatih Syuhud, *Do'a, Dzikir dan Sholawat Al-Khoiro*, Malang: Pustaka Alkhoirot, 2019
- Moh. Surya, Djumhur, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Bandung: CV. Ilmu, 1975.
- Mohammad Mufid Muwaffaq, *Sholawat Tibbil Qulub*, <https://pecehitam.org/sholawat-tibbil-qulub/> diakses pada tanggal 16 Agustus 2021.
- Moleong, Lexi J, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014.
- Moleong, Lexy J, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2017.
- Nashih Nashrullah, 5 Hadist Rasulullah SAW tentang Keutamaan Sholawat Nabi, <https://republika.co.id/berita/q9n4j2320/5-hadis->

- rasululah-saw-tentang-keutamaan-sholawat-nabi*
diakses pada 22 Maret 2021.
- Olivia, Rima, *Shalawat Untuk Jiwa*, Jakarta : Transmedia Pusaka, 2016.
- Pemerintah Kabupaten Nganjuk, Profil Daerah Kabupaten Nganjuk.<http://dpmpstsp.nganjukkab.go.id/siping/public/detail/map/informasi/1>. Diakses 11 November 2021. Pukul 13:36 WIB.
- Peplau, and Perlman, “L. Loneliness. In: Friedman, H.S., Ed”., *Encyclopedia of Mental Health, Vol. 2, Academic Press*, San Diego 1998, 571-581.
- Peplau, L.A & Perlman, D.: *A Sourcebook of Current Theory Research and Therapy*. New York: A Willey-Interscience, 1998.
- Pramitha, Raisa, *Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesenian Pada Mahasiswa Yang Merantau di Yogyakarta*, Skripsi: Yogyakarta, 2018
- Ratih Arum, dan Indah Putri Sari, “Hubungan antara resiliensi dengan kesepian (*loneliness*)”. *Jurnal Prosiding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)*. Vol. 6, Oktober 2015.
- S. Wirawan, *Psikologi Remaja*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002.
- Salleh, Aziz. *Asas Kaunseling Islam*, Kuala Lumpur: Utusan Publication & Distributor Sdn. Bhd, 1993.
- Sri Yola, *Karakteristik Kepribadian Kesenian*. 2006.
- Suardiman, S. *Psikologi Usia Lanjut*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2011.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2005.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan Research and Development*. Bandung: Alfabeta, 2017.

- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research and Development*. Bandung: Alfabeta, 2015.
- Sutopo. *Metode Penelitian Kualitatif*, Surakarta: Universitas Sebelas Maret Press, 2002.
- Tim Galamedia. 10 Keistimewaan Bersholawat Kepada Nabi Muhammad SAW. <https://galamedia.pikiran-rakyat.com/humaniora/pr-35706844/10-keistimewaan-bersholawat-kepada-nabi-muhammad-saw>. Diakses 3 April 2022.
- Umar, M. Ali Chasan, *Kumpulan Shalawat Nabi lengkap dengan Khasiatnya*, Semarang, Toha Putra
- Ustadz M. Ali Zainal Abidin. Bacaan Shalawat Tibbil Qulub dan Faedahnya. <https://jabar.nu.or.id/detail/bacaan-sholawat-tibbil-qulub-dan-faedahnya--> Diakses 13 September 2021.
- Ustadz M. Ali Zainal Abidin. Bacaan Shalawat Tibbil Qulub dan Faedahnya. <https://jabar.nu.or.id/detail/bacaan-sholawat-tibbil-qulub-dan-faedahnya--> Diakses 13 September 2021.
- Wargadinata, Wildana, *Spiritual Salawat*, Malang: UIN Maliki Press, 2010. Yola, Sri, *Karakteristik Kepribadian Kesenian*. 2006.
- Yunus, Djumhur, *Kamus Arab Indonesia*. Jakarta: PT. Mahmud Yunus, 2007.
- Yusuf, Nia Faramita, “Kesenian dan Depresi: Studi Metaanalisis”. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan. Psychology Forum UMM*. 2015.