



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**PENGARUH KONSELING QUR'ANI UNTUK
MENGATASI STRESS PASCA GAGAL MENIKAH
PADA WANITA DI DESA SEMANDING KAUMAN
PONOROGO**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negri Sunan Ampel
Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)

Oleh:

**Aulia Ni'matus Syafa'ah
NIM B93218179**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
ISLAM FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA
2024**

PERNYATAAN
PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrohmanirohim

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Aulia Ni'matus Syafa'ah

NIM : B93218179

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

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

Surabaya, 28 Desember 2023

Yang menyatakan,



Aulia Ni'matus Syafa'ah

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Aulia Ni'matus Syafa'ah
NIM : B93218179
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : Pengaruh Konseling Qur'ani Untuk Mengatasi Stress Pasca Gagal Menikah Pada Wanita di Desa Semanding Kauman Ponorogo

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan.

Surabaya, 28 Desember 2023



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M. Fill. I

NIP. 196303031992023002

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI
Pengaruh Konseling Qur'ani Untuk Mengatasi Stress Pasca
Gagal Menikah Pada Wanita Di Desa Semanding Kauman
Ponorogo

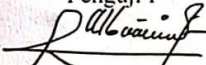
SKRIPSI

Disusun oleh
Aulia Ni'matus Syafa'ah
(B93218179)

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian sarjana strata satu
Pada tanggal 10.1.2024

Tim Penguji

Penguji I



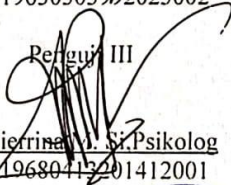
Dr. Hj. Ragwan Albaar.M.Fill.I
NIP.19630303962023002

Penguji II



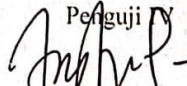
Dr. Agus Santoso.S.Ag.
NIP. 197008251998031002

Penguji III



Dr. Mierrina D. S.Psikolog
NIP. 19680412201412001

Penguji IV



Dr. Mohamad Thohir. S.Pd.I., M.Pd.I
NIP. 197905172009011007



10.1.2024

dan,

Dr. Mierrina D. S.Psikolog
NIP. 19680412201412001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Aulia Ni'matus Sya'ah
NIM : 093218199
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan komunikasi' /Bimbingan konseling Islam
E-mail address : aulia.sya'ah99@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Pengaruh konseling Qur'ani Untuk Mengatasi' Stress Pasca
Gagal Menikah Pada Wanita Di Desa Semanding kauman
Porong

berserta 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,

Penulis



(Aulia Ni'matus - S . .)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Aulia Ni'matus Syafa'ah. B93218179, 2023, Pengaruh Konseling Qur'ani Untuk Mengatasi Stress Pasca Gagal Menikah Pada Wanita di Desa Semanding Kauman Ponorogo.

Penelitian ini bertujuan untuk membantu seorang wanita untuk mengatasi stress yang dialaminya. Dengan menggunakan Konseling Qur'ani dengan ayat motivasi untuk mengatasi stress pasca gagal menikah pada wanita di Desa Semanding Kuman Ponorogo. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Dengan jenis penelitian *Single Subject Research* (SSR) yang mana penelitian ini adalah eksperimen yang bertujuan untuk melihat dan mengevaluasi pemberian intervensi yang dilakukan secara berulang dalam waktu ke waktu. Dengan analisis menggunakan visual grafik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling Qur'ani dengan ayat motivasi berpengaruh untuk mengatasi stress pada seorang wanita pasca gagal menikah pada wanita di Desa Semanding Kauman Ponorogo. Pengaruh ini dapat dilihat dari estimasi kecenderungan arah yang menurun yang menandakan bahwa konseling Qur'ani dengan ayat motivasi berpengaruh untuk mengatasi stress pada wanita pasca gagal menikah.

Kata kunci: Konseling Qur'ani, Stres.

ABSTRACT

Aulia Ni'matus Syafa'ah. B93218179, 2023, The Effect of Qur'anic Counseling to Overcome Post-Marriage Stress in Women in Semanding Kauman Village, Ponorogo.

This research aims to help a woman to overcome the stress she is experiencing. By using Qur'anic counseling with motivational verses to overcome stress after failed marriages for women in Semanding Kuman Village, Ponorogo. This research method uses quantitative methods. With this type of research, Single Subject Research (SSR) is an experiment that aims to observe and evaluate the provision of interventions that are carried out repeatedly over time. With analysis using graphic visuals.

The results of this research show that Qur'anic counseling with motivational verses has an effect on overcoming stress in a woman after a failed marriage in women in Semanding Kauman Village, Ponorogo. This influence can be seen from the estimated downward trend which indicates that Qur'anic counseling with motivational verses has an influence on overcoming stress in women after failed marriages.

Keywords: Qur'anic Counseling, Stress.

خلاصة

، 2023، تأثير الاستشارة B93218179. أوليا نعماتوس سيفاعة القرآنية للتغلب على ضغوط ما بعد الزواج لدى النساء في قرية سيماندينغ كومان، بونوروغو.

يهدف هذا البحث إلى مساعدة المرأة على التغلب على التوتر الذي تعاني منه. باستخدام الاستشارات القرآنية بالآيات التحفيزية للتغلب على التوتر بعد الزواج الفاشل للنساء في قرية سيماندينغ كومان، بونوروغو. تستخدم طريقة البحث هذه الأساليب الكمية. في هذا تجربة تهدف إلى مراقبة (SSR) النوع من الأبحاث، يعد البحث الفردي وتقييم توفير التدخلات التي يتم تنفيذها بشكل متكرر مع مرور الوقت. مع التحليل باستخدام الصور الرسومية

أظهرت نتائج هذا البحث أن الاستشارة القرآنية بالآيات التحفيزية لها تأثير في التغلب على التوتر لدى النساء بعد الزواج الفاشل في قرية سيماندينغ كومان، بونوروغو. ويمكن ملاحظة هذا التأثير من خلال الاتجاه التنازلي المقدر الذي يشير إلى أن الاستشارة القرآنية بالآيات التحفيزية لها تأثير في التغلب على الضغوط النفسية لدى النساء بعد الزواج الفاشل.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد القرآني، التوتر

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI.....	iii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
MOTTO	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
خلاصة	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
C. Tujuan	8
D. Manfaat penelitian.....	8
E. Definisi Operasional	9
F. Sistematika pembahasan	13
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	15
A. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	15
B. Kerangka Teori	16
1. Konseling Qur’ani.....	16
2. Stress.....	20
3. Unsur-unsur Konseling	28

BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	36
B. Lokasi Penelitian	38
C. Subjek Penelitian.....	38
D. Variabel dan Indikator Penelitian	38
E. Tahapan-tahapan Penelitian	40
F. Teknik Pengumpulan Data	41
G. Teknik Validitas Instrumen Penelitian	44
H. Teknik Analisis Data	44
BAB IV	46
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	46
1. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	46
2. Deskripsi Konselor	47
3. Deskripsi Konseli.....	47
B. Penyajian Data.....	51
C. Pengujian Hipotesis	61
D. Pembahasan Hasil Penelitian	62
1. Perspektif Teoritis	62
2. Perspektif Keislaman	62
BAB V PENUTUP.....	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran dan Rekomendasi.....	64
C. Keterbatasan penelitian.....	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	68

DAFTAR PUSTAKA

- Aliy As'ad, M. t. (1980). *Terjemah Fathul Mu'in Juz 3* . Kudus: Menara.
- Amin, S. &.-F. (2012). *Kenapa Harus Stress Terapi Stress Ala Islam*. Jakarta : Pena emas.
- Arifah, S. (2007). *Nurani Wanita* . Jombang: Lintas Media.
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Bina Aksara.
- Aulia Zikry Bunga Mentari, d. (2020). Teknik Manajemen Stress yang Paling Efektif pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* , 12, 4.
- Bishop, D. (1992). *Religious Values as Cross-Cultural Issues in Counseling*.
- Diponegoro, A. M. (2014). *psikologi dan konseling qur'ani*. Yogyakarta: Multi presindo.
- Djollong, A. F. (2014). Teknik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif (technique Of Quantitative Research). *ITIQRA'*, 11, 1.
- Farid, I. S. (1997). *Pokok-pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*. Surabaya: bagian penerbitan Fakultas dakwah IAIN Sunan Ampel.
- Jalaludin, I. (2002). *Terjemah Tafsir Jalalain Jilid 1*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Marks, D. M. (2017). *Health psychology*. London: Sage publication.
- Mashudi, F. (2011). *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: Ircisod.
- Mukhtar, K. (1974). *Asas-asas Hukum Islam Tentang Perkawinan*. Jakarta: Bulan Bintang.

- Prayitno. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rakhmat, J. (2010). *Tafsir Kebahagiaan*. Jakarta: Serambi.
- S, S. (2016). Mengelola Stress Dalam Perspektif Islam Dan Psikologi. *Jurnal Psikologi UMS*, 13.
- Santrock, J. W. (2003). *Perkembangan Remaja Edisi Keenam* . Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif. R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Willis, S. S. (2010). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Yuwono, I. (2020). *Penelitian SSR (Single Subject Research)*. Banjarmasin: universitas lambung mangkurat.
- Amin, S. & -F. (2016). *Kenapa Hrus Stress Terapi Stress Ala Islam* . jakarta: Pena Emas.
- S, Susatyo. (2003). *Mengelola Stress Dalam Perspektif Islam dan Psikologi*. Jakarta: Erlangga.