

**KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI TAFAKKUR
UNTUK MENGATASI *TRUST ISSUE* PADA SEORANG
REMAJA DI DESA BABAT AGUNG KECAMATAN
DEKET KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

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

Oleh:

Intan Mauliana Alifia Putri
NIM: 04020320033



**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**

2024

PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN OTENTITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Intan Mauliana Alifia Putri

NIM : 04020320033

Prodi : Bimbingan dan 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 benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila di kemudian hari terbukti ataupun dapat dibuktikan skripsi ini hasil plagiasi, maka saya bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang berlaku.

Surabaya, 6 Juni 2024

Yang menyatakan



(Intan Mauliana Alifia Putri)

PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

Nama : Intan Mauliana Alifia Putri
NIM : 04020320033
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Konseling Islam Dengan Terapi
Tafakkur Untuk Mengatasi *Trust Issue*
Pada Seorang Remaja Di Babat Agung
Deket Lamongan

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 7 Juni 2024
Menyetujui Pembimbing,



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

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Konseling Islam Dengan Terapi Tafakkur Untuk Mengatasi *Trust Issue* Pada Seorang Remaja Di Desa Babat Agung Kecamatan Deket Kabupaten Lamongan

SKRIPSI

Disusun Oleh

Intan Mauliana Alifia Putri

NIM: 04020320033

telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
pada tanggal 11 Juni 2024

Tim Penguji

Penguji I

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

NIP. 196303031992032002

Penguji II

Dr. Pudji Rahmawati, Dra., M.Kes.

NIP. 196703251994032002

Penguji III

Dra. Faizah Noer Laela, M.Si.

NIP. 196012111992032001

Penguji IV

Amriana, S.Sos.I, M.Pd.

NIP. 198904112020122019

Surabaya, 11 Juni 2024

Rekan,



Moch. Cholil Arif, S.Ag. M. Fil.I.

NIP. 1961011998031001

v

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

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

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Intan Mauliana Alifia Putri
NIM : 04020320033
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : intanalifia55@gmail.com

Demikian 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 :

Konseling Islam dengan Terapi Tafakkur untuk Mengatasi *Trust Issue* pada Seorang Remaja di Desa Babat Agung Kecamatan Deket Kabupaten Lamongan

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, 15 Juni 2024

Penulis

(Intan Mauliana Alifia Putri)

ABSTRAK

Intan Mauliana Alifia Putri, 04020320033, 2024.
Konseling Islam dengan Terapi Tafakkur untuk mengatasi Trust Issue pada Seorang Remaja di Desa Babat Agung, Kecamatan Deket, Kabupaten Lamongan.

Fokus utama dari penelitian ini yaitu (1) Bagaimana proses konseling Islam dengan terapi tafakkur untuk mengatasi *trust issue* di Desa Babat Agung Kecamatan Deket Kabupaten Lamongan. (2) Bagaimana hasil konseling Islam dengan terapi tafakkur untuk mengatasi *trust issue* di Desa Babat Agung Kecamatan Deket Kabupaten Lamongan.

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Analisis data dilakukan dengan pendekatan deskriptif komparatif untuk menjelaskan perbandingan proses layanan konseling antara data teori dan data lapangan proses, serta membandingkan kondisi konseli sebelum dan sesudah konseling menggunakan terapi tafakkur.

Penelitian ini dilakukan dengan prosedur identifikasi masalah, diagnosis, prognosis *treatment* dan *follow up*. Dengan proses terapi tafakkur dalam empat tahap yaitu memahami akar masalah melalui meditasi, mengamati dan merenungkan objek tafakkurnya, kesadaran dan pengakuan, perenungan dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan dari kondisi konseli yang sebelumnya sering berasumsi negatif kepada orang lain menjadi mampu melihat sisi positif pada diri orang lain.

Kata Kunci: *Konseling Islam, Terapi Tafakkur, Trust Issue, Remaja*

ABSTRACT

Counseling with Tafakkur Therapy to overcome Trust Issue in a teenager in Babat Agung Village, Deket District, Lamongan Regency.

The main focus of this research is (1) How is the process of Islamic counseling with tafakkur therapy to overcome trust issues in Babat Agung Village, Deket District, Lamongan Regency. (2) How is the result of Islamic counseling with tafakkur therapy to overcome trust issues in Babat Agung Village, Deket District, Lamongan Regency.

The research method used is a qualitative approach with a case study design. Data analysis was carried out with a comparative descriptive approach to explain the comparison of the counseling service process between theoretical data and process field data, as well as comparing the condition of the counselee before and after counseling using tafakkur therapy.

This research was conducted with the procedures of problem identification, diagnosis, prognosis treatment and follow up. With the process of tafakkur therapy in four stages, namely understanding the root of the problem through meditation, observing and contemplating the object of tafakkur, awareness and recognition, contemplation and reflection. The results showed a change from the condition of the counselee who previously often assumed negatively towards others to being able to see the positive side in others.

Keywords: Islamic Counseling, Tafakkur Therapy, Trust Issue, Teenagers

بذة خمتصرة

إتان موليانا أليفيا بوتري، 04020320033، 2024. الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالتفكير للتغلب على مشكلة الثقة لدى مراهق في قرية بابات أجونج، منطقة ديكييت، محافظة لامونغان.

التركيز الرئيسي لهذا البحث هو (1) كيف تتم عملية الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالتفكير للتغلب على مشكلة الثقة في قرية بابات أجونج، منطقة ديكييت، محافظة لامونغان. (2) كيف تكون نتيجة الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالتفكير للتغلب على مشكلات الثقة في قرية بابات أجونج في منطقة ديكييت، محافظة لامونغان.

منهج البحث المستخدم هو منهج نوعي مع تصميم دراسة حالة. تم إجراء تحليل البيانات باستخدام المنهج الوصفي المقارن لشرح المقارنة بين البيانات النظرية والبيانات الميدانية العملية، وكذلك مقارنة حالة المسترشد قبل وبعد المشورة باستخدام العلاج بالتفكير.

تم إجراء هذا البحث بإجراءات تحديد المشكلة، والتشخيص، والعلاج بالتشخيص، والعلاج بالتشخيص والمتابعة. مع عملية العلاج بالتفكير في أربع مراحل، وهي فهم جذر المشكلة من خلال التأمل، وملاحظة وتأمل موضوع التفكير، والوعي والإدراك، والتأمل والتفكير. وقد أظهرت النتائج تغيراً في حالة المسترشد الذي كان في السابق يتصور سلباً تجاه الآخرين إلى القدرة على رؤية الجانب الإيجابي في الآخرين.

الكلمات المفتاحية : الإرشاد الإسلامي، العلاج بالتفكير، مشكلة الثقة، المراهقين، العلاج

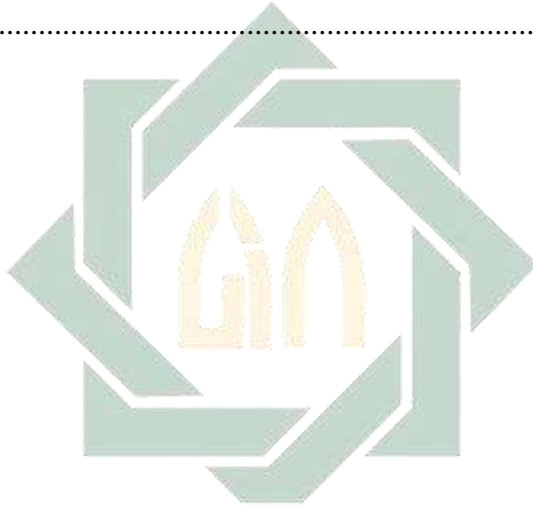
بالتفكير، مشكلة الثقة، المراهقين

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN OTENTITAS SKRIPSI	iii
PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI.....	iv
PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..	vi
MOTTO	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
بذة مختصرة.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Definisi Konsep.....	5
F. Sistematika Pembahasan.....	8
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	10
A. Konseling Islam	10
1. Pengertian Konseling Islam.....	10

2.	Tujuan Konseling Islam	11
3.	Tahapan Konseling Islam	12
B.	Terapi Tafakkur.....	13
1.	Pengertian Terapi Tafakkur.....	13
2.	Prinsip Terapi Tafakkur.....	14
3.	Langkah-Langkah Terapi Tafakkur.....	16
C.	<i>Trust issue</i>	17
1.	Pengertian <i>Trust issue</i>	17
2.	Faktor Penyebab <i>Trust issue</i>	19
3.	Indikator <i>Trust issue</i>	19
4.	Dampak <i>Trust issue</i>	21
D.	Penelitian Terdahulu Yang Relevan	22
BAB III METODE PENELITIAN		31
A.	Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	31
B.	Lokasi Penelitian.....	31
C.	Jenis Dan Sumber Data.....	32
D.	Teknik Pengumpulan Data.....	34
E.	Teknik Analisis Data.....	36
F.	Teknik Validitas Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		38
A.	Gambaran Umum Subyek Penelitian	38
B.	Penyajian Data	51
C.	Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data).....	65
BAB V PENUTUP.....		73

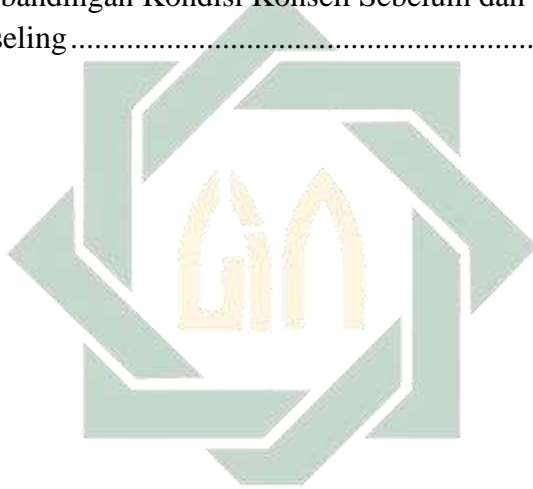
A. Simpulan 73
B. Rekomendasi 74
C. Keterbatasan Penelitian 75
DAFTAR PUSTAKA 77
LAMPIRAN 83



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Kondisi Konseli Sebelum Konseling	50
Tabel 4. 2 Kondisi Konseli Setelah Konseling	65
Tabel 4. 3 Perbandingan Data Teori dengan Data Lapangan .	66
Tabel 4. 4 Perbandingan Kondisi Konseli Sebelum dan Sesudah Konseling	69



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Foto Proses Konseling..... 84



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman. “Fungsi Dan Peran Konseling Islam Dalam Pendidikan.” *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1 (2019): 33–46.
- Akbar, Zulkifli. *Dasar-Dasar Konseptual Penanggulangan Masalah Bimbingan Dan Konseling Islami Di Bidang Pernikahan, Kemasyarakatan Dan Keagamaan*. Yogyakarta: UII, 1987.
- Al-Ghozali, Imam. *Ihya' Ulum Ad-Din*. Translated by Faizan. Semarang: Asy-Syifa, 1994.
- Albaar, Ragwan. “The Principle of Confidentiality in Islamic Guidance and Counseling: A Review of Hadith.” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 12, no. 2 (2022): 184–207.
- Al-Munawwir, Ahmad Warson. *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia*. Pustaka Progresif, 1997.
- Amriana, M. Athoiful Fanan, Sayyida Aulia Salsabila, Hilal Anshary, dan Muhammad Alif Mahdy Mumtaza. “Virtual Tour as a Digital-based Guidance and Counseling Orientation Service in the Introduction of the School Environment.” Dalam *Proceedings of International Conference on Da'wa and Communication*, 5:16–26. 1, 2023.
- Arinda, Olphi Disya. “Memahami Trust Issue Dan Cara Terbaik Untuk Mengatasinya.” *Klik Dokter*. Last modified April 24, 2024. <https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan->

mental/memahami-trust-issue-dan-cara-terbaik-untuk-mengatasinya.

- Assyakurrohim, Dimas, Dewa Ikhrum, Rusdy A. Sirodj, and Muhammad Win Afgani. "Metode Studi Kasus Dalam Penelitian Kualitatif." *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer* 3, no. 01 (2023): 1–9.
- Awawina, Azka Silma. "Konsep Bimbingan Dan Konseling Islami Menurut Anwar Sutoyo." *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri, 2020.
- B Hurlock, Elizabeth. *Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 2011.
- Badri, Malik. *Tafakur Dalam Perspektif Psikologi Islam*. Translated by Usman Syihab Husnan. Bandung: Rosdakarya, 1996.
- Basrowi, and Suwandi. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008.
- Bastomi, Hasan. "Menuju Bimbingan Konseling Islami." *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling* 1, no. 1 (2017): 82–108.
- Bennett, Taylor. "Trust Issues: Signs, Causes, and How to Overcome Them." *Thriveworks*, n.d. Accessed May 3, 2024. <https://thriveworks.com/blog/trust-issues/>.
- BKKBN. "Profil Babatagung." Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Last modified Mei 2024. <https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/48741/babata-gung>.

- Cherry, Kendra. “Why You May Have Trust Issues and How to Overcome Them.” *Verywellmind*. Accessed April 24, 2024. <https://www.verywellmind.com/why-you-may-have-trust-issues-and-how-to-overcome-them-5215390>.
- Farid, Achmad. “Model Bimbingan Konseling Islam Anwar Sutoyo Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja.” *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6, no. 2 (2015): 381–400.
- Herdiansya, Haris. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika, 2010.
- Khotimah, Khusnul, Ussisa‘alat Taqwa, and Shofiyyah Hanim. “Tafakkur on Malik Badri’s View.” *TASFIYAH: Jurnal Pemikiran Islam* 7, no. 2 (2023): 317–338.
- Latifah, Sri Wulan Nur, and Sofia Sahana Sitorus. “Development of the Trust Issue in the Movie Raya and the Last Dragon.” *International Journal of English and Applied Linguistics (IJEAL)* 1, no. 2 (2021): 69–80.
- Lewicki, Roy J. “Trust, Trust Development, and Trust Repair.” In *The Handbook of Conflict Resolution Theory and Practice*, 92. 2nd ed. San Francisco: Jossey-Bass, 2006.
- Miharja, Sugandi. “Menegaskan Definisi Bimbingankonseling Islam, Suatu Pandangan Ontologis.” *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam* 3, no. 1 (2020): 14–28.
- Mirsanti, Nining. “Konsep Tafakur Untuk Penguatan Efikasi Diri Pada Pribadi Introvert.” *SANGKÉP: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan* 2, no. 2 (2019): 171–184.

- Mubarok, Achmad. *Konseling Agama Teori Dan Kasus*. Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2000.
- Musnamar, Tohari. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami*. Jakarta: UII Press, 1992.
- Muzaki, and Agung Saputra. “Konseling Islami: Suatu Alternatif Bagi Kesehatan Mental.” *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal* 2, no. 2 (2019): 213–226.
- Putri, Eritha Belinda Sagita. “Pendekatan Forgiveness Therapy Dalam Mengatasi Trust Issue Pada Keluarga Yang Ditampilkan Dalam Film Nanti Kita Cerita Tentang Hari Ini (NKCTHI).” *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022.
- Rezi Ramadhana, Maulana. “Keterbukaan Diri Dalam Komunikasi Orangtua-Anak Pada Remaja Pola Asuh Orangtua Authoritarian.” *Channel Jurnal Komunikasi* 6, no. 2 (2018): 197–204.
- Rohman, Moch. Abdul. “Tafakkur Dalam al-Qur’an Kajian Tafsir mawdu’i.” *Skripsi*. Institut Agama Islam Negeri Kediri, 2015.
- Salamah, Sabilatus. “Konseling Islam Dengan Terapi Forgiveness Untuk Mengendalikan Trust Issue Seorang Anak Terhadap Orang Tua Di Sidoarjo.” *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022.
- Samsidar. “Doa Sebagai Metode Pengobatan Psikoterapi Islam.” *Al-Din: Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan* 6, no. 2 (2020).

Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bndung: Alfabeta, 2018.

Supratiknya, Augustinus. *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif dalam Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Universitas Sanata Dharma, 2015.

Surah Al-Baqarah, n.d. Retrieved from <https://quran.kemenag.go.id/>.

Surah Al-Hujurat, n.d. Retrieved from <https://quran.kemenag.go.id/>.

Surah Ali-Imran, n.d. Retrieved from <https://quran.kemenag.go.id/>.

Surah Al-Isra', n.d. Retrieved from <https://quran.kemenag.go.id/>.

Tan, Hwee, and Augustine Lim. "Trust in Coworkers and Trust in Organizations." *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied* 143, no. 1 (2009): 45–66.

Tarsono, and Nisa Hermawati. "Terapi Tafakkur Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Orang Dengan Lupus (Odapus)." *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, no. 2 (2018): 175–186.

Wahyuningsih, Sri. *Metode Penelitian Studi Kasus (Konsep, Teori Pendekatan Psikologi Komunikasi, Dan Contoh Penelitiannya)*. UTM Press, 2013.

Widyawati, Lia and Nurjannah. "Konsep Terapi Meditasi-Tafakkur Untuk Mereduksi Kebiasaan Overthinking."

DA'WA: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam 3, no. 1 (2023): 1–10.

Zin, Engku Ibrahim bin Engku Wok, Syed Hadzrullatfi bin Syed Omar, Mohd Safri Bin Ali, and Shaiful Bahari bin Abdullah. “Terapi Jiwa Menurut Al Ghazali: Tumpuan Kepada Amalan Dan Kepentingan Tafakur Tamaddun.” *Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Keagamaan* 21, no. 2 (2020): 191–204.

“APA Dictionary of Psychology.” *American Psychological Association*. Accessed October 3, 2024. <https://dictionary.apa.org/trust>.

“Data Dan Sumber Data Kualitatif.Pdf,” n.d. Accessed March 19, 2024. https://lmsspada.kemdikbud.go.id/pluginfile.php/553988/mod_folder/content/0/Data%20dan%20Sumber%20Data%20Kualitatif.pdf.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A