

SKRIPSI
TERAPI SABAR DENGAN TEKNIK SUFISTIK UNTUK
MENINGKATKAN RESILIENSI WARGA ASRAMA AL-
GHOZALY PONDOK PESANTREN DARUSSALAM BLOKAGUNG
BANYUWANGI



Oleh:
HANNAN AR ROSYID
NIM : 2012211010

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFA'AT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024
PRASYARAT GELAR

TERAPI SABAR DENGAN TEKNIK SUFISTIK UNTUK
MENINGKATKAN RESILIENSI WARGA ASRAMA AL-

**GHOZALY PONDOK PESANTREN DARUSSALAM BLOKAGUNG
BANYUWANGI**

2024/2025

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam
Universitas Kh. Mukhtar Syafa'at Blokagung Banyuwangi
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Sarjana
Sosial (S.Sos.)

Oleh :
HANNAN AR ROSYID
NIM : 20212211010

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFA'AT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Dengan Judul:

**TERAPI SABAR DENGAN TEKNIK SUFISTIK UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI WARGA ASRAMA AL-GHOZALY PONDOK PESANTREN
DARUSSALAM BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024/2025**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Dengan Judul:

**TERAPI SABAR DENGAN TEKNIK SUFISTIK UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI WARGA ASRAMA AL-GHOZALY PONDOK PESANTREN
DARUSSALAM BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024/2025**

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian proposal
Pada tanggal :

Mengetahui,

Ketua Prodi
Bimbingan Konseling Islam



HALIMATUS SA'DIAH, S.Psi., M.A.
NIPY.3151301019001

Pembimbing



MASNIDA, M.Ag.
NIPY.3151706068901



PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi saudara Hannan Ar Rosyid telah di uji kepada dewan penguji
Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH.
Mukhtar Syafa'at (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi pada tanggal:
()

dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Tim Penguji:

Ketua

MASNIDA, M.Ag.
NIPY.3151706068901

Penguji I

Hj. Mahmudah,
S.Sos.I., M.Pd.I

NIPY. 3150522076701

Penguji II

Ginanjat
Prastyanto, S.Th.I, M.Si

NIPY. 3151614078901

Dekan



Agus Baihaqi, S.Ag, M.I.Kom
NIPY/ 3150128107201

MOTTO

إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

SESUNGGUHNYA ALLAH BERSAMA ORANG ORANG YANG SABAR

[QS AL BAQAROH 153]

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan kasih dan sayangnya kepada penulis sampai sekarang dan sampai akhir kelak. Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Bapak dan Ibu tercinta tersayang yang senantiasa memberikan Do'a serta restu dukungannya baik secara moral ataupun material terhadap keberhasilan studi penulis.
2. Saudara-saudaraku terimakasih atas semangat dan motivasi yang diberikan kepada penulis
3. Teman-teman seperjuangan jurusan Bimbingan dan konseling islam angkatan 2020 terimakasih atas semangat, do'a dan dukungan yang telah diberikan
4. Almamater tercinta UIMSYA Blokagung Banyuwangi

**PERNYATAAN
KEASLIAN SKRIPSI**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya:

Nama . : Hannan Ar Rosyid

NIM .. : 2012211010

Program Studi : Bimbingan dan Komunikasi Islam

Alamat Lengkap : Kebas, Sekincau, Sekincau, Lampung barat,
Lampung

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Banyuwangi, 30 Juni 2024

Yang Menyatakan,



HANNAN AR ROSYID

NIM: 2012211010

Abstrak

Hannan Ar Rosyid (2012211010) Terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al Ghozaly Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi.

Penelitian ini membahas tentang bagaimana cara meningkatkan resiliensi kepada para santri asrama Al ghozaly yang kurang bisa menyelesaikan masalahnya dengan baik. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya santri yang memiliki tingkat resiliensi yang sangat rendah. Penelitian ini bertujuan untuk : 1) mendeskripsikan bentuk bentuk kurangnya resiliensi pada santri asrama Al Ghozaly Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, 2) mendeskripsikan analisis meningkatkan resiliensi santri, 3) mendeskripsikan analisis terapi sabar dengan teknik sufistik dalam meningkatkan tingkat resiliensi santri. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif, yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis dari orang-orang dengan jenis studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumentasi. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah teman, pengurus, serta guru konseli. Adapun sumber data sekunder yaitu dokumentasi, catatan kegiatan, santri beserta orang tuanya, buku, jurnal serta skripsi yang berkaitan dengan pembahasan penelitian ini. Setelah data terkumpul kemudian penulis analisis secara kualitatif yaitu upaya yang dilakukan dengan bekerja, mengorganisasikan data, memilah-milah data menjadi satuan yang dapat dikelola, menemukan apa yang penting dari data tersebut dan menarik kesimpulan. Hasil penelitian ini adalah bentuk-bentuk kurangnya resiliensi santri yaitu mempunyai temperamen yang tidak dapat terkontrol, kurangnya rasa bersyukur, tidak bisa beradaptasi dengan baik, mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi, pesimis, malu dan tidak percaya diri. Upaya peningkatan resiliensi orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dilakukan dengan cara melakukan bimbingan konseling individu, yang pertama, dengan pendekatan secara pribadi dengan klien (santri) yang dilakukan secara tatap muka antara konselor dengan klien. Kedua, pemberian materi tentang pentingnya resiliensi bagi santri yang nantinya akan lebih sadar dan berfikir ulang akan bahaya yang ditimbulkan jika mereka terus menerus dihantui rasa cemas dan rasa kurangnya bersyukur kepada Allah SWT Hasil analisis menunjukkan bahwa dalam tahapan pelaksanaan terapi sabar dengan teknik sufistik yaitu yang pertama konselor melakukan metode konseling dengan pendekatan realita, dalam konseling ini dilakukan pendekatan pribadi kepada klien, dilakukan dengan bertatap muka secara langsung dan pendekatan ini merupakan suatu keinginan untuk menjalin kedekatan dengan klien, kemudian diberikan solusi untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Kedua, memberikan motivasi sama dengan memberikan pembinaan dengan memberi materi pada klien. Pembinaan ini dengan menggunakan materi akan pentingnya sebuah resiliensi untuk orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus dan setelah itu yang paling akhir adalah relaksasi yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan dan merileksasi pikiran supaya lebih baik lagi.

Kata kunci : Resiliensi, Santri, dan Terapi sabar.

Abstract

Hannan Ar Rosyid (2012211010) Patient therapy using Sufistic techniques to increase the resilience of Al Ghozaly boarding school residents at the Darussalam Islamic Boarding School Blokagung Banyuwangi.

This research discusses how to increase resilience among Al Ghozaly dormitory students who are unable to solve their problems well. This research was motivated by the large number of students who have a very low level of resilience. This research aims to: 1) describe the forms of lack of resilience in the Al Ghozaly boarding school students at the Darussalam Islamic Boarding School Blokagung, 2) describe the analysis of increasing the resilience of the students, 3) describe the analysis of patient therapy using Sufistic techniques in increasing the level of resilience of the students. This research is a type of qualitative research, which produces descriptive data in the form of written words from people using a case study type. Data collection techniques use interview, observation and documentation methods. The primary data sources in this research were friends, administrators and counselors' teachers. The secondary data sources are documentation, activity records, students and their parents, books, journals and theses related to the discussion of this research. After the data is collected, the writer then analyzes it qualitatively, namely the efforts made by working, organizing the data, sorting the data into manageable units, finding what is important from the data and drawing conclusions. The results of this research are forms of lack of resilience among students, namely having an uncontrollable temperament, lack of gratitude, not being able to adapt well, having a high level of anxiety, pessimism, shame and lack of self-confidence. Efforts to increase the resilience of parents who have children with special needs are carried out by conducting individual counseling, firstly, with a personal approach to the client (student) which is carried out face to face between the counselor and the client. Second, providing material about the importance of resilience for students who will later be more aware and think again about the dangers posed if they are continuously haunted by feelings of anxiety and a lack of gratitude to Allah SWT. The results of the analysis show that in the implementation stage of patient therapy using Sufistic techniques is the first The counselor carries out a counseling method with a reality approach, in this counseling a personal approach is taken to the client, carried out face to face and this approach is a desire to establish closeness with the client, then provide solutions to solve the problems faced. Second, providing motivation is the same as providing coaching by providing material to clients. This coaching uses material on the importance of resilience for parents who have children with special needs and after that the final step is relaxation which aims to reduce anxiety and relax the mind so that it will be better.

Keywords: Resilience, Santri, and patient therapy

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah Nya, sehingga dalam rangka menyelesaikan program sarjana strata (S.1) penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Terapi Sabar dengan teknik Sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al Ghozaly Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi”. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa risalah Islam, sehingga dapat menjadi bekal hidup bagi umat manusia. Dalam menyusun skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan sarana sarana dari berbagai pihak sehingga penelitian skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuannya, khususnya yang terhormat :

Skripsi ini telah penulis susun yang tentunya tak luput dari bantuan beberapa pihak. Penulis berterimakasih atas segenap dukungan serta bantuan yang telah diberikan kepada :

1. Dr. H. Ahmad Munib Syafa’at, Lc.,M.E.I. Selaku Rektor Universitas KH. Mukhtar Syafa’at Blokagung Banyuwangi
2. Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafa’at Blokagung Banyuwangi
3. Halimatus Sa’diah, S.Psi., M.A. selaku Ka. Prodi Bimbingan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafa’at Blokagung Banyuwangi
4. Masnida, M.Ag. Selaku Dosen Pembimbing dalam proses penyelesaian skripsi
5. Pimpinan lembaga penelitian yang sudah berkenan untuk mengalirkan informasi kepada peneliti guna menyelesaikan penelitian
6. Bapak dan ibuk yang senantiasa memberikan semangat
7. Serta teman-teman mahasiswa UIMSYA terkhusus teman-teman prodi BKI

Daftar isi

Cover.....	I
Cover dalam	II
Halaman Prasyarat Gelar Lembar.....	III
Persetujuan Pembimbing Lembar.....	IV
Pengesahan Penguji Halaman.....	V
Motto dan Persembahan.....	VI
Pernyataan Keaslian Tulisan.....	VII
Abstrak	VIII
Abstrak.....	IX
Kata Pengantar.....	X
Daftar Isi.....	XI
Daftar Tabel.....	XII
Daftar Gambar.....	XIII
Daftar Lampiran.....	XIV
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	7
C. Masalah Penelitian.....	8
D. Manfa'at Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	10
B. Penelitian Terdahulu.....	20
C. Alur Pikir Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32

C. Kehadiran Peneliti.....	32
D. Informan Penelitian.....	33
E. Data dan Sumber Data.....	34
F. Prosedur Pengumpulan Data.....	35
G. Keabsahan Data.....	38
H. Analisis Data.....	40

BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN

A. Gambaran Umum Penelitian.....	43
B. Verifikasi Data Lapangan.....	45

BAB V PEMBAHASAN

A. Analisis Proses Pelaksanaan Terapi Sabar dengan Teknik Sufistik untuk meningkatkan resiliensi.....	48
B. Analisis peranan dan hasil dari Pelaksanaan Terapi Sabar dengan Teknik Sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al Ghozaly.....	58

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan.....	59
B. Implikasi Penelitian.....	60
C. Keterbatasan Penelitian.....	61
D. Saran.....	61
E. Daftar Pustaka	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 penelitian terdahulu.....	28
Tabel 1.2 data informan penelitian.....	34
Tabel 1.3 pedoman wawancara.....	37
Tabel 1.4 perbandingan kondisi konseli.....	42
Tabel 1.5 kesesuaian penelitian.....	54
Tabel 1.6 hasil perbandingan.....	58

DAFTAR GAMBAR

- 2.1 Gambar kepala asrama memberi nasihat kepada warga asrama Al Ghozaly
- 2.2 Gambar peneliti sekaligus konselor sedang mewawancarai konseli
- 2.3 Gambar kegembira'an warga asrama Al Ghozaly
- 2.4 Gambar makan bersama kamar G.05 asrama Al Ghozaly

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat pengantar penelitian

Lampiran 2 Surat telah melaksanakan penelitian

Lampiran 3 Pernyata'an keaslian penelitian

Lampiran 4 Pedoman wawancara

Lampiran 5 Dokumentasi penelitian

Lampiran 6 Kartu bimbingan

Lampiran 7 Biodata penulis

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan itu pada dasarnya bagaikan roda yang berputar, terkadang di atas terkadang di bawah, terkadang menyenangkan dan terkadang pula menyedihkan. Sesungguhnya dunia ini merupakan darul bala' (tempat ujian) karena sudah menjadi ketetapan Allah bahwa setiap manusia akan mendapat ujian dan cobaan baik berupa ujian keburukan maupun ujian kebahagiaan, hal tersebut semata dilakukan Allah untuk mengetahui amal baik manusia semasa hidupnya.¹

Kehidupan seorang penimba ilmu juga banyak ujian didalamnya dimulai dari ujian ekonomi, sosial dan musibah. Mereka adalah seorang pelopor bagi masyarakat yang seharusnya bisa mencontohkan bahwa semua masalah itu datang dari Tuhan dan akan kembali padaNYA, dalam artian semua musibah itu kan selesai jika terima dengan lapang dada, namun pada realitanya santri masih kurang bisa menyelesaikan masalah dengan baik, terkadang mereka masih belum bisa menerima masalah yang datang, seperti halnya tersulut emosi sehingga berkata kasar, mogok kegiatan, yang pada dasarnya itu tidak menyelesaikan masalah, malah menambah masalah. Seperti halnya perilaku yang di gambarkan oleh warga asrama Al Ghozali ketika menghadapi masalah, mereka terbiasa meluapkan masalah mereka dengan berkata kotor, mencaci maki, kabur

¹ Departemen agama RI, Al-Qu'an dan Terjemah al- jumanatul 'ali, QS. Al-Mulk (67): 2 (Bandung: CV J-art, 2004), 562.

dari pondok, mogok kegiatan, dan selainnya perilaku yang tidak menyelesaikan masalah, bahkan menimbulkan masalah baru.

Prilaku kejahatan dalam dunia pondok pesantren yang dilakukan para santri banyak bermuara pada dirinya yang tidak bisa mengontrol emosi, masalah bukan dicarikan jalan keluar dengan cara baik, tetapi menggunakan cara yang menimbulkan masalah lain.

Masalah yang diterima teman teman santri asrama Al Ghozaly sangat beragam, seperti contoh masalah kehilangan barang, hafalan, ditinggal orang terkasih, sampai tidak naik kelas, semua itu bisa terjadi pada waktu dan tempat yang sama. pada dasarnya ketika seorang santri bisa mengontrol emosi dengan baik, berfikir jernih, semuanya bisa ditangani dengan baik, akan tetapi teman teman santri banyak yang salah dalam menanganinya, seperti contoh ketika barang yang hilang mereka malah mengambil barang orang lain, ketika diolok olok malah berperilaku kasar, hal itu akan menambah masalah baru, bisa saja ditindak keamanan karena ketahuan mencuri, menjadikan dendam karena berkelahi dan sebagainya.

Emosi merupakan gejala kejiwaan yang erat dengan gejala-gejala jiwa lainnya.² Sehingga seringkali gejala-gejala kejiwaan tersebut membuat orang tertekan atau yang disebut dengan stres.³ berbagai permasalahan hidup terjadi kapan saja dan dimana saja tidak memandang usia maupun gender. Konflik dalam kehidupan bisa berasal dari diri sendiri maupun eksternal seperti keluarga, bencana alam, ekonomi, dan lain-lain. Sehingga setiap individu idealnya memiliki kemampuan untuk bertahan dan bangkit

² Tristiadi Ardi Ardani, Psikiatri Islam (Malang: UIN Malang Press, 2008), 125.

³ Tristianoro Safaria, dkk., Manajemen emosi (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 27.

dalam situasi yang sulit agar mampu membangun kekuatan emosional dan psikologikal seseorang. Kemampuan beradaptasi dan bangkit dalam situasi sulit tersebut dinamakan resiliensi.

Konsep resiliensi didasari oleh kapasitas kemampuan individu untuk menerima, menghadapi dan mentransformasikan masalah-masalah yang telah, sedang dan akan dihadapi sepanjang kehidupan individu. Menurut Papalia, resiliensi dapat digunakan untuk membantu individu dalam menghadapi dan mengatasi situasi sulit serta dapat digunakan untuk mempertahankan serta meningkatkan kualitas hidupnya,⁴ sedangkan menurut Reivich dan Shatte, individu yang resilien memiliki beberapa sifat, diantaranya yaitu optimis dimana individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah, serta yakin bahwa berbagai hal dapat berubah menjadi lebih baik selain itu individu terdorong untuk menemukan solusi permasalahan dan terus bekerja keras demi kondisi yang lebih baik.⁵

Adanya resiliensi dalam diri individu dapat membuat individu mampu menghadapi atau melewati keadaan yang tidak menyenangkan (kesulitan) yang ada. Dimana hal tersebut dapat memotivasi diri individu untuk mencari solusi dan terus bekerja keras untuk meningkatkan keadaannya ke arah yang lebih baik. Selain itu, individu yang resilien memiliki kemampuan mengidentifikasi penyebab dari 2

⁴ Widuri, Erlina Listyanti. "Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama." *Humanitas* 9.2 (2012): 147.

⁵ Pratiwi, Salsabila Arum, and Baiq Sandiati Yuliandri. "Anteseden dan hasil dari resiliensi." *Motiva: Jurnal Psikologi* 5.1 (2022):

permasalahan yang akurat. Dengan demikian, resiliensi diri dapat memberikan kontribusi dalam individu berperilaku.⁶

Mendapati kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak bermasalah seperti ini maka sangat beragam reaksi dari orang tua dan dapat diduga bahwa reaksi utama yang paling mungkin ditampilkan oleh para orang tua atau keluarga adalah kekecewaan dan kesedihan serta kebingungan yang mungkin seterusnya akan disusul dengan rasa malu sehingga membuat orang tua memilih untuk bersembunyi bahkan menutup-nutupi keadaan buah hati mereka.

Seperti yang dijelaskan dalam Q.S Asy-Syu'ra ayat 32-35

وَمِنْ آيَاتِهِ الْجَوَارِ فِي الْبَحْرِ كَالْأَعْلَامِ ۚ إِنَّ يَشَأْ يُسْكِنِ الرِّيحَ فَيَظْلِلْنَ رَوَاكِدَ عَلَى ظَهْرِهِ ۚ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّكُلِّ صَبَّارٍ شَكُورٍ أَوْ يُوقِنُ ۖ بِمَا كَسَبُوا وَيَعْفُ عَنْ كَثِيرٍ ۖ وَيَعْلَمَ الَّذِينَ يُجَادِلُونَ فِي آلِئِنَّا مَا هُمْ مِّنْ مُحِيطِينَ

Artinya :Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah kapal-kapal (yang berlayar) di laut seperti gunung-gunung. Jika Dia menghendaki Dia akan menenangkan angin, maka jadilah kapal-kapal itu terhenti di permukaan laut. Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda (kekuasaan)-Nya bagi setiap orang yang banyak bersabar dan banyak bersyukur. atau (Dia akan) menghancurkan kapal-kapal itu karena perbuatan (dosa) mereka, dan Dia memaafkan banyak (dari mereka), dan agar orang-orang yang membantah tanda-tanda (kekuasaan) Kami mengetahui bahwa mereka tidak akan memperoleh jalan keluar (dari siksaan)

Takdir yang menimpa diri kita merupakan tangga untuk mencapai derajat yang lebih tinggi di sisi Allah. Allah akan senantiasa menguji seorang hamba-Nya hingga terlihat siapa yang paling berhak mendapatkan tempat yang terbaik disisi-Nya. Ujian

⁶ Qurrotul Ainiah dan Ari Khusumadewi, "Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Resiliensi Diri (Self Resilience) Siswa", dalam Jurnal BK Unesa, Vol. 9, No. 1, 2018, 64.

diberikan untuk memilih yang terbaik untuk mendapatkan tempat yang terbaik. Perlu stamina yang kuat dan persiapan yang baik untuk dapat menyelesaikan segala bentuk ujian.⁷

Seseorang yang memiliki tingkat resiliensi yang rendah akan cenderung membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mampu menerima segala cobaan yang datang dan sebaliknya jika tingkat resiliensi seseorang itu tinggi maka akan cenderung lebih kuat dan segera bangkit dari keterpurukan serta berusaha mencari solusi terbaik untuk memulihkan keadaannya. Hal ini berkaitan dengan faktor resiko dan faktor protektif yang dimiliki oleh seseorang dalam menghadapi kondisi-kondisi sulit dalam hidupnya.⁸

Santri yang mampu mengontrol masa-masa sulitnya bisa dikatakan santri yang sehat mentalnya, dia dapat menjalani kehidupan sehari-hari dengan santai tanpa adanya kebingungan dan ketakutan, begitu juga sebaliknya santri yang tidak mampu mengontrol masa-masa sulitnya bisa dikatakan santri yang kurang sehat mentalnya, tentunya dalam menjalani kehidupan sehari-hari selalu dihantui rasa bingung dan takut karena masalah yang ia jalani belum bisa terselesaikan, jalan yang harus diterima santri pada masa-masa seperti itu adalah sabar, sabar bisa mengendalikan diri santri dan menyadarannya bahwa setiap masalah datangnya dari yang maha kuasa, Melalui kesabaran manusia dapat memperoleh ketenangan dalam menghadapi setiap ujian.⁹ karena dengan kesabaran manusia dapat yakin bahwa setiap cobaan yang diberikan Allah pasti akan ada hikmah yang sangat besar dibalikny. Berikut ini hadis Rasulullah tentang sabar:

⁷ Artikel BKD. D.I. Yogyakarta, Kiat Menghadapi Musibah, 2018.

⁸ Siti Mumun Muniroh, "Dinamika Resiliensi Orang Tua Anak Autis", Vol. 7, No. 2, 2012, 2.

⁹ Musthafa Kumpulan Syaikh Ibrahim Haqqi, Dahsyatnya energi sabar (Solo: Multazam, 2013), 23.

حَدَّثَنَا يُونُسُ حَدَّثَنَا لَيْثٌ عَنْ يَزِيدَ عَنْ عَمْرِو مَوْلَى الْمُطَّلِبِ عَنْ عَاصِمِ بْنِ عُمَرَ بْنِ قَتَادَةَ عَنْ
مَحْمُودِ بْنِ لَبِيدٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِذَا أَحَبَّ اللَّهُ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ فَمَنْ صَبَرَ فَلَهُ
الصَّبْرُ وَمَنْ جَزِعَ فَلَهُ الْجَزَعُ

Artinya, “Telah bercerita kepada kami Yunus telah bercerita kepada kami Laits dari Yazid dari 'Amru, budak Al Muththallib dari 'Ashim bin 'Umar bin Qatadah dari Mahmud bin Labid bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Sesungguhnya Allah 'azza wajalla bila mencintai suatu kaum, Ia menguji mereka maka barangsiapa yang bersabar maka baginya kesabaran dan barangsiapa yang berkeluh kesah maka baginya keluh kesah.” (HR.AHMAD - 22525)¹⁰

Hadis tersebut menunjukkan bahwa ujian yang diberikan Allah kepada hambanya merupakan bukti akan kecintaan Allah kepada hambanya. Oleh karena itu, sabar merupakan salah satu akhlaq mulia yang sebaiknya dimiliki setiap muslim. Sahabat Ali bin Abi tholib berkata, “ketahuilah! sabar bagi iman laksana kepala bagi tubuh. Saat kepala putus, terpisahlah jasad”.¹¹

Sehingga untuk mengatasi problem santri tersebut, akan dilakukan terapi sabar yakni dengan menitik beratkan pada proses berfikir santri{konseli}dalam menghadapi kenyataan, sehingga diharapkan dapat mengatasi secara konstruktif dan efektif pada seorang santri yang dirinya mengalami permasalahan. Dengan menumbuhkan kesabaran dalam diri konseli tersebut, maka konseli mampu tetap tenang dalam menghadapi kenyataan yang terjadi.

Untuk mencapai tujuan dari diberikannya terapi sabar, maka teknik yang digunakan pada terapi ini melalui teknik sufistik (takhalli, tahalli, tajalli) dengan menyadarkan diri melalui sholat, menumbuhkan pola pikir rasional bahwa setiap

¹⁰ Lidwa Pustaka i, software 9 kitab imam hadist offline, Hadis riwayat Ahmad no 22525.

¹¹ Musthafa Syaikh Ibrahim Haqqi, Dahsyatnya energi sabar (Solo: Multazam, 2013), 42.

manusia akan kembali pada pemiliknya, serta mengajak berdzikir untuk menumbuhkan keimanan pada diri konseli agar konseli merasa tenang dan yakin bahwa masalah yang terjadi sesuai kadar kemampuannya.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka peneliti bermaksud melakukan penelitian konseling dengan judul, “Terapi Sabar dengan Teknik Sufistik (Takhalli, Tahalli, Tajalli) untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al Ghozali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi” yaitu dengan mengamati masalah yang muncul pada seorang santri sebelum diberikan terapi sabar dan mengatasi masalah yang dialami santri tersebut dengan memberikannya terapi sabar.

B. Fokus Penelitian

Dari permasalahan yang telah dipaparkan dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana proses terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al ghozali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi
2. Bagaimana peranan terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al ghozali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan diatas maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui proses terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al ghozali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi
2. Mengetahui peranan terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al ghozali Pondok Pesantren Darussalam Banyuwangi

D. .Manfa'at Penelitian

1. Manfa'at praktis

hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pedoman bagi konselor dalam usahanya untuk membina akhlaqul karimah pada pribadi muslim, dalam upaya memaknai setiap musibah hidup sehingga mampu mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Selain itu penelitian ini juga dapat sebagai bahan rujukan dalam penerapan spiritual choacing di lingkungan podok pesantren ketika terjadi permasalahan pada diri santri

2. Manfa'at teoritis

hasil peneitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

- a. Program strata 1 (S-1) Bimbingan dan Konselig Islam UIMSYA untuk dijadikan sebagai koleksi referensi serta sebagai sumber kajian bagi para mahasiswa.

- b. Penulis sebagai tambahan pengalaman serta wawasan keilmuan dalam membantu konseli meningkatkan resiliensi yang timbul ketika menghadapi musibah dalam kehidupannya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Terapi sabar

Menurut Imam al-Ghazali sabar merupakan ciri khas manusia, sedangkan Binatang tidak memerlukan sifat sabar karena binatang diciptakan tunduk terhadap hawa nafsu, bahkan hawa nafsulah satu-satunya yang mendorong binatang untuk bergerak atau tetap diam, dan binatang juga tidak punya kekuatan untuk menolak hawa nafsunya. Sedangkan malaikat tidak memerlukan sifat sabar karena memang malaikat tidak memiliki hawa nafsu yang harus dikendalikan.

Secara psikologis sabar adalah mekanisme pertahanan yang dinamis untuk mengatasi ujian yang menimpa manusia sebagai hamba dan sekaligus sebagai khalifah di muka bumi. Firman Allah dalam Qs. Ai-Baqarah ayat 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ
الصَّابِرِينَ

Artinya: Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar

Sedangkan menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah sabar berartimenahan diri dari rasa gelisah, cemas, dan amarah, menahan lidah dari keluh kesah, menahan

anggota tubuh dari kekacauan perbuatan dan tindakan. Sedangkan menurut Mubarak, sabar adalah tabah hati tanpa mengeluh dalam menghadapi godaan dan rintangan dalam jangka waktu tertentu dalam rangka mencapai tujuan.

Dzunnun al-Misri, dalam bukunya Ashad Kusuma Djaya berpendapat bahwa sabar artinya menjauhi larangan, bersikap tenang ketika menghadapi cobaan, serta menampilkan sikap tidak membutuhkan meskipun dalam kondisi tidak memiliki apapun¹²

Diantara indikator penting terciptanya kesehatan mental pada diri seseorang yakni menanggung beban berat kehidupan, tegar menghadapi berbagai krisis, dan sabar menanggung berbagai cobaan, sehingga tidak menjadi melemah dan putus harapan ketika menghadapi berbagai cobaan.¹³

Kesabaran ibarat pakaian dalam yang menempel pada hati, karena dapat memberikan pengaruh dan efek langsung pada hati. Sehingga kesabaran akan mewujudkan kondisi dalam hati yang dapat bertahan, tabah dan tidak mudah mengeluh terhadap berbagai macam kesulitan dan tekanan dalam hidup¹⁴

Maka dapat disimpulkan bahwa terapi sabar merupakan metode penyembuhan dengan menanamkan ketenangan dalam jiwa individu, sehingga ia tidak lagi berkeluh kesah atas cobaan yang menimpa kepada selain Allah, karena ia menyadari bahwa setiap cobaan hidupnya merupakan takdir Allah.

a. Jenis jenis sabar

¹² Ashad Kusuma Djaya, *Akhlaq Menggapai Makrifat* (Yogyakarta: Kreasi Kencana, 2016), 78

¹³ Muhammad Utsman Najati, *Edisi Indonesia: Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi* (Jakarta: Mustaqim, 2003), 377

¹⁴ Muhammad Taqi Mishbah Yazdi, *22 Nasihat Abadi Penghalus Budi* (Jakarta: Citra, 2012) ,60.

1) Jenis Sabar Menurut Konteksnya

- a) *Al-Shabru 'ala al-Thaa'ah*, yaitu sabar dalam ketaatan. Kesabaran seperti ini dilakukan secara istiqomah (terus menerus) dalam menjalankan ketaatan kepada Allah, termasuk dalam menggapai cita-cita yang mendekatkan diri kepada Allah dan memberikan manfaat kepada sesama.
- b) *Al-Shabru 'an al-ma'shiyyah*, yaitu sabar menjauhi maksiat. Kesabaran seperti ini dilakukan dengan cara mujahadah dengan bersungguh-sungguh dalam memerangi hawa nafsu.
- c) *Al-Shabru 'ala al-Mushibah*, yaitu sabar saat tertimpa musibah. Kesabaran seperti ini dilakukan ketika tertimpa musibah atau kemalangan.

2) Jenis Sabar Menurut Subjeknya

- a) Kesabaran badany ikhtiyary, kesabaran anggota badan secara sukarela. Seperti halnya sabar dalam menjalankan puasa, sholat, haji dan sebagainya.
- b) Kesabaran badany dharury, kesabaran anggota badan secara terpaksa. Seperti sabar merasakan sakitnya dipukul, merasakan musibah fisik, kepanasan, kedinginan dan lain sebagainya.
- c) Kesabaran nafsany ikhtiyary, kesabaran jiwa secara sukarela. Misalnya kesabaran untuk mencintai sesuatu yang diberikan Allah meskipun semula ia tidak menyukainya.

- d) Kesabaran nafsany dharury, kesabaran jiwa secara terpaksa. Misalnya kesabaran jiwa ketika dipaksa harus berpisah dengan orang terdekatnya.¹⁵

b. Membangun sikap sabar

Memohon kesabaran kepada Allah merupakan bagian dari proses untuk bisa menjalani hidup dengan sabar, karena kesabaran merupakan karunia Allah yang amat besar. Adapun usaha yang dapat dilakukan untuk membangun pribadi sabar yakni:

- 1) Berdo'a kepada Allah sebagaimana doa orang-orang mukmin ketika menghadapi orang-orang kafir:

Artinya, "Tatkala Jalut dan tentaranya telah nampak oleh mereka, merekapun (Thalut dan tentaranya) berdoa: "Ya Tuhan Kami,tuangkanlah kesabaran atas diri Kami, dan kokohkanlah pendirian Kami dan tolong menolonglah Kami terhadap orang-orang kafir. "

- 2) Menyadari bahwa Allah selalu menguji hamba-Nya, sehingga sebagai orang yang beriman hendaknya selalu siap untuk menghadapi ujian dari Allah tersebut dengan kesabaran (QS. Al-Anbiyaa' (21): 35)Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً ۖ وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ

Artinya: Setiap yang bernyawa akan merasakan kematian. Kami menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan. Kepada Kami lah kamu akan dikembalikan. Al-Anbiyā' [21]:35

¹⁵ Ashad Kusuma Djaya, Akhlak Menggapai Makrifat, (Yogyakarta: Kreasi Kencana, 2016), 82-88

- 3) Menyadari bahwa Allah tidak akan membebani manusia di luar kemampuannya.(QS. Al-Baqarah (2): 186) Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

Artinya :Apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu (Nabi Muhammad) tentang Aku, sesungguhnya Aku dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila dia berdoa kepada-Ku. Maka, hendaklah mereka memenuhi (perintah)-Ku dan beriman kepada-Ku agar mereka selalu berada dalam kebenaran. Al-Baqarah [2]:186

- 4) Menyadari setelah kesulitan maka akan datang kemudahan (QS. Al-Insyiraah (94); 5-8) Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ إِلَىٰ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا ۖ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ نَهَارًا وَلَيْلًا وَجَمِيعًا

Artinya : Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.

- 1) Menyadari dalam cobaan ada karunia Allah (QS. Al-Baqarah (2):

155- 157)¹⁶

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ۗ
وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ عَلَيْهِمُ صَلَواتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ

Artinya: “(155) Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar,

¹⁶ Ashad Kusuma Djaya, Akhlak Menggapai Makrifat, (Yogyakarta: Kreasi Kencana, 2016), 100.

(156) (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: “*Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji‘ūn*” (sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya hanya kepada-Nya kami akan kembali). (157) Mereka itulah yang memperoleh ampunan dan rahmat dari Tuhannya dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk.”

2. Teknik sufistik

a. Pengertian sufistik

Kata sufisme dalam literatur barat khusus dipakai untuk mistisme islam atau mistik yang tumbuh dalam islam. Sedangkan keagamaan yang bersifat mistik dalam islam disebut tasawuf dan oleh kaum orientalis disebut sufisme. Sehingga yang disebut dengan istilah sufisme hanya dipakai untuk mistisme dalam islam.¹⁷

Menurut Subandi dalam buku Bimbingan Penyuluhan Islam yang ditulis Isep Zainal Arifin, metode dan teknik terapi dalam psikoterapi islam didasarkan pada Al-Qur'an, hadist dan hasil ijtihad. Adapaun pembagian metode dan teknik terapi itu ada beberapa fase, antara lain: takhalli, tahalli, dan tajalli.¹⁸ Hal itu selaras dengan tahapan dalam teknik yang ada pada tasawuf akhlaki yang dikembangkan oleh kaum sufi.

1) *Takholi*

Takhalli merupakan langkah untuk membersihkan hati dari berbagai dosa, sifat tercela, dan penyakit hati yang tertanam dalam hati. Sehingga cara yang dapat dilakukan adalah dengan membersihkannya dari kotoran-

¹⁷ Samsul Munir Amin, Ilmu Tasawuf, (Jakarta: Amzah, 2012), 1.

¹⁸ Isep Zainal Arifin, Bimbingan Penyuluhan Islam (Jakarta: Rajawali Press, 2009, 42.

kotoran, karena jika tidak segera dibersihkan kotoran-kotoran tersebut akan menebal dan sulit untuk dibersihkan¹⁹

Adapun teknik yang digunakan antara lain²⁰

- a) Teknik pengendalian diri
- b) Teknik pengembangan kontrol diri melalui puasa dan teknik paradok (kebalikan)
- c) Teknik pembersihan diri melalui teknik zikrullah, teknik puasa dan teknik membaca Al-Qur'an
- d) Teknik penyangkalan diri

2) *Tahalli*

Tahalli merupakan upaya mengisi atau menghiasi diri dengan jalan membiasakan diri dengan sikap, perilaku, dan akhlak terpuji. Tahapan ini oleh kaum sufi dilakukan setelah jiwa dikosongkan dari akhlak-akhlak jelek. Pada tahapan tahalli ini kaum sufi berusaha agar setiap gerak perilaku selalu berjalan diatas ketentuan agama, sehingga tahap ini merupakan tahap pengisian jiwa yang kosong karena ketika kebiasaan lama ditinggalkan maka harus segera diisi dengan satu kebiasaan baru yang baik²¹

Adapun teknik yang digunakan pada tahap ini ialah:²²

- a) Teknik internalisasi Asmaul Husna (penghayatan terhadap nama-nama Allah)

¹⁹ Muhammad Syafi'ie el Bantanie, *Terapi Mencerdaskan Hati*, (Jakarta: Gramedia, 2002), 29.

²⁰ Isep Zainal Arifin, *Bimbingan Penyuluhan Islam* (Jakarta: Rajawali Press, 2009), 42.

²¹ M Solihin dan Rosihon Anwar, *Ilmu Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2011), 113.

²² Isep Zainal Arifin, *Bimbingan Penyuluhan Islam* (Jakarta: Rajawali Press, 2009), 42.

- b) Teknik menteladani Rasulullah
- c) Teknik pengembangan hablum minannas, karena pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang tidak akan bisa berdiri sendiri

3) Tajalli

Tahap ini disebut juga yaitu tahap peningkatan hubungan dengan Allah sehingga setiap ibadah yang dilakukan manusia sebagai makhluk tidak hanya bersifat ritual, namun juga bersifat spiritual. Selain itu pada tahap ini manusia diajarkan bagaimana memunculkan sifat illahiyah dalam batasan-batasan kemanusiaan.²³

b. Tahapan tahapan teknik sufistik

Berikut ini langkah-langkahnya untuk menerapkan terapi sabar dengan teknik sufistik (takhalli, tahalli, tajalli), antara lain:

- 1) Takhalli, yakni bertujuan untuk membersihkan dan mengobati jiwa dari segala kotoran dan kegelisahan, teknik yang digunakan antara lain:
 - a) Berwudlu terlebih dahulu, karena berwudlu merupakan sarana pembersih jiwa yang dimulai dari bagian luar tubuh hingga bagian rohani dalam diri kita kemudian membaca do'a setelah wudlu

²³ Isep Zainal Arifin, Bimbingan Penyuluhan Islam (Jakarta: Rajawali Press, 2009, 42

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَهْلُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ. وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ

وَرَسُولُهُ. اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَّابِينَ. وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَطَهِّرِينَ.

وَاجْعَلْنِي مِنْ عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ.

Artinya: “Aku bersaksi tiada Tuhan melainkan Allah dan tidak ada yang menyekutukan bagi-Nya. Dan aku bersaksi bahwa Nabi Muhammad Saw adalah hamba-Nya dan utusan-Nya. Ya Allah jadikanlah aku yang ahli taubat dan jadikanlah aku orang yang suci dan jadikanlah aku dari golongan orang-orang yang Sholeh”

Berwudhu dilakukan guna untuk menguatkan iman dan menghapuskan dosa. Sebagaimana dalam Al-Qur’an surat Al-Baqarah ayat 22

الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ فِرَاشًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً ۖ وَأَنزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ

بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ ۚ رِزْقًا لَّكُمْ ۚ فَلَا تَجْعَلُوا لِلَّهِ أَندَادًا وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ

*Artinya: “Dialah yang menjadikan bumi sebagai hamparan bagimu dan langit sebagai atap, dan Dia menurunkan air (hujan) dari langit, lalu Dia menghasilkan dengan hujan itu segala buahbuahan sebagai rezki untukmu; karena itu janganlah kamu Mengadakan sekutu-sekutu bagi Allah, Padahal kamu mengetahui”.*²⁴

- b) Melakukan sholat taubat, dan berdo’a kepada Allah atas segala kesalahan serta dosa yang telah dilakukan seperti sikap kemurungan dan kesedihan yang berlebihan setelah mendapatkan musibah. Melalui sholat tersebut manusia dapat mendekatkan diri kepada Allah, sehingga dapat membersihkan

²⁴ Departemen agama RI, Al-Qu’an dan Terjemah al- jumanatul ‘ali, QS. Al-Baqarah (2): 22 (Bandung: CV J-art, 2004), 4

diri dari dosa-dosa yang disebabkan karena kegelisahan dan lain sebagainya. Hal itu sebagaimana firman Allah dalam surat Thahaa:14.

Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي

*Artinya: “Sesungguhnya aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, Maka sembahlah aku dan dirikanlah shalat untuk mengingat aku”.*²⁵

2) Tahalli

yakni bertujuan untuk mengembangkan dan menumbuhkan sifat-sifat yang baik, teknik yang digunakan antara lain:

- a) Menteladani kisah Rasulullah yang juga di tinggalkan wafat putranya, serta hadis Rasulullah yang menjanjikan surga bagi orang tua yang sabar ketika di tinggal wafat anaknya. Artinya: “Telah menceritakan kepada kami Qutaibah bin Sa'id; Telah menceritakan kepada kami 'Abdul 'Aziz yaitu Ibnu Muhammad dari Suhail dari Bapakny dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda kepada para wanita Anshar: "Tidaklah salah seorang dari kalian ditinggal mati oleh tiga orang anaknya, lalu ia sabar dan mengharap pahala dari Allah, kecuali pasti ia akan masuk surga." Lalu berkatalah seorang wanita dari

²⁵ Departemen agama RI, Al-Qu'an dan Terjemah al- jumanatul 'ali, QS. Al-Thahaa (20): 14 (Bandung: CV J-art, 2004),313

mereka; "Bagaimana jika dua orang saja?" Rasulullah bersabda: Meskipun dua orang". (HR.Muslim)²⁶

- b) Memperbaiki kebiasaan yang dianggap kurang baik seperti kembali menjalankan sholat tepat pada waktunya, menjalankan sholat sunnah dan memperbanyak membaca Al-Qur'an. Sehingga dapat meningkatkan spiritual individu sebagai makhluk kepada sang kholiq

3. Resiliensi

a. Pengertian resiliensi

Resiliensi adalah sebuah proses interaktif kompleks yang melibatkan berbagai karakteristik individu, keluarga, maupun lingkungan masyarakat yang lebih luas, resiliensi juga dipandang sebagai fenomena yang bersifat "fluid" antarwaktu, Meichenbaum. Individu mungkin resilien pada suatu tahap perkembangan, namun tidak pada tahap perkembangan yang lain. Terkait dengan hal tersebut, faktor protektif yang berperan penting di dalamnya pun bervariasi antar tahap perkembangan. Resiliensi meliputi kualitas pribadi yang memungkinkan individu untuk bangkit ketika menghadapi kesulitan.

Kemampuan untuk mengatasi rasa sakit dan mentransformasikan diri, atau kapasitas untuk memelihara kondisi (diri) agar tetap berfungsi secara kompeten dalam menghadapi berbagai stres dalam hidup, mengutip definisi dari beberapa ahli dan menyimpulkan bahwa resiliensi merupakan proses dinamis dimana individu menunjukkan fungsi adaptif dalam menghadapi adversity yang

²⁶ Lidwa Pustaka i, software 9 kitab imam hadist offline, Hadis riwayat Muslim no 476

berperan penting bagi dirinya. Sedangkan menurut Werner hasil perkembangan yang baik pada individu dengan status yang beresiko tinggi, kondisi yang sembuh dari trauma karena adanya kompetensi yang menetap atau berkelanjutan ketika di bawah kondisi stres. Resiliensi bukan sebuah sifat yang menetap pada diri individu, merupakan hasil yang dinamis antara kekuatan dari luar dengan kekuatan dari dalam diri individu. Resiliensi dalam pengertian ini tidak dilihat sebagai atribut yang pasti atau semata-mata sebuah luaran, namun sebagai sebuah proses dinamis yang berkembang sepanjang waktu.²⁷

Manusia dalam kehidupannya akan mengalami situasi-situasi yang tidak menyenangkan. Keadaan-keadaan yang tidak menyenangkan serta tidak sesuai dengan harapan dapat menimbulkan tekanan tersendiri bagi manusia. Resiliensi disebut sebagai kemampuan untuk “mempertahankan stabilitas psikologis dalam menghadapi stress”. Selanjutnya Fernanda Rojas²⁸ menyatakan resiliensi sebagai kemampuan menghadapi tantangan, resiliensi akan tampak ketika seseorang menghadapi pengalaman yang sulit dan tahu bagaimana menghadapi atau beradaptasi dengannya. Resiliensi secara umum mengarah pada pola adaptasi positif selama atau sesudah menghadapi kesulitan resiko.

Resiliensi adalah ide yang mengacu pada kapasitas sistem dinamis untuk bertahan atau pulih dari gangguan. Demikian pula dengan pendapat Grotberg yang menyatakan bahwa resiliensi adalah kapasitas universal yang mengizinkan seseorang, kelompok atau komunitas untuk mencegah, meminimalisasi atau mengatasi efek yang merusak dari kesulitan. Resiliensi merupakan kapasitas

²⁷ Universitas Psikologi, “Teori Resiliensi dan Pengertian Resiliensi (Resilience) Menurut Para Ahli”, 2020, dalam www.universitaspikologi.com

²⁸

manusia untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan serta diperkuat atau ditransformasikan oleh kesulitan-kesulitan dalam hidup. Hasil positif yang terkait dengan resiliensi adalah pengentasan efek negatif dari stress, peningkatan dalam beradaptasi dan pengembangan keterampilan coping yang efektif untuk menghadapi perubahan dan kesulitan. Oleh karena itu, resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan individu memilih untuk pulih dari peristiwa kehidupan yang menyedihkan dan penuh tantangan, dengan cara meningkatkan pengetahuan untuk dapat adaptif dan mengatasi situasi serupa yang merugikan di masa mendatang. Keye & Pidgeon menambahkan karakteristik manusia yang memiliki resiliensi tinggi adalah cenderung easygoing dan mudah bersosialisasi, memiliki keterampilan berfikir yang baik (secara tradisional disebut intelegensi, yang juga meliputi keterampilan sosial dan kemampuan menilai sesuatu), memiliki orang di sekitar yang mendukung, memiliki satu atau lebih bakat atau kelebihan, yakin pada diri sendiri dan percaya pada kemampuannya dalam mengambil keputusan serta memiliki spiritualitas atau religiusitas.

b. Sumber sumber resiliensi

Hal senada juga dinyatakan oleh Gortberg yang menyatakan bahwa ada tiga sumber resiliensi yaitu I am, I can dan I have. I am adalah sumber resiliensi yang berisi tentang sikap, kepercayaan diri dan perasaan seseorang. Resiliensi dapat ditingkatkan ketika seseorang mempunyai kekuatan yang berasal dari dalam diri sendiri seperti kepercayaan diri, sikap optimis, sikap menghargai, dan empati. I can adalah sesuatu yang dapat dilakukan oleh seseorang seperti kemampuan interpersonal dan memecahkan masalah,

sedangkan I have adalah sesuatu yang dimiliki seseorang yaitu berupa dukungan yang ia miliki untuk meningkatkan resiliensi.

c. Faktor resiliensi

1) Regulasi emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Orang yang resilien akan mengembangkan seluruh kemampuannya dengan baik sehingga dapat membantu mereka untuk mengontrol emosi, atensi, dan perilaku mereka.

2) Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul pada dalam diri.

3) Empati

Empati Menggambarkan bahwa seseorang mampu membaca tanda-tanda psikologis dan emosi dari orang lain. Empati mencerminkan seberapa baik individu mengenali keadaan psikologis dan kebutuhan emosi orang lain.

4) Analisis penyebab masalah

Analisis penyebab masalah Merujuk pada kemampuan seseorang untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab-penyebab dari permasalahan seseorang. Jika seseorang tidak mampu memperkirakan penyebab dari permasalahannya secara akurat, maka dirinya kerap akan membuat kesalahan yang sama.

5) Optimis Individu yang resilien

Optimis individu yang resilien adalah individu optimis, optimis adalah ketika kita yakin bahwa masa depan kita akan lebih baik. Optimis yang dimaksud adalah optimis yang realistis (realistic optimism), yaitu sebuah kepercayaan terwujudnya masa depan yang lebih baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Berbeda dengan unrealistic optimisme dimana kepercayaan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan untuk mewujudkannya. Perpaduan antara optimis yang realistis dan self-efficacy adalah kunci resiliensi dan kesuksesan.

6) Self-efficacy Self-efficacy adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. Self efficacy mempresentasikan sebuah keyakinan untuk mampu memecahkan masalah yang kita alami dan mencapai kesuksesan. Self-efficacy merupakan hal penting untuk mencapai resiliensi. Albert Bandura adalah pioneer dalam penelitian yang terkait dengan self efficacy dan Bandura telah mengkonseptualisasikan self-efficacy sebagai keyakinan individu dalam kemampuan mereka untuk memobilisasi motivasi, sumber daya kognitif dan lembaga untuk melakukan kontrol atas peristiwa tertentu. Self-efficacy adalah konteks yang spesifik dan tampaknya sangat penting ketika individu menghadapi kesulitan. Ketika seseorang memiliki keyakinan yang positif maka hal ini berhubungan dengan peningkatan motivasi dan ketekunan dan kemungkinan peningkatan menolak pikiran negatif tentang kemampuan

sendiri. Oleh karena itu self-efficacy adalah keyakinan bawa seseorang dapat mengatasi masalah yang dialami dalam situasi tertentu dan mampu menghasilkan hasil yang positif. Bandura membagi self-efficacy menjadi beberapa dimensi.

Dimensi tersebut adalah :

- a) Magnitude, yaitu yang berhubungan dengan tingkat kesulitan suatu tugas. Individu yang memiliki self-efficacy yang tinggi akan memiliki keyakinan menghadapi tugas-tugas meskipun memiliki kesulitan yang tinggi.
- b) Generality, adalah dimensi yang berhubungan dengan luas bidang perilaku. Individu yang memiliki self-efficacy tinggi akan memiliki keyakinan bahwa ia mampu menghadapi berbagai macam tugas dan tidak hanya pada tugas-tugas tertentu.
- c) Strength, adalah dimensi yang terkait dengan keyakinan untuk tetap kuat bertahan dalam usahanya menghadapi berbagai macam tugas serta kesulitan-kesulitannya.
- g) Peningkatan aspek positif Resiliensi merupakan kemampuan yang meliputi peningkatan aspek positif dalam hidup. Seseorang yang meningkatkan aspek positif dalam hidup, mampu melakukan dua aspek ini dengan baik, yaitu :
 - mampu membedakan risiko yang realistis dan tidak realistis,
 - memiliki makna dan tujuan hidup serta mampu melihat gambaran besar dari kehidupan. Seseorang yang selalu

meningkatkan aspek positifnya akan lebih mudah dalam mengatasi permasalahan hidup, serta berperan dalam meningkatkan kemampuan interpersonal dan pengendalian emosi.

Keyakinan atau kepercayaan pada diri sendiri mampu meregulasi fungsi diri sebagai manusia dan kesejahteraan emosional mereka melalui pemrosesan kognitif, motivasional, afektif dan proses-proses selektif. Individu yang memiliki keyakinan diri akan dapat menghadapi kesulitan dan mempertahankan keyakinan bahwa mereka mampu melakukan kontrol atas pikiran untuk berusaha lebih dan bertahan dalam usaha-usaha mereka. Mereka lebih mungkin untuk menolak pikiran negative tentang diri mereka sendiri.²⁹

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan sebuah prosesdinamis yang melibatkan peran berbagai faktor individual maupun sosial atau lingkungan, yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi sulit yang menekan atau mengandung hambatan yang signifikan.

B. Penelitian terdahulu

1. Skripsi saudari ernawati yang berjudul “pemikiran Tallal Alie Turfe tentang sabar sebagai terapi meredam gelisah hati implikasinya terhadap kesehatan mental” disemarang tahun 2009 penelitian yang digunakan dalam skripsi ini sama-sama menggunakan konsep sabar sebagai terapi. Hal tersebut

²⁹ Cicilia Tanti Utami dkk, “Self-Efficacy dan Resiliensi : Sebuah Tinjauan Meta-Analysis”, Vol. 25 No. 1, 2017,54-57

menunjukkan bahwa konsep sabar dalam islam memang dapat digunakan untuk mengatasi problematika hidup, sebagaimana dalam pemikiran Tallal Alie Turfe tersebut menjelaskan bahwa dengan sabar maka manusia dapat menahan diri untuk berkeluh kesah ketika musibah dan keburukan menimpanya.

Penelitian skripsi ini menggunakan library research yang mana pada skripsi ini menjabarkan pemikiran Tallal Alie Turfe tentang sabar sebagai terapi meredam gelisah hati sedangkan dalam penelitian yang penulis lakukan menggunakan penelitian kualitatif studi kasus yang mana terapi sabar yang digunakan menggunakan teknik terapi yang berbasis islam untuk meningkatkan resiliensi santri

2. Skripsi saudara musyarofah yang berjudul “Terapi Sabar dengan Teknik Sufistik (Takhalli, Tahalli, Tajalli) untuk Mengatasi Stres Seorang Ibu Akibat Sudden Death pada Anak di Desa Mentaras Dukun Gresik” skripsi ini sama dengan peneliti dalam konteks terapi yang digunakan yakni terapi sabar dengan teknik sufistik ,perbedaanya terletak pada permasalahan dan subjeknya penulis meneliti meneliti teknik sabar dengan teknik sufistik untuk mengatasi stress sedangkan pada skripsi ini terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi,subjeknyapun berbeda,penelitian ini meneliti ibu ibu sedangkan skripsi ini meneliti santri
3. Jurnal yang berjudul “Konseling Kelompok Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa”. ditulis oleh saudara hartuka utami fitri jurnal ini mengulas tentang Intervensi menggunakan pendekatan Cognitive Behavior Therapy,cognitive behavior therapy berorientasi pada

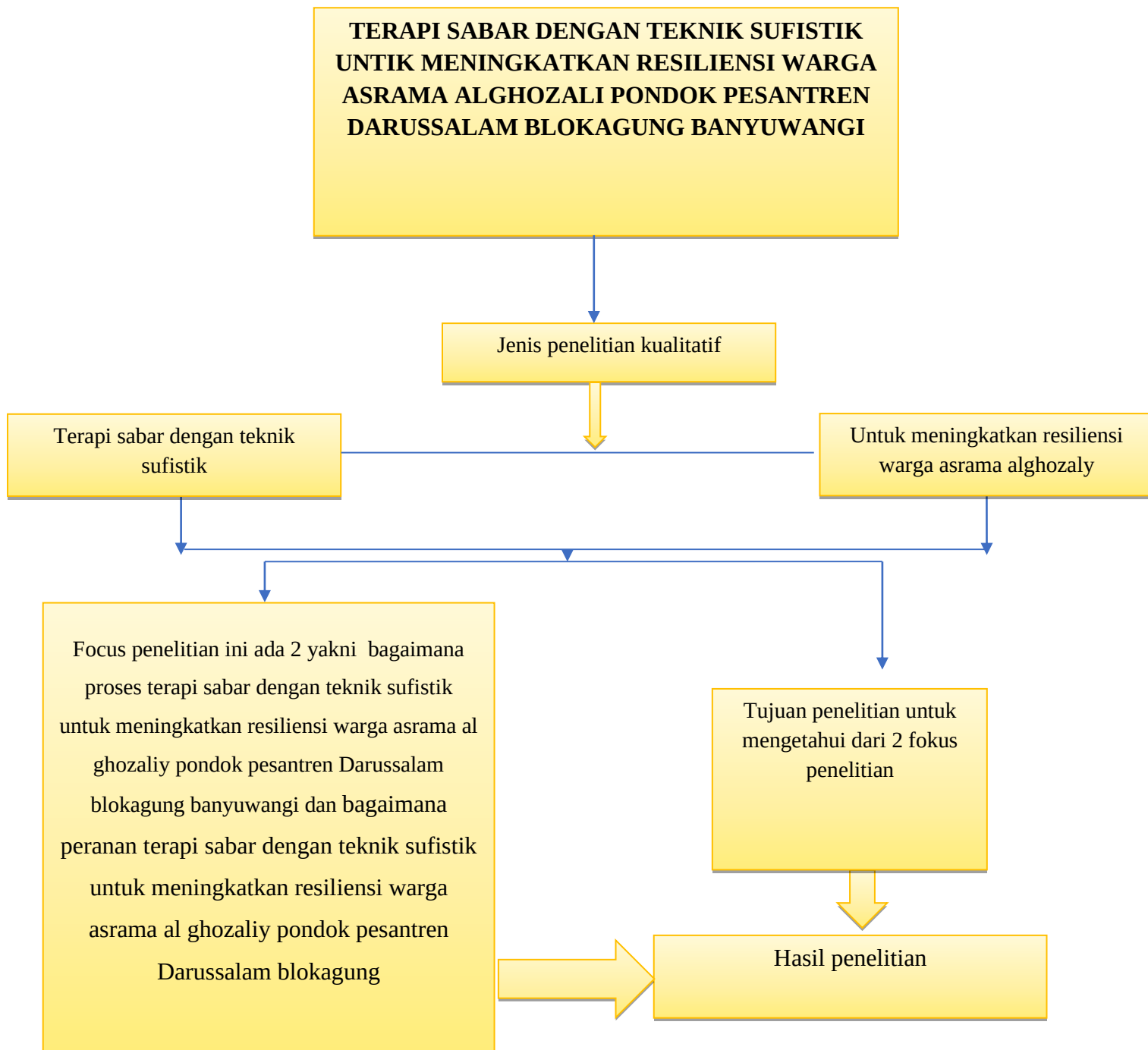
perilaku, membantu mahasiswa mengembangkan kesadaran diri, mengurangi pikiran negatif, meningkatkan harga diri, mengembangkan ketrampilan manajemen stress agar lebih efektif dan menanggulangi berbagai sindrom penyakit mental, dengan tujuan yang sama yaitu untuk meningkatkan resiliensi

Tabel 1.1 penelitian terdahulu

NO	JUDUL PENELITIAN	PERBEDAAN PENELITIAN	PERSAMAAN PENELITIAN
1.	pemikiran Tallal Alie Turfe tentang sabar sebagai terapi meredam gelisah hati implikasinya terhadap kesehatan mental	Penelitian skripsi ini menggunakan library research yang mana pada skripsi ini menjabarkan pemikiran Tallal Alie Turfe tentang sabar sebagai terapi meredam gelisah hati	penelitian yang digunakan dalam skripsi ini sama-sama menggunakan konsep sabar sebagai terapi.
2.	Terapi Sabar dengan Teknik Sufistik (Takhalli, Tahalli, Tajalli) untuk Mengatasi Stres Seorang Ibu Akibat Sudden Death pada Anak di Desa Mentaras Dukun Gresik	perbedaanya terletak pada permasalahan dan subjeknya penulis meneliti meneliti teknik sabar dengan teknik	sekrepsi ini sama dengan peneliti dalam konteks terapi yang digunakan yakni terapi sabar dengan teknik sufistik

		sufistik untuk mengatasi stress	
3.	Konseling Kelompok Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa	jurnal ini mengulas tentang Intervensi menggunakan pendekatan Cognitive Behavior Thheraphy, cognitive behavior therapy berorientasi pada perilaku, membantu mahasiswa mengembangkan kesadaran diri, mengurangi pikiran negatif, meningkatkan harga diri, mengembangkan ketrampilan manajemen stress agar lebih efektif dan menanggulangi berbagai sindrom penyakit mental	Meningkatkan resiliensi pada klien

C. Alur Pikir Penelitian



BAB III

METODDE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Dimana penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian, misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain sebagainya. Secara holistic dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa.³⁰

1. Pendekatan dan jenis penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan deskriptif komperatif. Dimana pendekatan deskriptif merupakan pendekatan dengan menggambarkan secara sistematis, tekstual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau daerah tertentu. Penelitian deskriptif dimaksudkan untuk memberikan ciri-ciri orang tertentu, kelompok-kelompok, atau keadaan-keadaan. Dimana untuk mengumpulkan datanya dapat dilakukan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Penelitian ini akan memberikan informasi mengenai suatu sifat atau gejala pada keadaan tertentu. Sehingga pada penelitian ini berupa kata-kata, tabel, gambar dan bukan angka-angka (kuantitatif)³¹

Adapun jenis penelitian yang digunakan pada peneliti ini menggunakan studi kasus (case study), yaitu penjelasan komperhensif mengenai berbagai

³⁰ Haris Heriansyah, Metodologi Penelitian Kualitatif (Jakarta: Salemba Humanika, 2011), 09.

³¹ S. Margono, Metode Penelitian Pendidikan (edisi revisi) (Jakarta: Rineka Cipta, 1998),35.

aspek individu, suatu kelompok, suatu organisasi, suatu program atau suatu situasi sosial³²

Jadi, pada penelitian kualitatif ini, peneliti menggunakan pendekatan deskriptif-komparatif dengan jenis penelitian studi kasus yang mana pada penelitian ini peneliti akan membandingkan data yang diperoleh sebelum dan setelah proses bimbingan dan konseling islam. Data yang dikumpulkan tersebut mengenai kondisi psikis konseli Ketika mendapat masalah, kehidupan konseli setelah mendapat masalah, proses pelaksanaan terapi sabar, hasil akhir pelaksanaan terapi sabar untuk meningkatkan resiliensi santri. Sehingga data ini setelah diperoleh disajikan dalam bentuk kata-kata, tabel, gambar, dan bukan angka-angka seperti penelitian kuantitatif.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang dilakukan peneliti berada diasrama Al ghozaliy yang bernaung dibawah Yayasan pondok pesantren Darussalam dusun Blokagung kecamatan tegalsari kabupaten Banyuwangi, peneliti mendatangi konseli dikamarnya pada setiap malam jum'at ketika libur kegiatan secara tatap muka

C. Kehadiran Peneliti

Sesuai dengan penelitian kualitatif, kehadiran peneliti di lapangan adalah sangat penting dan diperlukan secara optimal. Peneliti merupakan instrument kunci utama dalam mengungkapkan makna dan sekaligus sebagai alat pengumpul data. Karena itu peneliti juga harus terlibat dalam kehidupan orang-orang yang diteliti sampai pada tingkat keterbukaan antara kedua belah

³² Dedy Mulyana, metode penelitian kualitatif: Paradigma baru ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), 201.

pihak. Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti terjun langsung ke lapangan untuk mengamati dan mengumpulkan data yang dibutuhkan. Peneliti melakukan penelitian di asrama dan kamar konseli, Adapun data-data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah data-data mengenai kehidupan konseli sehari-hari. Hal ini seperti yang dikatakan Moleong bahwa dalam penelitian kualitatif kehadiran peneliti sendiri atau bantuan orang lain merupakan alat pengumpul data utama.

D. Informan Penelitian

Informan dalam penelitian ini adalah para pihak yang terlibat secara langsung dalam pelaksanaan pemberian terapi sabar dengan teknik sufistik. Teknik pemilihan informan dalam penelitian ini adalah menggunakan random sampling. Random sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersamasama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel. Populasi dalam penelitian yang penulis lakukan ialah seluruh santri asrama Al Ghozaly sedangkan sampel penelitian yang penulis pilih ialah beberapa santri kamar G.10 dan G.05 asrama Al Ghozaly Pondok Pesantren Darussalam Blokagung.

Untuk memudahkan dalam pencarian data dan informasi serta untuk lebih jelasnya tentang data informan dalam penelitian ini maka dapat dilihat dalam tabel dibawah ini :

Tabel 1.2 Data Informan Peneliti

NO	KETERANGAN	JUMLAH INFORMAN
1.	TEMAN ASRAMA	1 ORANG
2.	TEMAN SEKOLAH	1 ORANG
3.	PENGURUS ASRAMA	1 ORANG
4.	GURU DINIYYAH	1 ORANG

E. Data Dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data yang bersifat non-statistik, dimana data yang diperoleh nantinya dalam bentuk kata verbal bukan dalam bentuk angka. Adapun jenis data pada penelitian ini adalah:

1. Data Primer

Data primer merupakan data langsung yang diperoleh oleh peneliti yakni kata-kata dan tindakan konseli selama proses wawancara, dan hasil observasi yang dilakukan peneliti kepada konseli. Data primer tersebut, berupa: identitas lengkap konseli, kegiatan keseharian konseli, riwayat kesehatan konseli, dan perilaku keseharian konseli dengan orang sekitarnya, latar belakang dan masalah konseli, proses dilakukannya terapi sabar serta hasil diberikan terapi sabar.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data kedua yang tidak dapat diabaikan, karena data sekunder ini yang menjadi penunjang atau pelengkap dari data primer. Data sekunder tersebut yakni: keadaan lingkungan konseli, buku harian atau

diary konseli dan teori-teori maupun konsep yang berhubungan dengan penelitian ini.

Sumber data adalah subyek dari mana data tersebut dapat diperoleh.

Adapaun sumber untuk memperoleh data-data tersebut yakni:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber data utama dalam penelitian ini. Adapun sumber data primer dalam penelitian ini adalah konseli dan dokumen pribadi konseli.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data pendukung. Sumber data sekunder dalam penelitian ini antara lain adalah teman satu kamar konseli, ketua kamar konseli, tetangga kamar konseli, pengurus asrama yang mengetahui kehidupan konseli, dan buku atau referensi yang perlukan dalam penelitian ini.

F. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah strategis dalam penelitian, tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.³³ Sehingga untuk memperoleh data dan keakuratan informasi yang akan mendukung penelitian ini, penulis melakukan pengumpulan data melalui:

³³ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2012), 224.

1. Pengamatan (*obsevasi*)

Observasi dilakukan ketika penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam serta responden yang di amati tidak terlalu besar.³⁴

Pelaksanaan observasi dalam penelitian ini adalah peneliti mengamati langsung keadaan konseli sebelum dan sesudah diberikan terapi sabar, lingkungan tempat tinggal konseli tepatnya di asrama al ghozaliy pondok pesanten Darussalam, teman konseli. Selain itu, Ketika melakukan pengamatan kepada konseli peneliti menemukan beberapa indikator stres pada diri konseli baik itu yang nampak langsung oleh peneliti maupun informasi dari ketua kamar,teman konseli, maupun tetangga kamar konseli. Setelah melakukan pengamatan tersebut dan memberikan terapi sabar pada konseli peneliti kembali melakukan pengamatan untuk mengetahui secara mendalam perubahan yang terjadi pada konseli setelah diberikan terapi sabar hal itu dilakukan oleh peneliti baik secara langsung maupun melalui informasi dari orang sekitar konseli.

2. Wawancara (*interview*)

Wawancara merupakan suatu proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan konseli, baik dengan atau tanpa menggunakan pedoman wawancara.³⁵

³⁴ Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2012), 145.

³⁵ Burhan bungin, penelitian kualitatif: komunikas, ekonomi, kebijakan publik, dan ilmu sosial lainnya (Jakarta: kencana, 2010), 108.

Informan :
 Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Pendidikan :
 Hari/tanggal Wawancara :
 Tempat Wawancara :

Tabel 1.3 Pedoman Wawancara

NO	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Apakah konseli dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik	
2.	Bagaimana konseli menyikapi teman yang marah	
3.	Apakah cara ibadah konseli sudah baik dan benar	
4.	Bagaimana kondisi keluarga konseli	
5.	Apakah konseli bergaul dengan teman teman yang baik	
6.	Apa yang dilakukan konseli ketika menerima masalah	
7.	Apakah konseli mempunyai riwayat pembulian	

Pelaksanaan wawancara ini dilakukan oleh peneliti kepada beberapa informan yang ada di sekitar konseli di asrama Al Ghazaliy Pondok Pesantren

Darussalam, diantaranya peneliti melakukan wawancara kepada konseli, teman konseli, ketua kamar konseli, tetangga kamar konseli dan pengurus asrama apabila ada yang mengetahui keseharian konseli. Dalam pelaksanaannya wawancara yang dilakukan peneliti yakni secara terstruktur yang awalnya sudah dicatat peneliti pada kertas yang dibawa nantinya maupun dengan wawancara tidak terstruktur yakni secara langsung tanpa menggunakan pedoman wawancara. Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan dengan secara langsung tanpa menggunakan alat bantu seperti telepon dan media sosial.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data yang tidak langsung ditujukan kepada subyek penelitian. Studi dokumentasi ada yang berupa tulisan, gambar dan karya yang berupa tulisan biasanya berupa catatan harian, dan otobiografi atau biografi yang berupa gambar biasanya mengenai foto-foto pribadi.³⁶

Pada penelitian ini, studi dokumentasi yang penelitian peroleh yakni seperti data pelanggaran yg terjadi di pondok pesantren, selain itu emosional konseli yang terekam dalam media sosialnya, selain itu surat keterangan kondisi kesehatan konseli ketika mendapatkan masalah. Dokumentasi tersebut merupakan pelengkap dari data yang peneliti peroleh dari observasi dan wawancara sehingga dengan adanya dokumentasi ini dapat menunjang informasi yang diperoleh oleh peneliti.

³⁶ Saifudin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2007), 34.

G. Keabsahan Data

Sebagai upaya untuk menjamin validitas dan reliabilitas data penelitian, maka penulis melakukan beberapa upaya agar data yang diperoleh dikatakan valid, sehingga data tersebut tidak terdapat perbedaan antara data yang dilaporkan peneliti dengan kenyataan yang terjadi pada obyek di lapangan. Akan tetapi, perlu diketahui bahwa kebenaran realitas data menurut penelitian kualitatif tidak bersifat tunggal, tetapi bersifat jamak dan tergantung pada konstruksi manusia.³⁷

Peneliti sebagai instrumen yang menganalisa data-data yang di peroleh di lapangan, oleh karena itu untuk menghindari kesalahan dalam menyimpulkan data-data tersebut, serta untuk mendapatkan hasil optimal maka peneliti perlu melakukan pemeriksaan kembali data yang telah di kumpulkan, adapun cara-cara untuk memperoleh tingkat keabsahan data tersebut antara lain dengan:

1. Keikutsertaan

Keikutsertaan peneliti sangat menentukan dalam pengumpulan data. Keikutsertaan tidak dilakukan dalam waktu singkat, tetapi memerlukan perpanjangan pada latar penelitian. Peneliti tinggal di lapangan penelitian sampai kejenuhan penelitian tercapai.³⁸

2. Ketekunan pengamatan

³⁷ Sugiyono, Memahami Penelitian Kualitatif (Bandung: CV. Alfabeta, 2014),119.

³⁸ Tohirin, Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling (Jakarta: Rajawali Press, 2013), 72.

Ketekunan pengamatan di lakukan untuk mengetahui ciri-ciri dalam situasi yang relevan dengan persoalan atau isu yang sedang di teliti dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci.³⁹

3. Triangulasi

Triangulasi dapat dilakukan dengan cara membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara, membandingkan data yang diperoleh dari informan pada waktu didapan umum dengan pribadi, membandingkan perkataan orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakan kondisi sepanjang waktu, kemudian penulis juga melakukan perbandingan wawancara dengan isi dokumen yang terkait.⁴⁰

Dalam penelitian ini, peneliti membandingkan data melalui:

- 1) Trianggulasi teknik, yang mana peneliti akan membandingkan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan konseli serta hasil observasi partisipatif yang dilakukan peneliti kepada konseli.
- 2) Trianggulasi sumber, dimana peneliti membandingkan data yang peneliti peroleh dari proses wawancara dengan konseli sendiri, dengan suami konseli, dan dengan keluarga konseli atau tetangga konseli.

Berdasarkan perbandingan-perbandingan tersebut diharapkan dapat meningkatkan pemahaman peneliti terhadap apa yang telah ditemukan, dengan membandingkan data yang peneliti peroleh tersebut nantinya menjadi kekuatan data yang diperoleh sehingga data yang sudah terkumpulkan tersebut dapat diektahui valid atau tidaknya.

³⁹ Lexy J. Moelong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1990),177.

⁴⁰ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatatif* (Bandung: CV Alfabeta, 2014), 85

H. Analisis Data

Analisis data penelitian kualitatif adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milah menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.⁴¹

Sehingga teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan selama dan setelah proses pengumpulan data yang telah diperoleh. Penelitian ini merupakan jenis penelitian studi kasus dimana untuk analisis datanya menggunakan deskriptif-komparatif yakni dibandingkan data yang diperoleh sebelum dan setelah data terkumpul kemudian data-data tersebut diolah dan selanjutnya di analisis.

Analisis yang dilakukan dalam penelitian ini dengan cara membandingkan proses terapi sabar dengan teknik sufistik (takhalli, tahalli, tajalli) untuk meningkatkan resiliensi secara teoritik dan terapi sabar teknik sufistik (takhalli, tahalli, tajalli) untuk meningkatkan resiliensi santri, Selanjutnya untuk mengetahui hasil akhir penelitian ini dilakukan dengan cara membandingkan kondisi yang dialami konseli sebelum diberikan terapi sabar dan setelah diberikan terapi sabar. Adapun untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

⁴¹ Lexy J. Moelong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1988,248.

Tabel 1.4 perbandingan kondisi konseli

Gejala yang tampak pada klien	Gejala yang tampak sebelum proses terapi/konseling		Gejala yang tampak setelah proses terapi/konseling	
	YA	TIDAK	YA	TIDAK
Apakah anda berperilaku tidak seperti biasanya				
Apakah suasana hati anda negative, penuh kecemasan, amarah dan putus asa?				
Apakah anda mempunyai gangguan tidur?				
Apakah anda merasa sangat sensitif, mudah marah dan emosional?				
Apakah anda banyak melakukan kesalahan dalam kegiatan?				
Apakah anda banyak melakukan keputusan-keputusan efektif?				
Apakah anda banyak kehilangan minat terhadap aktifitas yang anda sukai?				
Apakah anda sering merokok?				

Apakah anda merasa keghairahan beraktivitas telah habis?				
Apakah anda mengalami sakit kepala, tengkuk terasa kaku, mulut kering, perut terasa sakit, dada terasa sesak, badan terasa panas, jantung berdebar - debar?				
Apakah anda merasa peningkatan nafsu makan yang berlebihan?				

BAB IV

PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN

A. Gambaran Umum Penelitian

Gambaran penelitian adalah tahapan terakhir yang menjawab penelitian tentang focus masalah, pada bab ini peneliti akan menyajikan hasil yang didapat dari bab-bab sebelumnya, yaitu diambil dengan adanya dokumentasi, wawancara, observasi. Sedangkan focus masalah dalam penelitian ini adalah;

1. Bagaimana proses terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al Ghozali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi.
2. Bagaimana peranan terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al Ghozali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi.

1. Profil singkat pondok pesantren darussalam blokagung

Nama Yayasan : DARUSSALAM

Tanggal Berdiri : 15 Januari 1951

Pendiri : KH. Mukhtar Syafa'at Abdul Ghofur

Pengasuh : KH. Ahmad Hisyam Syafa'at, S.Sos.I, MH

Akte Notaris : Habib Adjie, SH,M.Hum
SK MENKUMHAM : AHU-4237.AH.01.04. Tahun 2010
No. Statistik : 5120. 3510.0012
Bentuk Yayasan : Lembaga Pesantren dan Lembaga Pendidikan

2. Sejarah berdirinya pondok pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi

Pondok pesantren yang didirikan oleh KH. Mukhtar syafa'at yakni pengasuh awal ponpes darussalam merupakan ahli tasawwuf yang terkenal pada zamannya hingga sekarang, dari umumnya orang alim beliau mbah syafa'at{sapa'an masyarakat},mengawali pesantren ini hanya sebuah mushola kecil yang kurang lebih berukuran 34 meter persegi, dengan santri yang berjumlah 7 orang saja. Hal itu dikarenakan masyarakat sekitar masih banyak yang awwam dengan ajaran agama islam, bahkan masyarakat sekitar juga masih didominasi dengan agama hindu. Pesantren yang berkembang melalui lembaga pengajian ini saat sekarang telah memiliki kurang lebih 8000 santri.⁴²

Lembaga pondok pesantren merupakan lembaga berbasis islam yang sangat mashur dikalangan masyarakat indonesia.bukan hanya lembaga pendidikan,didalamnya mengajarkan berbagai ilmu.seperti ilmu rohani,sosial,kemasyarakatan,bahkan keprganisaian.maka dari itu lembaga pondok pesantren adalah lembaga yan sangat dipilih oleh banyak orang,terbukti dengan lembaga ini adalah lembaga terbesar seperti halnya pondok darussalam pondok pesanteren lirboyo misalnya, Yang dimana pesantren ini memulai pengajian yang diikuti santri berjumlah 8 orang saja. Selang waktu 20 tahun jumlah santri yang

⁴² Muhammad Fauzinuddin Faiz, *Mbah Kiai Syafa'at* (pustaka ilmu:maret 2015),42.

mengikuti pengajian ini bertambah menjadi 200 santri, dan bertambah lagi menjadi kurang lebih sekitar 2000 orang pada 10 tahun setelahnya. begitu juga pesantren Ploso di Kediri, yang salah satu proses berkembangnya dibantu oleh program lembaga pengajian yang awal mula santri hanya terdiri 5 orang saja pada tahun 1925 an, yang bertambah menjadi beribu ribu santri.⁴³

Pondok pesantren Darussalam Blokagung Karangdoro Tegalsari Banyuwangi ini didirikan pada tanggal 15 Januari 1951, yang bermula dari mushola kecil berukuran kurang lebih 34 meter persegi yang diberi nama “Darussalam” oleh *Mbah Kiai Syafa’at* dengan harapan semoga kelak bisa menjadi tempat pendidikan masyarakat sampai akhir zaman kelak.

Pembangunan pesantren ini ditindak lanjuti langsung oleh *Mbah Kiai Syafa’at* dan santrinya, selama masa pembangunan *Mbah Kiai Syafa’at* selalu memberi arahan dan pengajaran kepada para santri agar bekerja sesuai kemampuan saja, dan apabila sudah tidak mampu untuk melanjutkan proses pembangunan baru mengundang seorang yang lebih ahli. Perihal tersebut sengaja beliau terapkan kepada santri agar para santri mempunyai bekal dan sudah terampil ketika melakukan pekerjaan secara mandiri.

Adapun pesantren ini telah resmi berbadan hokum dan berbentuk yayasan dengan nama “Yayasan Pondok Pesantren Darussalam”, dengan akte notaris Susanto Adi Purnomo, SH., Nomor 31 tahun 1978.

B. Verifikasi Data Lapangan

⁴³ Muhammad Fauzinuddin Faiz, *Mbah Kiai Syafa’at* (pustaka ilmu:maret 2015), 41.

Masalah merupakan kesenjangan antara apa yang di harapkan dengan realitas yang terjadi, maksudnya adalah terjadinya peristiwa yang mana peristiwa tersebut bertentangan dengan apa yang di harapkan. Sehingga perlu adanya cara untuk mengatasi permasalahan yang menjadi gejala dalam perkembangan kehidupan individu selanjutnya. Ketika masalah tersebut tidak segera diatasi dan dibiarkan berlarut-larut, di khawatirkan dapat menyebabkan timbulnya perilaku-prilaku yang patologis yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada individu sendiri maupun orang lain.

Demikian yang terjadi terhadap santri asrama Al Ghozaly, mereka mempunyai berbagai masalah yang diawali dari satu masalah yang tak terselesaikan dikarenakan kurangnya resiliensi, bermula dari masalah kecil yaitu tidak kerasan dengan kehidupan yang ada dilingkungan pondok pesantren yang tidak dihadapi dan diselesaikan dengan baik, mereka tetap beranggapan bahwa mereka mempunyai kuasa atas dirinya sendiri tanpa sedikitpun berfikir mereka dipondok pesantren bertujuan untuk apa, berawal dari hal itu mulai bermunculan berbagai masalah seperti berkata yang tidak baik, berperilaku tidak semetinya, padahal kegiatan negatif seperti ini sangat merugikan diri sendiri.

Bermuara dari sulitnya untuk menerima keadaan yang seharusnya mereka terima sampai berkelanjutan setiap mereka memiliki suatu masalah mereka tetap beranggapan bahwa merekalah yang paling benar tanpa menyadari bahwa setiap masalah yang dialami datang dari Tuhan dan Tuhan yang akan memberi jalan untuk mereka bisa menyelesaikannya.

M Khirunniam salah satu warga asrama Al Ghozali seorang santri dari kamar G 05, dia menjelaskan bahwa setiap masalah yang di dapat terlalu sulit untuk diterima dan diselesaikan, bahkan sampai terbawa pikir sampai berminggu minggu, hal itu pastinya belum terselesaikan sudah datang permasalahan baru, dimulai dari masalah bahwa dia selalu merasa kekurangan uang saku yang dikirim oleh orang tuanya, dia tidak terima dengan kiriman uang saku karena mengikuti kebebasan teman temannya yang dalam catatan dikirim dengan uang lebih, dia dengan kondisi itu sampai berani menghutang dengan nominal yang dia sendiri tidak bisa melunasinya.

Hutang yang bertumpuk Niam tetap tidak bisa berfikir dengan jernih dan menyelesaikan hutang, dia memberanikan diri berbuat tidak baik dengan mencuri barang milik teman asrama padahal dengan kondisi awal bisa ditangani dengan cara yang lebih mudah sebelum melakukan pencurian, dia terdeteksi oleh pengurus kamar bahwa sering mengambil barang orang lain, tidak cukup sampai disitu ketika niam dinasehati dengan baik dia selalu menyepelkan pengurus dan berkata kasar, dia berkata bahwa ini adalah tindakan yang seharusnya di ambil karena alasan kekurangan biaya untuk kehidupan yang berlebihan di pondok.

Maka berdasarkan deskripsi dan kronologi di atas, akhirnya penulis dapat mengetahui bahwa faktor penyebab kurangnya resiliensi pada khoirunniam ada tiga faktor, yakni pertama karena kurang menerima kiriman uang saku dari orang tua dan selalu merasa kekurangan, kedua karena dia mengikuti ekonomi teman temannya dan beranggapan bahwa hidupnya selalu mengalami musibah, dan ketiga karena kefikiran banyaknya masalah yang diterima sehingga sangat

sulit untuk diselesaikan. Adapun gejala yang sering dialami yaitu sering berkata kotor bebuat seenak sendiri, sering berkelahi dan tidak semangat beraktivitas.

BAB V

PEMBAHASAN

Pada Penelitian ini, konselor menggunakan analisis *deskriptif komparatif* yang melihat bagaimana perilaku konseli secara langsung. Teknik analisa *deskriptif komparatif* yaitu membandingkan proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam di lapangan dengan teori yang digunakan. Selanjutnya untuk mengetahui hasil akhir penelitian ini dilakukan dengan cara membandingkan kondisi stres yang dialami konseli sebelum diberikan terapi sabar dan setelah diberikan terapi sabar.

A. Analisis Proses Pelaksanaan Terapi Sabar Dengan Teknik Sufistik Untuk Meningkatkan resiliensi

Selama melakukan proses konseling dan terapi, peneliti yang juga sebagai konselor telah melakukannya sesuai dengan langkah-langkah pada teori konseling, yaitu mulai dengan identifikasi masalah, dignosis, prognosis, *treatment* dan evaluasi. Sehingga berdasarkan penggunaan langkah dan tahapan konseling tersebut peneliti dapat menjelaskan data dan proses konseling secara deskriptif sebagaimana metode penelitian yang digunakan yakni metode penelitian kualitatif.

Pada langkah pertama, peneliti sebagai konselor ketika memulai mengumpulkan data dengan menggunakan pendekatan kepada konseli dan membangun *repport* dengan orang-orang yang konselor mintai data dan keterangan yakni suami konseli, adik konseli sebagai informan keluarga, teman konseli, dan guru konseli. Hal itu dilakukan konselor dengan tujuan agar konselor dapat berkomunikasi dan dapat diterima dengan baik oleh mereka selaku informan penelitian. Setelah peneliti melakukan pengumpulan data, akhirnya peneliti dapat mengetahui gejala-gejala yang muncul pada diri konseli sekaligus faktor yang menyebabkan gejala-gejala tersebut timbul. Sehingga pada langkah ini, peneliti berhasil melakukan pengumpulan data sebagaimana pada langkah pertama yang ada pada teori bimbingan dan konseling yakni melakukan identifikasi masalah.

Pada langkah kedua yakni peneliti melakukan penilaian terhadap gejala-gejala yang klien alami dan menetapkan jenis masalah klien. maka berdasarkan pengidentifikaasian masalah yang dihadapi klien adalah kurangnya resiliensi . Sebagaimana dalam teori resiliensi merupakan proses dinamis dimana individu menunjukkan fungsi adaptif dalam menghadapi adversity yang berperan penting bagi dirinya.. Dalam hal ini konseli merupakan seorang yang mengalami tekanan dari dirinya sendiri karena pola pikirnya yang belum bias menunjukkan fungsi adaptif dalam menghadapi adversity, tekanan karena banyak masalah yang dialami dirinya sendiri serta tekanan eksternal berupa masalah yang datang selalu ditolak tanpa jalan keluar.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan konselor dengan menggunakan panduan pengukuran gejala stres yang dialami konseli serta

beberapa poin indikator yang di observasi konselor. Dapat diketahui bahwa setelah banyaknya masalah masuk konseli mulai kebingungan, bertindak yang salah, banyak terburu buru dan tidak bersemangat. Hal itu sebagaimana indikator-indikator stres yang terdapat pada yang penulis tuliskan pada bab II, sehingga berdasarkan kesesuaian antara data lapangan yang peneliti peroleh dengan teori yang penulis tuliskan tersebut maka konseli termasuk dalam kategori mengalami stres.

Langkah ketiga, yaitu peneliti sekaligus konselor merencanakan dan merumuskan teknik terapi yang sesuai dan relevan dengan masalah klien. setelah memikirkan dan menganalisa, konselor memutuskan untuk menggunakan terapi sabar kepada klien dengan alasan karena konselor mengetahui bahwa konseli sering berkeluh kesah karena merasa hidupnya di penuh masalah, yang pada akhirnya konseli merasa sedih dengan menangis sendiri dan melamun. Supaya konseli menerima kenyataan (takdir) dalam hidupnya tersebut dengan ikhlas dalam arti tidak lagi mengeluhkan musibah yang dialami dengan kesedihan, maka cara atau teknik untuk melawan kesedihan karena musibah yang dihadapi konseli tersebut konselor menggunakan terapi sabar.

Sebagaimana yang di maksud dengan terapi sabar yang telah penulis cantumkan pada pada bab II, bahwa konsep terapi sabar sendiri merupakan metode penyembuhan dengan menanamkan ketenangan dalam jiwa individu, sehingga pada terapi ini konseli tidak lagi berkeluh kesah atas cobaan yang menyimpannya kepada selain Allah, karena ia menyadari bahwa setiap cobaan hidupnya merupakan takdir Allah. Hal tersebut memiliki kesesuaian dengan tujuan konselor memberikan terapi sabar ketika dilapangan kepada konseli yakni untuk menghasilkan perubahan diri

konseli yang awalnya sering berkeluh kesah menjadi tidak berkeluh kesah, merasa tenang, tidak larut dalam kesedihan dan terutama agar tidak sering melamun

Adapun tujuan terpenting konselor melakukan terapi sabar ini adalah bagaimana caranya konseli dapat menerima musibah yang terjadi dalam hidupnya, hal tersebut apabila dikaitkan dengan teori modern maka tujuan agar konseli dapat menerima kenyataan merupakan bagian dari teori realitas, sebagaimana teori realitas lebih menekankan pada kondisi sekarang bukan masa lalunya, karena pada dasarnya masa lalu setiap orang itu telah tetap dan tidak dapat diubah, dan yang hanya bisa diubah hanya sekarang dan yang akan datang.

Terapi sabar yang diterapkan konselor pada proses bimbingan dan konseling islam ini adalah dengan melandaskan pada teori realitas, hanya saja di dalamnya menggunakan konsep islam yang dikombinasikan dengan teknik terapi berbasis islam yakni *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*. Hal tersebut berkesinambungan dengan maksud konselor memberikan terapi sabar yakni agar konseli memiliki *akhlaqul karimah* dimana *akhlaqul karimah* yang diharapkan adalah perilaku sabar dalam menerima kenyataan berupa musibah yang terjadi dalam hidupnya.

Langkah keempat peneliti memulai melakukan tindakan penyembuhan terhadap klien. Di samping melakukan terapi sesuai dengan teori ahli, peneliti sekaligus konselor juga memberikan nasihat serta motivasi kepada konseli agar konseli dapat menerima kenyataan yang terjadi dalam hidupnya serta menemukan penyelesaian, sehingga konseli dapat berfikir kedepan tanpa berlarut-larut dengan masalah yang dihadapinya kemarin. Hal itu sebagaimana fungsi bimbingan dan konseling islam yakni membantu individu memahami keadaan baik itu situasi atau

kondisi, membantu individu menemukan penyelesaian masalah, dan membantu individu mengembangkan kemampuan serta mengantisipasi masa depannya. Selain itu, selama proses terapi sabar konselor memberikan dorongan kepada klien agar senantiasa berpositif kepada Allah, serta mendorong konseli untuk merelakan anaknya yang sudah meninggal.

Adapun tahapan teknik terapi sabar yang digunakan dalam proses bimbingan konseling islam ini disesuaikan dengan teknik terapi berbasis islam, dimana tahapannya yakni berwudlu dan melakukan sholat taubat merupakan teknik *takhalli*. *Takhalli* sendiri dalam terapi berbasis islam yang bertujuan untuk membersihkan diri konseli. Kemudian memberikan bimbingan dari kisah Rasulullah yang juga ditinggalkan anaknya wafat yang mana anak tersebut juga masih kecil dan mengajak konseli membuat jadwal keseharian ketika dirumah sendiri agar konseli tidak merasa kesepian dan konseli bisa menerima kenyataan yang terjadi dalam hidupnya tanpa berlarut-larut dalam kesedihan, hal itu merupakan teknik *tahalli*. Sebagaimana maksud teknik *tahalli* dalam terapi berbasis islam yakni untuk menumbuhkan sifat-sifat baik dan terpuji. Kemudian tahap teknik terapi selanjutnya yakni mengajak konseli untuk beristighfar serta bersyukur atas nikmat hidup yang diperoleh konseli selama ini meskipun konseli menderita sakit kelainan jantung hal tersebut sesuai dengan tahap *tajalli*. Sebagaimana maksud *tajalli* pada teknik terapi berbasis islam merupakan teknik untuk meningkatkan hubungan dengan Allah.

Langkah terakhir, peneliti selaku konselor mengevaluasi proses pelaksanaan bimbingan dan konseling islam yang telah dilakukan dengan cara membandingkan ada atau tidak adanya perubahan yang diperoleh konseli setelah memperoleh

bimbingan dan konseling islam dengan terapi sabar. Setelah melakukan tahap evaluasi dan peninjauan kembali, konselor telah menjalankan tahap-tahap konseling dan terapi sesuai dengan tahap prognosis dan teori yang ada, sehingga dampak dari kesesuaian teori tersebut konseli mengalami perubahan menjadi lebih baik dari sebelumnya. Apabila dilakukan perbandingan kesesuaian antara teori yang telah penulis berikan pada bab II dengan hasil yang penulis peroleh dan lakukan selama di lapangan, maka penulis dapat menggambarkan keberhasilan dan kesesuaiannya sebagai berikut:

Tabel 1.5 kesesuaian penelitian

NO	DATA TEORI	DATA LAPANGAN
1.	Identifikasi masalah (untuk mengetahui gejala-gejala yang nampak)	Adapun gejala-gejala yang nampak pada perilaku konseli, dan hasil wawancara maupun observasi yang telah konselor lakukan kepada konseli, bahwa: 1. Konseli ketika di kamar mudah marah sebagaimana yang diungkapkan temannya. 2. Keseharian konseli sering melamun . 3. Konseli merasa kesepian dalam hidupnya sehingga konseli pernah meminta temannya untuk tidak sekolah dan menemaninya saja di asrama. 4. Susah tidur,bahkan setiap malam hanya sekedar terbaring dengan tanpa adanya rasa mengantuk

		Adapun faktor yang menyebabkan timbulnya gejala-gejala tersebut, setelah dilakukan wawancara dan hasil sumber stresor yang dituliskan konseli sendiri mengenai hal-hal yang sering di pikirkan, antara lain ada 2 faktor: 1. faktor internal: perasaan belum menerima dengan datangnya masalah. 2. faktor eksternal: konseli merasa orang yang peling menderita dengan adanya masalah,dan ditambah lagi bertumpuknya masalah yang datang.
2.	Diagnosa (menetapkan masalah berdasarkan latar belakang)	Akibat dari faktor-faktor tersebut, sehingga timbul gejala-gejala yang menyebabkan adanya perubahan pada diri konseli, berdasarkan gejala-gejala tersebut yang telah ditemukan pada langkah identifikasi masalah, maka dapat ditetapkan bahwa konseli merupakan seorang yang kurang resiliensi.
3.	Prognosa (menentukan jenis bantuan)	Memberikan bantuan bimbingan konseling Islam dengan terapi sabar yakni dengan langkah-langkah terapinya sebagai berikut: 1. Pra terapi, konselor menjelaskan cara pelaksanaan terapi sabar dan segala hal yang perlu dipersiapkan. 2. Tahap awal, dilakukan konselor agar konseli meyakini hanya Allah yang memberi pertolongan. 3. Tahap kedua, membuat penentuan waktu

		dan tempat untuk melakukan terapi sabar. 4. Tahap ketiga merupakan proses pelaksanaan terapi sabar yang berlandaskan pada terapi islam yakni <i>takhalli</i>, <i>tahalli</i>, dan <i>tajali</i> antara lain: - berwudlu dengan menyertakan do'a setelahnya. - sholat taubat. - menjadikan kisah Rasulullah, sebagai cerita untuk diteladani. - membuat jadwal keseharian. - mengajak beristighfar dan membaca lafadz; لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ - memperbaiki kebiasaan yang kurang baik, seperti menjalankan sholat tepat waktu, memperbanyak membaca Al-Qur'an.
4.	Terapi atau <i>treatment</i> dengan terapi sabar merupakan metode penyembuhan dengan menanamkan ketenangan dalam jiwa individu, sehingga ia tidak lagi	terapi sabar yang diberikan konselor kepada konseli dengan langkah-langkah terapinya berlandaskan pada teknik terapi berbasis islam antara lain sebagai berikut: <i>takhalli</i> - berwudlu dengan menyertakan do'a setelahnya (responsibility).

	berkeluh kesah atas cobaan yang menimpa kepada selain Allah, karena ia menyadari bahwa setiap cobaan hidupnya merupakan takdir Allah, dengan melandaskan pada teori realitas dan dikombinasikan dengan teknik terapi berbasis islam yang ttelah ada yakni: <i>takhalli</i> , <i>tahalli</i> , dan <i>tajalli</i>	2. sholat taubat (responsibility) b. <i>tahalli</i> 1. menjadikan kisah Rasulullah, sebagai cerita untuk diteladani (reality) 2. membuat jadwal keseharian (reality) c. <i>tajalli</i> 1. mengajak beristighfar dan membaca lafadz (right) لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ 2. memperbaiki kebiasaan yang kurang baik, seperti menjalankan sholat tepat waktu, memperbanyak membaca Al-Qur'an (right)
5.	Evaluasi atau <i>follow up</i>	Menindaklanjuti perkembangan selanjutnya setelah proses konseling sekaligus evaluasi berhasil tidaknya bimbingan konseling Islam yang telah dilakukan konselor kepada konseli dan kepada orang yaang terdekat dengan konseli.

B. Analisis Hasil Dari Pelaksanaan Terapi Sabar Dengan Teknik Sufistik Untuk Meningkatkan Resiliensi warga asrama Al Ghozaly

Pelaksanaan bimbingan dan konseling islam dan terapi sabar pada seorang ibu di Desa Mentaras Dukun Gresik dapat dikatakan cukup berhasil, meskipun belum maksimal dikarenakan masih adanya gangguan yang terkadang masih dialami konseli tersebut seperti melamun sendiri. Namun terlepas dari hal itu, berhasil dan tidaknya tindakan penyembuhan yang konselor lakukan dapat dilihat dari terjadinya perubahan pada diri konseli antara sebelum diberikan bimbingan konseling islam dengan terapi sabar dengan kondisi konseli setelah mendapat bimbingan konseling islam dengan terapi sabar. Seperti yang awalnya konseli sering berperilaku tidak baik ketika mendapat masalah, berkata kotor, konseli yang awalnya mudah marah dan tersinggung ketika di ajak bicara, menurut teman satu kamar konsali setelah memperoleh terapi konseli menjadi tidak sering marah dan tidak sering tersinggung, selain itu konseli yang awalnya pola makannya tidak teratur karena tidak bersemangat sekarang konseli pola makannya menjadi teratur ketika dikamar meskipun sendirian. Seperti tabel perbandingan sebelum dan setelah praktek terapi.

Tabel 1.6 hasil perbandingan

Gejala yang tampak pada konseli	Gejala yang tampak sebelum proses terapi/konseling		Gejala yang tampak setelah proses terapi/konseling	
	YA	TIDAK	YA	TIDAK
Apakah anda berperilaku tidak seperti biasanya		✓	✓	
Apakah suasana hati anda negative, penuh kecemasan, amarah dan putus asa?	✓			✓
Apakah anda mempunyai gangguan tidur?	✓		✓	
Apakah anda merasa sangat sensitif, mudah marah dan emosional?	✓			✓
Apakah anda banyak melakukan kesalahan dalam kegiatan?	✓		✓	
Apakah anda banyak Melakukan keputusan-keputusan efektif?	✓			✓
Apakah anda banyak kehilangan minat terhadap aktifitas yang anda sukai?	✓			✓
Apakah anda sering merokok?	✓			✓
Apakah anda merasa kegairahan beraktivitas telah habis?	✓			✓
Apakah anda mengalami sakit kepala, tengkuk terasa kaku, mulut kering, perut terasa sakit, dada terasa sesak, badan terasa panas, jantung berdebar - debar?	✓			✓
Apakah anda merasa peningkatan nafsu makan yang berlebihan?	✓		✓	

Sehingga berdasarkan perubahan gejala yang dialami konseli baik yang konselor lakukan melalui wawancara kepada konseli maupun observasi tersebut dapat diketahui bahwa konseli mengalami penurunan gejala stres, sehingga dapat dikatakan bahwa proses bimbingan dan konseling islam terapi sabar yang diberikan

konselor kepada konseli seorang ibu yang mengalami stres akibat sudden death pada anaknya adalah “cukup berhasil”.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam skripsi ini, maka penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut:

1. Proses pelaksanaan terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al Ghazali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung sesuai dengan langkah-langkah pada teori konseling, yaitu mulai dengan identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment dan evaluasi. Adapun tahapan-tahapan teknik terapi sabar yang diberikan konselor kepada konseli antara lain; tahap pra terapi: yakni konselor menjelaskan cara pelaksanaan terapi sabar dan yang perlu dipersiapkan, tahap awal: yakni konselor menjelaskan persyaratan melakukan terapi sabar dengan meyakini adanya Allah, tahap kedua: menyepakati waktu dan tempat pelaksanaan terapi sabar, dan tahap ketiga: proses terapi sabar dengan teknik sufistik antara lain takhalli, tahalli dan tajalli, adapun penerapan dari tiap teknik ketika diberikan konselor kepada konseli yakni sebagai berikut; takhalli: dengan melakukan wudlu dan sholat taubat, tahalli: dengan memberikan

bimbingan teladan kisah Rasulullah yang ditinggal wafat anaknya sebelum baligh dan membuat jadwal keseharian untuk mengembalikan kebiasaan konseli sebelum menerima musibah, tajalli: dengan mengajak konseli beristighfar dan memperbaiki kebiasaan yang kurang baik.

2. Hasil dari terapi sabar dengan teknik sufistik untuk meningkatkan resiliensi warga asrama Al Ghozali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung yakni terdapat perubahan sehingga dapat dikatakan proses terapi yang diberikan kepada konseli cukup berhasil. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya perubahan gejala-gejala stres yang nampak pada konseli sebelum diberikan terapi sabar dan setelah diberikan terapi sabar. Antara lain indikator keberhasilannya adalah konseli terlihat ceria, tidak lagi menangis sendiri sebelum tidur, nafsu makannya mulai naik kembali, tidak lagi mudah marah dan menjadi bersemangat dalam beribadah.

B. Implikasi Penelitian

1. Implikasi teori

Secara langsung temuan penelitian berdasarkan teori terapi islami membuat lebih percaya diri dalam menggunakan terapi pasien, penerapannya kepada mahasiswa sangat dianjurkan yang melihat konsep terapi menggunakan karakter yang sudah ditanamkan dalam jiwa islami mahasiswa. . Teori ini menunjang jiwa dan juga menunjang pengetahuan siswa.

2. Implikasi kebijakan

Penelitian ini dapat menjadi solusi yang menjanjikan, dapat menjadi pedoman ketika ditemukan latar belakang yang sama, karena mungkin saja banyak permasalahan rendahnya resiliensi yang terdapat pada santri Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, kebijakan yang dipilih sangat tepat apabila tepat. ditangani dengan menggunakan terapi kesabaran, karena mengajarkan individu siswa untuk mengenal Tuhan lebih baik.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti melakukan penelitian ini menemukan beberapa kendala yang mungkin bisa dianggap serius, kurangnya waktu penelitian mungkin menjadi keterbatasan utama. penelitian di Pondok Pesantren Darussalam harus bisa menemukan cela waktu yang tepat, dikarenakan peneliti juga masih dalam masa menimba ilmu keterbatasan waktu antara meneliti dan belajar harus di seimbangkan pada masa masa penelitian.

D. Saran

Setelah peneliti dapat menyimpulkan isi dari pembahasan skripsi, selanjutnya peneliti akan memberikan saran dari proses bimbingan dan konseling islam dengan terapi sabar yang telah dilakukan, adapun saran-saran yang akan diberikan sebagai berikut:

1. Konselor

Hendaknya lebih mendalami teknik-teknik terapi yang berbasis islam serta memperbanyak membaca kisah rasulullah untuk dibimbingkan kepada konseli,

sehingga konselor memiliki banyak referensi cerita, sehingga tidak lagi mengalami kendala-kendala ketika melakukan terapi.

2. Konseli/klien

Agar konseli dapat mempertahankan kondisi yang sudah membaik dari sebelumnya konseli sebaiknya beristiqomah dengan semangat ibadahnya sehingga dapat meningkatkan keimanan dan memperbanyak berdzikir untuk menghindari melamun ketika sendirian.

3. Pembaca dan kademisi prodi bimbingan konseling islam

Sebagai rujukan dalam mengembangkan teori dan penelitian tentang terapi yang menggunakan konsep islam (terutama sabar) yang melandaskan teori modern (realitas) sebagai acunnya serta dengan mengkombinasikan teknik terapi sufistik (takhalli, tahalli, tajalli) yang telah ada sebagai tahapan dalam prosesnya. Selain itu juga sebagai bahan rujukan untuk melakukan peningkatan resiliensi pada individu

DAFTAR PUSTAKA

- Ainiah,T. dan Khusumadewi,A. (2018), *Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Resiliensi Diri (Self Resilience) Siswa*. (Vol.9). Jurnal :BK Unesa.
- Amin,S,M.(2012).*Ilmu Tasawuf*. Jakarta:Amzah.
- An-Najar,A. (2012). *Ilmu jiwa dalam tasawuf Studi Komparatif dengan Ilmu Jiwa Kontemporer Samsul Munir Amin*. Jakarta: Amzah.
- Ardani,T , (2008). *Psikiatri Islam*. Malang: UIN Malang Press.
- Arifin,I,Z .(2009). *Bimbingan Penyuluhan Islam*. Jakarta:Rajawali Press.
- Azwar,S. (2007) *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bungin,B. (2010). *penelitian kualitatif: komunika, ekonomi, kebijakan publik, dan ilmu sosial lainnya*. Jakarta;kencana.
- Departemen agama RI, Al-Qu'an dan Terjemah al- jumanatul 'ali, QS. Al-Baqarah (2): 22 (Bandung: CV J-art, 2004).
- Departemen agama RI.(2004). *Al-Qu'an dan Terjemah al- jumanatul 'ali, QS. Al-Mulk (67): 2*. Bandung: CV J-art.
- Djaya, A,K. (, 2016). *Akhlak Menggapai Makrifat*. Yogyakarta. Kreasi Kencana.
- Djaya, A,K. (2016). *Akhlak Menggapai Makrifat*. Yogyakarta.Kreasi Kencana.
- El Bantanie,M.S .(2002). *Terapi Mencerdaskan Hati*. Jakarta:Gramedia.
- Heriansyah,H. (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif* . Jakarta;Salemba Humanika.

- Kamus besar bahasa indonesia (KBBI) online, (<http://kbbi.web.id/terapi>, diakses pada senin , 03 oktober 2016) (Jakarta: Pustaka Azzam, 2004).
- Lexy J. Moelong,(1988). *Metode Penelitian Kualitatif*.Bandung;Remaja Rosdakarya.
- Lidwa Pustaka i, software 9 kitab imam hadist offline, Hadis riwayat Ahmad no 2252
- Lidwa Pustaka i, software 9 kitab imam hadist offline, Hadis riwayat Muslim no 476
- Margono,S.(1998). *Metode Penelitian Pendidikan* (edisi revisi). Jakarta;Rineka Cipta.
- Mulyana,D. (2002). *metode penelitian kualitatif: Paradigma baru ilmu Komunikasi dan Ilmu Sosial*. Bandung.Remaja Rosdakarya.
- Musthafa. (2013).*Kumpulan Syaikh Ibrahim Haqqi, Dahsyatnya energi sabar*. Solo:Multazam.
- Najati,M,U.(2003) *Edisi Indonesia: Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi*.Jakarta:Mustaqiim.
- Pratiwi, Salsabila Arum, and Baiq Sandiati Yuliandri. "Anteseden dan hasil dari resiliensi." *Motiva: Jurnal Psikologi* 5.1 (2022): 8-15.
- Safaria,T. dkk.(2009).*Manajemen emosi* .jakarta:Bumi Aksara
- Santoso,A. dkk. (2013). *islam Terapi*. Surabaya.IAIN SA Press.
- Solihin,M dan Anwar,R. (2011). *Ilmu Tasawuf*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sugiyono, (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung;Alfabeta.
- Sugiyono, (2014). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung;CV Alfabeta.
- Widuri, Erlina Listyanti. "Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama." *Humanitas* 9.2 (2012):
- Yazdi,M,T. (2012) *22 Nasihat Abadi Penghalus Budi*.Jakarta:Citra
- Utami,C,T. dkk,. (2017), *Self-Efficacy dan Resiliensi : Sebuah Tinjauan Meta-Analisis*. Vol. 25 No.1

LAMPIRAN LAMPIRAN

Lampiran 1 surat pengantar penelitian



UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Blokagung - Banyuwangi

Jalan PP. Darussalam Blokagung Banyuwangi 68491
No Hp : 08113129333, E-Mail: official@uimsya.ac.id, Website: uimsya.ac.id

Nomor : 51.2.12/007.7/ UIMSya/FDKI/C.3/III/2024

Lamp. : -

Hal : PENGANTAR PENELITIAN

Kepada Yang Terhormat:

Ketua Asrama Al-Ghozali PP. Darussalam Blokagung
di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSya) Blokagung Banyuwangi, memohonkan izin penelitian atas mahasiswa kami:

Nama : HANNAN AR RASYID
NIM : 2012211010
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Sekincau, Lampung Barat, Lampung
HP : 085922410536

Untuk dapat diterima/melaksanakan penelitian di lembaga/instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka penyelesaian program skripsi.

Adapun judul penelitiannya adalah:

"Terapi Sabar Dengan Teknik Sufistik Untuk Meningkatkan Resiliensi Warga Asrama Al-Ghozali Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi"

Atas perkenan dan kerja samanya yang baik diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



23 Maret 2024

Lampiran 2 Surat Keterangan Telah Melaksanakan
penelitian


YAYASAN PONDOK PESANTREN DARUSSALAM BLOKAGUNG
ASRAMA AL GHOZALIY
Kepala Asrama : 0812 5235 2255 Kepala Pesantren : 0852 5838 4772
OFFICE : PP. Darussalam Blokagung Tegalsari Banyuwangi Jawa Timur 68485 Telp. (0333) 845972. Hp. 0852 8899 1951, 0856 0086 1951
No. : 1/001/Asrama AL-Ghozaliy/II/2024
Lamp : -
Hal : Telah melaksanakan penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini kepala Asrama al-falah
PP.Darussalam Blokagung Banyuwangi menerangkan bahwa:

Nama : HANNAN AR ROSYID
Nim : 2012211010
Universitas : UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
Status : MAHASISWA
Prodi : DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

Telah melakukan penelitian di Asrama Al-Falah PP. Darussalam
Blokagungbanyuwangi, untuk keperluan penyusunan skripsi dengan judul:
"TERAPI SABAR DENGAN TEKNIK SUFISTIK UNTUK
MENINGKATKAN RESILIENSI WARGA ASRAMA AL GHOZALY
PONDOK PESANTREN DARUSSALAM BLOKAGUNG
BANYUWANGI".

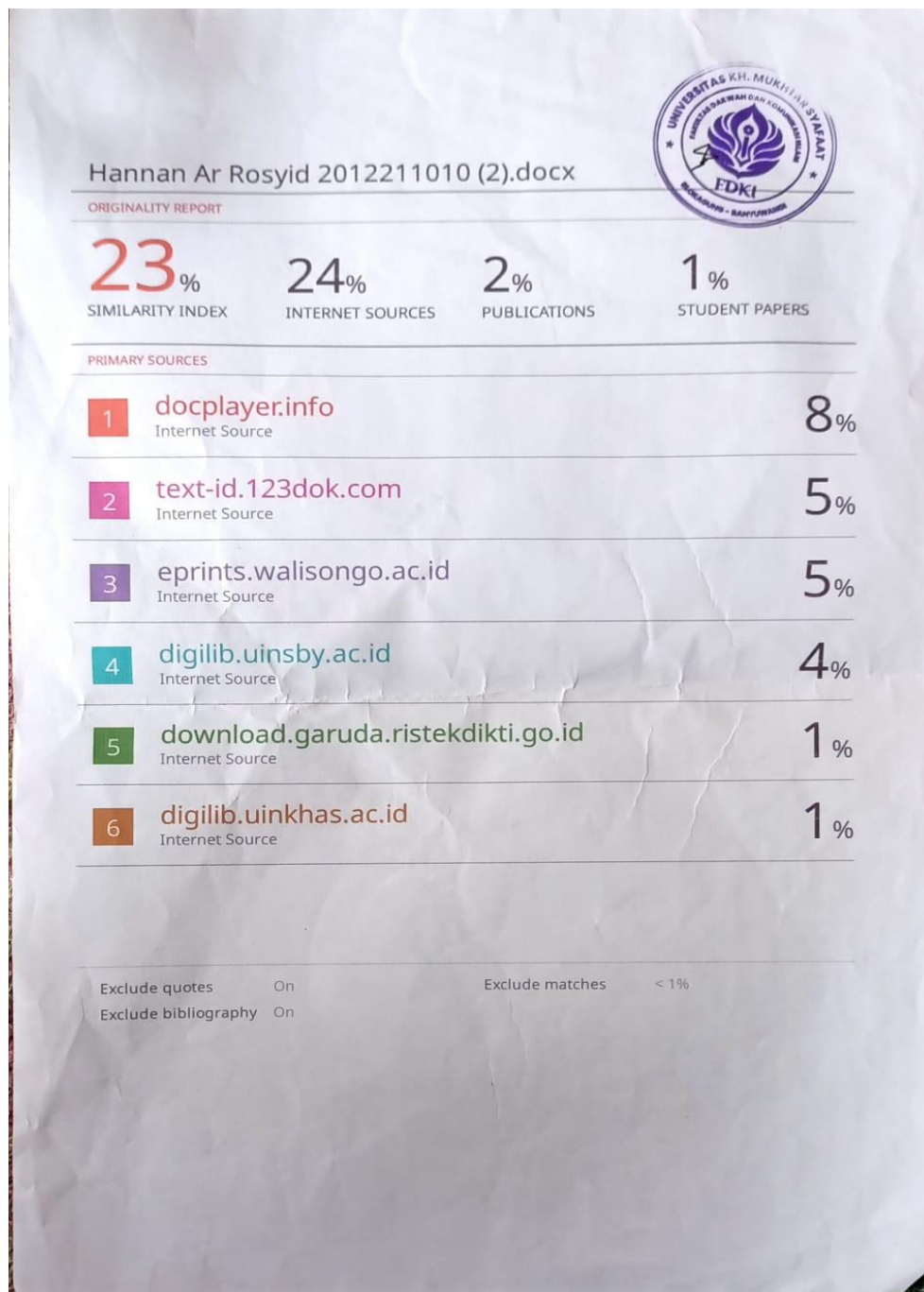
Adapun waktu penelitian di laksanakan mulai dari tanggal 21 maret –
20 juni 2024.

Demikian surat ini kami buat, untuk dapat di gunakan sebagaimana
semestinya.

Blokagung, 20 juni 2024
Kepala Asrama

HANNAN AR ROSYID

Lampiran 3 Plagiasi



Lampiran 4 Pedoman Wawancara

NO	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	Apakah konseli dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik	
2.	Bagaimana konseli menyikapi teman yang marah	
3.	Apakah cara ibadah konseli sudah baik dan benar	
4.	Bagaimana kondisi keluarga konseli	
5.	Apakah konseli bergaul dengan teman teman yang baik	
6.	Apa yang dilakukan konseli ketika menerima masalah	
7.	Apakah konseli mempunyai riwayat pembulian	

2

Gejala yang tampak pada klien	Gejala yang tampak sebelum proses terapi/konseling		Gejala yang tampak setelah proses terapi/konseling	
	YA	TIDAK	YA	TIDAK
Apakah anda berperilaku tidak seperti biasanya				

Apakah suasana hati anda negative, penuh kecemasan, amarah dan putus asa?				
Apakah anda mempunyai gangguan tidur?				
Apakah anda merasa sangat sensitif, mudah marah dan emosional?				
Apakah anda banyak melakukan kesalahan dalam kegiatan?				
Apakah anda banyak melakukan keputusan-keputusan efektif?				
Apakah anda banyak kehilangan minat terhadap aktifitas yang anda sukai?				
Apakah anda sering merokok?				
Apakah anda merasa keghairahan beraktivitas telah habis?				
Apakah anda mengalami sakit kepala, tengkuk terasa kaku, mulut kering, perut terasa sakit, dada terasa sesak, badan terasa panas, jantung berdebar - debar?				
Apakah anda merasa peningkatan nafsu makan yang berlebihan?				

Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian

Gambar 2.1

Penjelasan peneliti tentang sabar kepada warga asrama



gambar 2.2

praktik konseling peneliti kepada warga asrama



Gambar 2.3

Photo peneliti bersama warga asrama



Gambar 2.4

Kebersama'an makan warga asrama



Lampiran 6 Kartu Bimbingan

INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM
IAIDA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
TERAKREDITASI
BLOKAGUNG - BANYUWANGI

Alamat : Pst. Pes. Darussalam Blokagung (Jl. Karangdoro Tegalsari Banyuwangi Jawa Timur - 68491 Telp. (0333) 847459, Fax. (0333) 846221, Hp: 08525489333, Website: www.iaida.ac.id, Email: iaidablokagung@gmail.com

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Hannan Ar Rosyid

NIM :

Program Studi : Bk1 Bimbingan konseling Islam

Judul Skripsi : Terapi Sabar dengan teknik Sa'atlik
 untuk meningkatkan ketahanan warga
 ar-ranma Al-qur'aniy Pondok Pesantren
 Darussalam Blokagung Banyuwangi

Pembimbing :

No.	Topik Pembahasan	Tanggal	Tanda Tangan Pembimbing
1	Bimbingan proposal	01-12-23	g
2	Proposal Bab 1	02-1-24	g
3	→ 15 Bab 2	05-2-24	g
4	Revisi Bab 1 & 2	25-06-24	g
5	Proposal BAB 3	30-6-24	g
6	Revisi proposal	2-7-24	g
7	Bimbingan BAB 4	15-7-24	g
8	Bimbingan Bab 5	25-7-24	g
9	Bimbingan bab 6	30-7-24	g
10	Revisi Bab 4 & 6	5-7-24	g
11			
12			

Blokagung.....2023

Ketua Prodi
Bimbingan dan Konseling Islam

Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A
NIPY. 3151301019001

Lampiran 7 Biodata Penulis



Nama : Hannan Ar Rosyid
NIM : 2012211010
TTL : Lampung Barat , 25 September 2002
Alamat : Sekincau, Sekincau, Lampung Barat, Lampung
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Islam
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Email : rosyidhannan@gmail.com
No telepon : 085922410536

Riwayat Pendidikan :

- TK AL Ikhlas Sekincau
- MI Nurul Iman Sekincau
- MTs Nurul Iman Sekincau
- MA Al Amiriyah Blokagung
- Universitas KH. Mukhtar Syafa'at Blokagung