



TUGAS AKHIR

ARTIKEL

**STUDI KASUS: MEREDUKSI KECEMASAN PADA
NARAPIDANA WANITA PRAPEMBEBASAN DI LAPAS
KELAS II A BANYUWANGI DENGAN KONSELING QUR'ANI**



INDANA NAZIHATUN NI'MAH
2112211014

**2
0
2
5**



**PRODI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH MUKHTAR SYAFAAT**

ARTIKEL

**STUDI KASUS: MEREDUKSI KECEMASAN PADA
NARAPIDANA WANITA PRAPEMBEBASAN DI LAPAS
KELAS II A BANYUWANGI DENGAN KONSELING
QUR'ANI**



Oleh :

INDANA NAZIHATUN NI'MAH

NIM : 2112211014

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2025**

ARTIKEL

STUDI KASUS: MEREDUKSI KECEMASAN PADA NARAPIDANA WANITA PRAPEMBEBASAN DI LAPAS KELAS II A BANYUWANGI DENGAN KONSELING QUR'ANI



Oleh :

INDANA NAZIHATUN NI'MAH

NIM : 2112211014

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2025**



PRASYARAT GELAR

STUDI KASUS: MEREDUKSI KECEMASAN PADA NARAPIDANA WANITA PRAPEMBEBASAN DI LAPAS KELAS II A BANYUWANGI DENGAN KONSELING QUR'ANI

ARTIKEL

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam
Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :

INDANA NAZIHATUN NI'MAH

NIM : 2112211014

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
(UIMSYA)
BLOKAGUNG BANYUWANGI**

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Artikel dengan judul:

**STUDI KASUS: MEREDUKSI KECEMASAN PADA NARAPIDANA
WANITA PRAPEMBEBASANDI LAPAS KELAS II A BANYUWANGI
DENGAN KONSELING QUR'ANI**

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang Munaqosyah

Pada tanggal: 10 Juni 2025

Mengetahui



Ketua Prodi

NURIN BAROROH, M.Psi., Psikolog
NIPY. 3152304039301

Pembimbing

A. SYAMSUL MUARIF., S.Sos. M.A
NIPY. 3152123069701

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Artikel saudara Indana Nazihatun Ni'mah telah di Munaqosyah Kepada Dewan Penguji Artikel Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi pada tanggal :

(16 Juni 2025)

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

Tim penguji :

Ketua

A. SYAMSUL MUJARIF, S.Sos., MA.
NIPY : 3152123069701

Penguji I

HALIMATUS SA'DIAH, S.Psi., MA.
NIPY : 3151301019001

Penguji II

MASNIDA, M. Ag.
NIPY : 3151706068901

Dekan



AGUS BAHUQI, S.Ag., M.I.Kom.
NIPY : 3150128107201

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Moto:

ان كل ما هو آت قريب وان البعيد ما ليس بآت

“Sungguh betapa dekat waktu yang akan datang, dan betapa jauh waktu yang telah terlewatkan”

(Ihya' Ulumiddin Juz 4)

Persembahan:

Dengan segala rasa syukur dan kerendahan hati, karya ini kupersembahkan untuk:

1. Ayah dan Ibu tercinta, yang tak pernah Lelah mendoakan, mendukung dan menjadi sumber kekuatan terbesar dalam setiap langkahku. Doa dan pengorbanan kalian adalah cahaya dalam perjalanan hidupku.
2. Saudara-saudaraku tersayang yang selalu memberikan semangat, kebersamaan dan cinta yang tulus, yang selalu menjadi rumah untukku kembali pulang.
3. Teman-teman seperjuangan, BKI angkatan 2021, yang selalu hadir dalam suka dan duka, serta menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik ini. Khususnya sahabatku Yuyun Nur Aini, yang menjadi tempatku bersandar ketika hati dan pikiranku sedang tidak baik-baik saja, yang selalu menyemangatiku kembali ketika aku mulai merasa lelah akan semua yang ada.
4. Dan terakhir, untuk diriku sendiri, yang telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah meski dihadapkan pada berbagai tantangan walau disertai banyak keluhan

Semoga karya sederhana ini menjadi langkah awal menuju kontribusi yang lebih besar bagi ilmu pengetahuan dan masyarakat.

PERNYATAAN KEASLIAN ARTIKEL

PERNYATAAN KEASLIAN ARTIKEL

بسم الله الرحمن الرحيم

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya:

Nama : Indana Nazihatun Ni'mah
NIM : 2112211014
Program Studi : Bimbingan dan Komunikasi Islam
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Alamat Lengkap : Sodongan, RT.012, RW. 005 Desa Bumiharjo
Kecamatan Borobudur Kabupaten Magelang
Provinsi Jawa Tengah

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

Banyuwangi, 16 Juni 2025



Yang menyatakan,



Indana Nazihatun Ni'mah

NIM : 2112211014

Studi Kasus: Mereduksi Kecemasan Pada Narapidana Wanita Prapembebasan Di Lapas Kelas II A Banyuwangi Dengan Konseling Qur'ani

Indana Nazihatun Ni'mah¹, Ahmad Syamsul Muarif
Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi
Email: indananazihano1@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan narapidana wanita menjelang bebas perlu ditangani karena berdampak pada kesiapan mereka menghadapi kehidupan pascapenjara. Penelitian ini bertujuan menjelaskan bagaimana konseling Qur'ani dapat membantu mengurangi kecemasan narapidana wanita menjelang bebas. Penelitian ini bersifat kualitatif menggunakan studi kasus dengan data diperoleh melalui observasi dan wawancara. Temuan ini menunjukkan bahwa konseling Qur'ani dengan metode terapi qur'an berhasil mengurangi kecemasan IN mengenai pandangan masyarakat tentangnya di masa depan. Pendekatan ini membantu klien menjadi lebih tenang dan optimis dalam menghadapi tantangan setelah pembebasan. Oleh karena itu, konseling Qur'ani dapat menjadi metode yang mampu digunakan untuk membantu narapidana wanita mengatasi kecemasan menjelang bebas. Dengan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru dalam bidang konseling untuk narapidana wanita, serta membuka kemungkinan untuk penerapan pendekatan serupa di Lembaga Pemasyarakatan lainnya.

Kata Kunci: Narapidana Kecemasan, Konseling Qur'ani,

Case Study: Reducing Anxiety In Female Inmates Pre-

***Released At Class II A Banyuwangi Prison Trought
Qur'anic Counseling***

**Indana Nazihatun Ni'mah¹, Ahmad Syamsul Muarif
Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi
Email: indananazihano1@gmail.com**

ABSTRACT

The anxiety of female inmates before their release needs to be addressed because it affects their readiness to face life after prison. This study aims to explain how Qur'anic counseling can help reduce the anxiety of female inmates before their release. This research is qualitative in nature, using case studies with data obtained through observation and interviews. These findings indicate that Qur'anic counseling using the Qur'an therapy method successfully reduced IN anxiety regarding societal perceptions of him in the future. This approach helps clients become more calm and optimistic in facing challenges after their release. Therefore, Qur'anic counseling can be a method that can be used to help female inmates overcome anxiety before their release. With this research, it can provide new insights in the field of counseling for female inmates, as well as open up possibilities for the application of similar approaches in other correctional facilities.

Keywords: prisoners, anxiety, Qur'anic counseling,

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil ‘aalamiin, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan artikel sebagai tugas akhir yang berjudul:

“Studi Kasus: Mereduksi Kecemasan Pada Narapidana Wanita Prapembebasan Di Lapas Kelas II A Banyuwangi Dengan Konseling Qur’ani”

Artikel ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) pada Program Studi Bimbingan dan Komunikasi Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Universitas KH. Mukhtar Syafaat

Penulis menyadari bahwa penyusunan Artikel ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. KH. Abdul Kholiq Syafa’at, M.A. Selaku Ketua Senat Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi.
2. Dr. KH. Ahmad Munib Syafa’at, Lc., M.E.I. Selaku Rektor Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi.
3. Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom. Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
4. Nurin Baroroh, M.Psi., Psikolog. Selaku Ketua Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam.
5. Ahmad Syamsul Muarif, S.Sos., M.A. selaku dosen pembimbing dalam penulisan artikel ini.
6. Agus Wahono, selaku Kepala Lapas Kelas II A Banyuwangi.
7. Akhmad Husam Sulaiman, Selaku dosen pamong Magang-KKN di Lapas Banyuwangi

8. Para responden dan warga binaan wanita yang telah bersedia bekerja sama dalam penelitian ini.
9. Dewan Pengasuh Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi, yang telah menjadi tempat untuk belajar dan menuntut ilmu dan akhlak. Terima kasih atas bimbingan, nasihat, dan doa yang telah mengantarkan penulis hingga ke titik ini.
10. Orang tua tercinta, yang senantiasa mendoakan, memberikan dukungan moral dan material, serta menjadi sumber semangat dalam menyelesaikan studi.
11. Seluruh dosen dan staf akademik di Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA), khususnya di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu dan bantuan selama masa studi.
12. Dan semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung telah menyumbangkan tenaga dan pikirannya demi terselesaikannya penulisan artikel ini.

Penulis menyadari bahwa artikel ini masih jauh dari sempurna, baik dari segi isi maupun penyajian. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaan di masa mendatang.

Akhir kata, semoga artikel ini dapat memberikan manfaat dan menjadi kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Konseling dan Psikoterapi Islam.

Banyuwangi, 16 Juni 2025

Indana Nazihatun Ni'mah

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR	
HALAMAN SAMPUL DALAM	i
HALAMAN PRASYARAT GELAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	vi
HALAMAN ABSTRAK (Bahasa Indonesia)	vii
HALAMAN <i>ABSTRACT</i> (Bahasa Inggris)	viii
HALAMAN KATA PENGANTAR	ix
HALAMAN DAFTAR ISI	xi
PENDAHULUAN	2
METODE PENELITIAN.....	5
HASIL DAN DISKUSI	5
SIMPULAN	11
UCAPAN TERIMA KASIH.....	12
DAFTAR RUJUKAN.....	12
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
1. LoA	
2. Surat Pengantar Penelitian	
3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	
4. Plagiasi	
5. Kartu Bimbingan	
6. Dokumentasi	
7. Pedoman Wawancara	
8. Pedoman Observasi	
9. Modul	
10. Verbatim	
11. Biodata Penulis	

Original Article

Studi Kasus: Mereduksi Kecemasan Pada Narapidana Wanita Prapembebasan Di Lapas Kelas II A Banyuwangi dengan Konseling Qur'ani

Indana Nazihatun Ni'mah¹, Ahmad Syamsul Muarif²

Universitas KH Mukhtar Syafaat^{1,2}

*) Alamat korespondensi: Jl. Pon. Pes. Darussalam Blokagung, Banyuwangi, Jawa Timur 68485, Indonesia. E-mail: indananazihan01@gmail.com

Article History:

Received:

24/02/2025;

Revised: 24/05/2025;

Accepted:

30/05/2025;

Published:

11/06/2025.

How to cite:

Indana Nazihatun
Ni'mah¹, & Ahmad
Syamsul Muarif².
(2025).

Studi kasus: mereduksi
kecemasan pada
narapidana wanita
prapembebasan di
Lapas kelas II A
Banyuwangi dengan
konseling Qur'ani.
*Teraputik: Jurnal
Bimbingan dan
Konseling*, 9(1), pp.
103–111. DOI:
10.26539/teraputik.913846

6

This is an
open
access
article
distributed under the
Creative Commons 4.0
Attribution License,
which permits



Abstract: *The anxiety of female inmates before their release needs to be addressed because it affects their readiness to face life after prison. This study aims to explain how Qur'anic counseling can help reduce the anxiety of female inmates before their release. This research is qualitative in nature, using case studies with data obtained through observation and interviews. These findings indicate that Qur'anic counseling using the Qur'an therapy method successfully reduced IN anxiety regarding societal perceptions of him in the future. This approach helps clients become more calm and optimistic in facing challenges after their release. Therefore, Qur'anic counseling can be a method that can be used to help female inmates overcome anxiety before their release. With this research, it can provide new insights in the field of counseling for female inmates, as well as open up possibilities for the application of similar approaches in other correctional facilities.*

Keywords: *prisoners, anxiety, Qur'anic counseling,*

Abstrak: Kecemasan narapidana wanita menjelang bebas perlu ditangani karena berdampak pada kesiapan mereka menghadapi kehidupan pascapenjara. Penelitian ini bertujuan menjelaskan bagaimana konseling Qur'ani dapat membantu mengurangi kecemasan narapidana wanita menjelang bebas. Penelitian ini bersifat kualitatif menggunakan studi kasus dengan data diperoleh melalui observasi dan wawancara. Temuan ini menunjukkan bahwa konseling Qur'ani dengan metode terapi qur'an berhasil mengurangi kecemasan IN mengenai pandangan masyarakat tentangnya di masa depan. Pendekatan ini membantu klien menjadi lebih tenang dan optimis dalam menghadapi tantangan setelah pembebasan. Oleh karena itu, konseling Qur'ani dapat menjadi metode yang mampu digunakan untuk membantu narapidana wanita mengatasi kecemasan menjelang bebas.

Dengan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru dalam bidang konseling untuk narapidana wanita, serta membuka kemungkinan untuk penerapan pendekatan serupa di Lembaga Pemasyarakatan lainnya.

Kata Kunci: narapidana kecemasan, konseling Qur'ani,

Pendahuluan

Indonesia adalah negara yang berlandaskan hukum, di mana semua aspek kehidupan masyarakat diatur oleh aturan hukum yang berlaku (Muhlashin, 2021). Konsekuensi dari pelanggaran hukum adalah penerapan sanksi sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan. Bagi narapidana yang telah menyelesaikan masa hukumannya, mereka memiliki hak untuk kembali ke masyarakat dengan status yang diakui sebagai warga negara yang telah menebus kesalahannya (Pangesthi, 2022). Namun, proses reintegrasi ini sering kali diwarnai dengan berbagai tantangan psikologis dan sosial.

Salah satu tantangan utama yang dihadapi narapidana, terutama wanita, menjelang pembebasan adalah kecemasan tinggi akibat stigma negatif masyarakat terhadap status mereka sebagai mantan narapidana. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara dengan seorang narapidana wanita di Lapas Kelas II A Banyuwangi yaitu:

“Saya itu mbak kalau teringat sebentar lagi akan bebas, saya selalu merasa cemas dan khawatir memikirkannya. Saya takut kehadiran saya kembali dikeluarga dan masyarakat sekitar tidak diterima dengan baik. Kita kan tahu mbak bagaimana masyarakat memandang seorang mantan narapidana, mereka dianggap sebagai sampah masyarakat, pembawa hal negative dan lain-lain. Jadi saya selalu overthinking tentang apa yang akan terjadi dengan masa depan saya nanti dan itu membuat saya tidak tenang bahkan saya pernah tidak tidur dua hari karena memikirkannya.”

Hasil wawancara menunjukkan bahwa konseli mengungkapkan kekhawatirannya terhadap penerimaan masyarakat dan keluarga

pascapembebasan. Kekhawatiran ini dipengaruhi oleh stigma sosial yang sering kali melekat pada mantan narapidana. Stigma tersebut berdampak pada rasa percaya diri, optimisme, dan harapan mereka untuk memulai kehidupan baru, termasuk hubungan dengan anak-anak yang telah lama terpisah akibat masa tahanan. Stigma masyarakat ini, menurut (Salsabila et al., 2022), dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti persepsi yang terbentuk dari media, pengalaman pribadi masyarakat, serta kelemahan dalam sistem hukum dan pemasyarakatan di Indonesia.

Fenomena ini sering menggambarkan narapidana sebagai ancaman atau sumber masalah sosial, yang pada akhirnya berdampak signifikan pada proses reintegrasi mereka ke dalam masyarakat (Octaguna et al., 2023). Tidak hanya pada aspek sosial, dampak stigma juga memengaruhi kondisi psikologis, seperti meningkatnya kecemasan yang menghambat adaptasi mereka. (Mulyani & Karneli, 2022) menyatakan bahwa kecemasan adalah kondisi emosional yang ditandai oleh kekhawatiran terhadap hal-hal yang belum pasti. Lebih lanjut, Pati (2022), sebagaimana dikutip dalam (Solihatun et al., 2024) menjelaskan bahwa gangguan kecemasan sering membuat seseorang kesulitan untuk fokus dan menjalin hubungan dengan orang lain, yang pada akhirnya menghambat aktivitas sehari-hari, pekerjaan, dan tanggung jawab mereka.

Jika dilihat dalam perspektif psikologi, kecemasan dapat muncul sebagai respons terhadap ancaman yang dirasakan, baik secara realistis, moral maupun neurotis, seperti dijelaskan dalam teori kecemasan Freud (Corey, 2013). Pada konteks sosial-budaya, Indonesia yang cenderung menilai individu berdasarkan status sosial dan hukum, tantangan bagi mantan narapidana menjadi semakin berat. Peran sosial yang melekat, seperti sebagai ibu atau istri, membuat narapidana wanita sering menghadapi stigma yang lebih besar (Hadiyamsah, 2020). Stigma ini, seperti yang diungkapkan oleh penelitian (Azka & Hamzah, 2024; Hartini et al., 2023; Rahmat, C. P., & Sugara, H. (2024) dapat memperburuk kondisi psikologis individu, termasuk meningkatkan kecemasan dan depresi.

Intervensi untuk mengurangi kecemasan pada narapidana telah banyak dikaji, seperti yang diuraikan oleh (Nindialoka, 2021). Terapi kelompok berbasis realita, misalnya, dapat memberikan dukungan sosial yang signifikan untuk mengurangi kecemasan dan mempersiapkan mereka menghadapi kehidupan pasca-penjara, dan merancang rencana realistis untuk masa depan. Selain itu, teknik kognitif-*behavioral* seperti "*Thought Stopping*" dan "*Assertive Training*" telah menunjukkan hasil yang signifikan dalam membantu narapidana mengelola pikiran negatif dan meningkatkan rasa percaya diri (Usraleli & Forwaty, 2022). Namun, belum banyak penelitian yang mengeksplorasi pendekatan berbasis spiritual, seperti konseling Qur'ani untuk mengatasi masalah ini.

Pendekatan konseling Qur'ani menawarkan perspektif unik dalam mengatasi kecemasan melalui integrasi nilai-nilai spiritual dan agama (Albari, 2022). Konseling Qur'ani, seperti yang dijelaskan oleh (Adz-Dzaky, 2004) adalah proses pemberian bimbingan berdasarkan nilai-nilai Al-Qur'an untuk mengembangkan potensi individu secara holistik. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa tilawah Al-Qur'an dan dzikir dapat memberikan efek menenangkan dan mengurangi kecemasan, baik dalam konteks tahanan maupun masyarakat umum (Ghiasi & Keramat, 2018; Hidayat et al., 2023).

Penelitian ini memilih kasus narapidana wanita menjelang pembebasan di Lapas Kelas II A Banyuwangi karena kasus ini merepresentasikan isu yang kompleks, melibatkan aspek psikologis, sosial, dan spiritual. Hal ini juga menarik karena minimnya penelitian sebelumnya yang secara khusus menyoroti dampak stigma masyarakat terhadap kecemasan narapidana wanita di Indonesia dengan menggunakan pendekatan konseling Qur'ani. Selain itu, fokus pada pendekatan konseling Qur'ani sebagai intervensi untuk mengatasi kecemasan memberikan peluang untuk mengembangkan wawasan baru dalam rehabilitasi berbasis spiritual.

Penelitian ini akan menguji kegunaan konseling Qur'ani dalam mengurangi kecemasan narapidana wanita prapembebasan di Lapas Kelas II A Banyuwangi. Dengan pendekatan ini, diharapkan narapidana dapat lebih siap secara psikologis dan spiritual untuk menghadapi tantangan reintegrasi ke masyarakat, serta memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori dan praktik rehabilitasi berbasis spiritual di Indonesia. Penelitian ini penting untuk dilakukan karena bermanfaat dalam beberapa aspek yaitu:

1. **Akademik:** Menyumbangkan wawasan baru dalam literatur mengenai pendekatan rehabilitasi berbasis spiritual untuk narapidana wanita.
2. **Praktis:** Memberikan panduan bagi Lembaga Pemasyarakatan dalam mengembangkan program rehabilitasi yang holistik, mencakup aspek psikologis dan spiritual.
3. **Sosial:** Membantu meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap mantan narapidana, sehingga mendukung proses reintegrasi mereka.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk merancang program rehabilitasi berbasis spiritual yang lebih efektif, tidak hanya untuk mengurangi kecemasan narapidana, tetapi juga untuk membangun ketahanan mental dan keimanan mereka dalam menghadapi tantangan kehidupan pasca-pembebasan.

Metode

Metode yang diterapkan dalam artikel ini adalah kualitatif dengan tipe studi kasus. Studi kasus merupakan jenis penelitian yang mendalam mengenai individu, sekelompok orang, sebuah organisasi, sebuah program kegiatan, dan sebagainya dalam periode tertentu (Agustinova, 2015). Metode pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semiterstruktur dan observasi partisipatif. Wawancara semiterstruktur memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mendapatkan informasi mendetail mengenai pengalaman pribadi narapidana terkait kecemasan menjelang kebebasan dari penjara. Sementara observasi partisipatif memberikan wawasan lebih mendalam mengenai situasi kehidupan sehari-hari di Lembaga Pemasyarakatan.

Penelitian ini dilakukan pada narapidana wanita Lapas kelas II A Banyuwangi dengan informan melalui *purposive sampling* (pemilihan subjek yang disengaja atau ditentukan) dengan menentukan kriteria. Kriteria informan adalah; 1) narapidana wanita Lapas kelas II A Banyuwangi yang sudah berumah tangga, 2) narapidana yang akan terbebas dalam satu bulan kedepan, 3) narapidana yang mengalami kecemasan. Ada beberapa data yang tidak bisa diambil karena adanya beberapa keterbatasan seperti tidak boleh membawa HP, waktu yang dibatasi dan akses komunikasi terhadap keluarga klien.

Analisis data penelitian menurut Bogdan dalam (Muarif et al., 2024) menyatakan bahwa, Analisis data merupakan proses untuk mencari dan mengorganisir secara sistematis informasi yang didapat dari wawancara, catatan lapangan, dan sumber lainnya, agar mudah dimengerti, dan hasilnya dapat disampaikan kepada orang lain. Metode analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan analisis data Miles dan Huberman yang terdiri dari 3 tahap yaitu: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Agustinova, 2015).

Hasil dan Diskusi

Proses konseling Qur'ani menggunakan metode terapi Al-Qur'an untuk mengurangi kecemasan ini didasarkan pada beberapa langkah konseling yang umumnya dilakukan oleh peneliti dan konseli, yang mencakup proses-proses berikut:

1. *Rapport*

Identitas diri konseli yaitu IN sekarang berumur 35 tahun, sudah berkeluarga. Konseli terkena kasus KUHP 374, tentang penyalahgunaan jabatan, korupsi di tempat ia bekerja. Konseli mendapat vonis hukuman 2 tahun penjara menjalani 13 bulan menjadi tahanan penjara, dan 11 bulan menjadi tahanan luar. Lebih tepatnya pembebasan bersyarat, perkiraan bebas bulan Oktober 2024.

Di sini konselor mengawali tahapan konseling dengan membangun

hubungan yang baik dengan konselinya yaitu bu IN. Suasana yang nyaman dan saling percaya menciptakan ruang aman bagi bu IN untuk berbagi pengalaman dan masalah yang dialami. Sikap empatik dari konselor tidak hanya membantu ibu IN terbuka, tetapi juga memberikan dukungan emosional bagi bu IN selama proses konseling.

2. Identifikasi Masalah

Menurut keterangan, konseli bekerja di sebuah perusahaan yang berada di Banyuwangi sebagai HRD. Konseli sudah menjalankan kerjanya selama 15 tahun dengan lancar tapi dia melakukan kesalahan selama 9 bulan terakhir hingga membuatnya mendapat hukuman penjara. Ia divonis 2 tahun, menjalankan hukuman penjara selama 13 bulan, menjadi tahanan luar selama 11 bulan atau pembebasan bersyarat. Status konseli saat ini sudah menikah dan memiliki 2 anak. Anak yang pertama laki-laki berumur 9 tahun dan yang kedua perempuan berumur 3 tahun. Sang suami bekerja di *leasing* motor, akibat konseli masuk penjara akhirnya sang suami memilih berhenti bekerja dan merawat anak-anak. Dalam waktu dekat konseli akan bebas dari penjara, dan hal itu membuat konseli memiliki kekhawatiran atau kecemasan dalam dirinya ketika dia keluar dari penjara nanti. Konseli cemas akan pandangan masyarakat dan keluarganya terhadap dirinya. Belum lagi perihal anak-anaknya yang selalu menanyakan ketiadaan konseli di rumah yang terbilang cukup lama dan tidak pernah pulang. Itu membuat beban pikiran konseli bertambah akankah ketika anaknya nanti tahu bahwa ibunya adalah mantan narapidana dia akan terima atau tidak, dan anak yang kedua apakah masih mengenalinya atau tidak. Keterangan yang diberikan petugas Lapas pun tak jauh berbeda dari apa yang konseli katakan. Petugas Lapas juga sering melihat konseli melamun dan gelisah, terkadang sampai menangis setelah mengetahui berita pembebasannya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan konseli dan petugas Lapas. Identifikasi masalah menunjukkan bahwa IN adalah narapidana wanita yang akan dibebaskan dalam 2/3 bulan ke depan dengan pembebasan bersyarat. IN mengalami kecemasan yang tinggi terkait dengan stigma sosial dan ketidakpastian dalam beradaptasi setelah pembebasan. Kecemasan bagaimana ia bisa diterima kembali di masyarakat terutama di keluarganya dan anak-anaknya.

3. Diagnosa

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, narapidana didiagnosa mengalami gangguan kecemasan yang diakibatkan oleh ketidakpastiannya di masa depan serta stigma sosial masyarakat. Kombinasi dari ketidakpastian dan stigma inilah yang menyebabkan kecemasan yang tinggi.

4. Prognosa

Berdasarkan informasi yang diperoleh dan diagnosis yang telah ditentukan, langkah berikutnya adalah menentukan jenis terapi yang akan diberikan oleh konselor kepada klien. Dalam hal ini konselor menerapkan konseling Qur'ani dengan metode terapi baca Al- Qur'an. Tahapan konseling Qur'ani dengan metode terapi baca Qur'an menurut Mansyur dalam (Azani et al., 2022) untuk menyelesaikan masalah adalah sebagai berikut:

- a. Langkah awal adalah memperkenalkan diri dan membangun hubungan yang baik antara konselor dan subjek (klien).
- b. Langkah kedua adalah subjek (klien) menyampaikan masalah yang dihadapinya serta efek yang ditimbulkan oleh masalah tersebut.
- c. Langkah ketiga melibatkan konselor yang membimbing subjek (klien) untuk menjalani proses konseling Al-Qur'an yang terdiri dari 6 langkah, yaitu:
 - 1) Melakukan wudhu untuk membersihkan diri secara fisik dan spiritual.
 - 2) Berkeinginan dan berdoa meminta petunjuk dari Allah SWT melalui Al-Qur'an mengenai masalah yang dihadapi.
 - 3) Mulai membuka Al-Qur'an dengan mendengarkan suara hati (hanya satu kali membuka Al-Qur'an secara acak).
 - 4) Mentadabburi Al-Qur'an seperti membaca dan memperhatikan terjemahan setiap ayat yang ada pada halaman Al-Qur'an yang telah dibuka secara acak sebelumnya, dimulai dari sisi kanan hingga ke sisi kiri pada halaman itu. Di sini terjadi interaksi antara rasa dan rasio secara mendalam dan komprehensif untuk mendapatkan petunjuk.
 - 5) Mengaktifkan intuisi (*dzauq*) yaitu mengungkapkan arti kebenaran yang tersembunyi di balik ayat-ayat Al-Qur'an sebagai panduan dan solusi atas masalah yang dihadapi.
 - 6) Mendapatkan hidayah yang merupakan petunjuk yang diberikan Allah SWT melalui Al-Qur'an. Pada fase ini, qolbu batiniyah yang paling dalam (*lubb*) berfungsi sebagai sumber lahirnya intuisi (*dzauq*) yang terhubung dengan tauhid atau keyakinan kepada Allah SWT, sehingga dapat menemukan dan memahami ayat Al-Qur'an yang terungkap secara acak sebagai pedoman atau solusi atas masalah yang dihadapi.

- d. Langkah keempat, yaitu klien berbagi pandangan dengan konselor tentang pengalaman spiritual yang dirasakan selama berinteraksi dengan Al-Qur'an. Konselor di sini berfungsi untuk memperkuat dan membimbing pengalaman serta pemahaman yang didapatkan oleh subjek (klien). Terapi ini dianggap efektif dalam mengurangi kecemasan dan memberikan ketenangan batin, berdasarkan pada ayat Al-Qur'an surat Ar-Ra'du ayat 28 yang menjelaskan tentang ketenangan hati, yaitu *"orang-orang yang percaya dan hatinya akan tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah! hanya dengan mengingat Allah hati akan merasa tenang."* Melalui penerapan konseling Qur'ani ini, diharapkan konseli dapat membangun harapan yang positif untuk meningkatkan kesiapan mentalnya dengan memperkuat nilai-nilai spiritual serta keterampilan hidup.

5. *Treatment*

Pada tahap ini konseli diminta untuk melakukan Langkah-langkah dalam konseling Qur'ani, *treatment* ini terdapat tiga sesi

Sesi, Tanggal	Surat Ayat, Juz, dan Terjemahnya	Respon Konseli
Pertama, 24 September 2024	Al- A'rof ayat 96-120. Fokus muhasabah pada ayat 96 yaitu: وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَٰكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ ﴿٩٦﴾ Yang artinya: 96. <i>Jika penduduk negeri-negeri yang beriman dan bertakwa, pasti Kami akan menyediakan berbagai keberkahan dari langit dan bumi untuk mereka. Namun, mereka mengingkari (para rasul dan firman- Firman Kami). Oleh karena itu, kami menyiksa mereka akibat dari apa yang selalu mereka lakukan.</i>	Menangis. Dia merasa menyesal setelah meresapi makna dari ayat tersebut. "Bener juga ya mbak, andai saja saya tidak melakukan hal itu, mungkin saat ini saya tidak akan berada disini. Ini adalah balasan atas ketidak syukuran saya kepada nikmat Allah yang telah diberikan kepada saya".

Sesi, Tanggal	Surat Ayat, Juz, dan Terjemahnya	Respon Konseli
Kedua, 25 September 2024	At-Thur ayat 32-42 Juz 27. Fokus muhasabah pada ayat 48-49 yaitu: وَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ حِينَ تَقُومُ ﴿٤٨﴾ وَمِنَ اللَّيْلِ فَسَبِّحْهُ وَإِدْبَارَ النُّجُومِ ﴿٤٩﴾ Yang artinya: 48. Bersabarlah (Nabi Muhammad) dalam menanti keputusan Tuhanmu, karena sesungguhnya engkau berada di bawah pengawasan Kami! Bertasbihlah dan bertahmid (memuji) Tuhanmu saat engkau bangun! 49. Bertasbihlah kepada-Nya di beberapa malam dan saat bintang-bintang mulai terbenam (waktu subuh).	Merenung. “<i>menunggu ketetapan Tuhan</i> adalah hal yang berada di masa mendatang (kecemasan akan pandangan masyarakat nantinya). itu artinya kita harus bersabar dan berpasrah pada allah akan semua hal yang akan terjadi di masa depan kan mbak.”
Ketiga, 27 September 2024	Ar-Ra'd ayat 19-28 Juz 13. Fokus muhasabah pada ayat 28 yaitu: الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾ Yang artinya: 28. (Yaitu) orang-orang yang percaya dan hati mereka merasa tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah, hati akan selalu tenang.	Tersenyum. “Baiklah mbak, memang seharusnya saya harus lebih mendekat pada allah lagi untuk menambah keimanan saya. Saya akui setiap saya melakukan ibadah (sholat, mengaji, dzikir) hati saya selalu merasa damai, seakan-akan lupa akan hal yang saat ini selalu saya khawatirkan

6. Evaluasi

Pada tahap ini, konselor mengevaluasi hasil dari konseling yang telah dilaksanakan pada konseli. Wawancara dilaksanakan dengan konseli guna mengidentifikasi sejauh mana perubahan telah terjadi. Hasil dari proses konseling yang berlangsung selama dua minggu menunjukkan bahwa kecemasan konseli mulai berkurang secara bertahap. Konseli mengalami berbagai perubahan setelah konseling dilakukan, tetapi perubahan tersebut tidak segera tampak pada konseli, melainkan terjadi

Studi kasus: mereduksi kecemasan pada narapidana wanita prapembebasan di
Lapas kelas II A Banyuwangi. 9

secara bertahap.

Secara umum, hasil dari proses konseling Qur'ani menggunakan
metode terapi baca Qur'an dapat dianggap berhasil, ditunjukkan dengan

adanya perubahan positif dalam diri konseli. Ini terbukti melalui hasil wawancara dan pengamatan terhadap konseli mengenai kemajuannya.

“Alhamdulillah mbak, semenjak proses konseling sampai saat ini. saya sudah mendapatkan ketenangan dari Al-Qur'an. Saya sudah tidak terlalu khawatir lagi akan masa depan seperti apakah yang akan diberikan oleh Allah nantinya, saya juga bisa tidur nyenyak, tidak banyak melamun lagi. Saya lebih banyak menggunakan waktu saya untuk mendekat diri pada Allah yang bisa membuat saya lebih tenang dan InsyaAllah siap akan menghadapi semua masalah yang ada atau bahkan yang akan datang. Saya sudah merasa sanggup untuk kembali membesarkan anak-anak yang selama ini saya tinggalkan. Saya akan berusaha membuat mereka menerima ibunya ini yang berstatus mantan narapidana.”

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa konseli yang awalnya sangat cemas dan khawatir kini sudah tidak terlalu khawatir, sudah dapat tidur dengan nyenyak meskipun pernah satu kali dalam dua hari berturut-turut ia tidak bisa tidur, tidak melamun ataupun gelisah lagi, keadaannya telah membaik berbeda dengan sebelum ia bersedia untuk konseling. Konseli juga sangat antusias untuk bertemu dengan anak-anaknya saat ia bebas dari penjara kelak. Optimis dan percaya dapat mendidik anak-anaknya dengan baik, setelah sebelumnya merasa tidak sanggup menghadapi mereka saat mengetahui bahwa ibunya adalah mantan narapidana.

Penelitian ini konsisten dengan temuan (Zulkifli A et al., 2022) yaitu salah satu konsep konseling yang berupaya membantu orang mencapai potensi penuh mereka dan menemukan solusi atas kesulitan mereka adalah konseling Al-Quran. Metode konseling Qur'ani diterapkan secara sengaja agar konseli terus memperoleh nilai-nilai keislaman selama proses konseling dan terapi berjalan. (Adz-Dzaky, 2004) menyatakan bahwa konseling Qur'ani adalah proses di mana konselor memberikan dukungan kepada klien agar bisa mengembangkan potensi intelektual, emosional, dan spiritualnya, serta percaya dapat mengatasi permasalahan secara mandiri berdasarkan Al-Qur'an. Sesuai dengan firman Allah surat Al-Baqoroh Ayat 186 :

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ١٨٦

Artinya: Jika hamba-hamba-Ku meminta penjelasan kepadamu (Nabi Muhammad) mengenai Diri-Ku, sesungguhnya Aku hadir. Aku memenuhi permintaan orang yang berdoa jika dia berdoa kepada-Ku. Oleh karena itu, mereka harus taat kepada perintah-Ku dan percaya kepada-Ku agar selalu berada dalam kebenaran.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Sholihah & Ningsih, 2024) yang menggunakan serangkaian proses konseling Qur'ani pada kecemasan yang dialami mahasiswa di UINSA mengalami penurunan yang signifikan. Hal ini juga didukung (Izzan, 2023) dalam penelitiannya yang mengungkapkan bahwa penerapan strategi Qur'ani yang berlandaskan prinsip *growth mindset* efektif dalam mengatasi kecemasan sekaligus mendukung pengembangan pribadi. Selain itu, (Maliki & Luthf, 2017) mengatakan bahwasannya bimbingan konseling berbasis Qur'ani mampu mengentaskan problematika stres. Konseling Islam juga efektif dalam mengurangi tingkat stres, kecemasan, dan depresi di antara para narapidana, serta berdampak positif bagi kesehatan mental narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Yogyakarta (Pahlewi, 2024).

Adapun manfaat dari hasil penelitian ini yaitu dapat diketahui gambaran keseluruhan proses konseling Qur'ani dengan metode terapi Al-Qur'an yang digunakan untuk mengurangi kecemasan narapidana yang akan terbebas dari penjara khususnya narapidana wanita yang sudah berkeluarga. Diharapkan peneliti selanjutnya, nantinya dapat mengembangkan hasil penelitian ini dengan variasi dan inovasi yang berbeda, misalnya pada narapidana wanita yang belum berkeluarga. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan metode konseling Qur'ani lainnya seperti metode penalaran, metode kisah, murotal dan lainnya lagi. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya jumlah informan yang terbatas. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak informan guna memahami berbagai karakteristik klien yang berbeda. Selain itu, keterbatasan waktu dan komunikasi membuat penelitian ini belum dapat mengeksplorasi manfaat jangka panjang konseling Qur'ani secara menyeluruh. Oleh karena itu, peneliti berikutnya diharapkan dapat menjalin komunikasi berkelanjutan dengan konseli setelah mereka bebas dari penjara untuk mendalami dampaknya lebih lanjut.

Simpulan

Proses pelaksanaan konseling Qur'ani yang dilakukan memiliki serangkaian tahapan yaitu :

1. Konselor membangun rapport dengan konseling agar proses konseling berjalan dengan suasana nyaman dan menyenangkan.
2. Konselor memberitahukan dan meyakinkan klien untuk mengikuti langkah-langkah yang akan dilakukan dalam proses konseling.
3. Konselor memberikan kesempatan pada klien untuk merenungkan perasaan-perasaan yang ia alami saat ini, pada langkah ini klien menunjukkan gejala-gejala kecemasan yang dialaminya.
4. Konselor mengajak klien bermuhasabah setelah membaca dan mentadaburi ayat-ayat Al-Qur'an dan diimplementasikan pada kehidupan sehari-harinya.

5. Tahapan terakhir adalah memahami kemajuan klien setelah menerima bantuan. Kegiatan ini juga berperan sebagai sarana untuk menilai manfaat dukungan yang disediakan bagi kemajuan klien. Klien menunjukkan sejumlah perubahan, seperti berkurangnya kecemasan yang dirasakan, bisa tidur dengan baik, dan menerima tentang dirinya sendiri.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Kalapas kelas II A Banyuwangi, Bapak Agus Wahono beserta anggota BIMKESWAT yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada kami untuk melakukan magang keprofesian dan penelitian di Lapas kelas II A Banyuwangi. Bapak Ahmad Syamsul Muarif, S. Sos., M.A, serta Bapak Ibu Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat Banyuwangi yang telah memberikan arahan kepada praktikan untuk mempelajari Praktik Layanan Konseling Individu.

Daftar Rujukan

- Adz-Dzaky, M. H. B. (2004). *Konseling & psikoterapi Islam: penerapan metode sufistik*. Fajar Pustaka Baru. <https://books.google.co.id/books?id=XFNmAAACAAJ>
- Agustanova, D. E. (2015). *Memahami metode penelitian kualitatif teori dan praktik*. Calpulis.
- Albari, M. M. (2022). *Konsep konseling Qur'ani dalam mengatasi masalah moral menurut Ridwan* [Fakultas Dakwah UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto]. https://repository.uinsaizu.ac.id/13308/1/MohMisbahusani_Albari_Konsep_Konseling_Qur%27ani_Dalam_Mengatasi_Masalah_Moral_Menurut_Ridwan.pdf
- Azani, N., Arifi, A., Harahap, L., Islam, U., Sunan, N., Yogyakarta, K., Islam, U., & Raden, N. (2022). Studi kualitatif tentang solusi Al-Qur'an terhadap konflik keluarga pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. *Madania Jurna Ilmu-Ilmu Keislaman*, 12(12), 114–127.
- Azka, M. A., & Hamzah, I. (2024). Pembinaan kemandirian sebagai sarana peningkatan efikasi diri narapidana di Lembaga Pemasyarakatan kelas II A Sidoarjo. *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 6(3), 81–90.
- Corey, G. (2013). *Teori dan praktek konseling & psikoterapi*. Terjemah E. Koswara. Refika Aditama.
- Ghiasi, A., & Keramat, A. (2018). *The effect of listening to Holy Quran recitation on anxiety: A systematic review*. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(6), 411–420. https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_173_17
- Hadiyamsah, F. (2020). Perbedaan tingkat kecemasan antara narapidana laki-

- laki dan narapidana perempuan menjelang bebas di Lembaga Pemasyarakatan kelas II A Jember.
- Hartini, N., Hidayati, N. O., & Amira, I. (2023). Kecemasan pada warga binaan pemasyarakatan menjelang bebas: literatur review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(3), 196–205. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.9401>
- Hidayat, B., Rahman, A. A., Nugroho, S., Leybina, A. V, Muliadi, R., Listyani, N., & Lubis, L. T. (2023). *Al-Qur'an and dzikir: are they effective to overcome anxiety caused by Covid-19 as a pandemic condition?* *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 9(1), 61–76. <https://doi.org/10.19109/psikis.v9i1.16634>
- Izzan, A. (2023). Menggali konsep *growth mindset* dalam al-qur'an: strategi qur'ani mengatasi kecemasan dan pengembangan pribadi. *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al- Qur'an Dan Tafsir* ISSN:, 8461. <https://doi.org/10.15575/al-bayan.v8i2.38658>
- Maliki, & Luthf, M. (2017). Bimbingan konseling berbasis Qur'ani dalam mengentaskan problematika stress. *Al -Tazkiah: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 6(2), 111–129.
- Muarif, A. S., Anikoh, I., & Prahasti, C. I. (2024). *Gestalt with mirror media empty chair technique; case study of students victims of bullying*. *Jurnal At-Taujih: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, VI(2), 1–18.
- Muhlashin, I. (2021). Negara hukum, demokrasi dan penegakan hukum di Indonesia. *Jurnal Al- Qadau: Peradilan Dan Hukum Keluarga Islam*, 8(1), 87–100.
- Mulyani, K., & Karneli, Y. (2022). Mereduksi kecemasan dalam pernikahan dengan konseling Gestalt. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 275–284. <https://doi.org/10.26539/teraputik.53414>
- Nindialoka, H. (2021). *Group reality therapy* untuk mereduksi kecemasan narapidana wanita dalam menghadapi respon sosial menjelang masa pembebasan bersyarat. *Procedia: Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 9(3). <https://doi.org/10.22219/procedia.v9i3.13584>
- Octaguna, A., Putri, A. I., Matthew, K., & Universitas, H. (2023). Peranan Lembaga Pemasyarakatan dan partisipasi masyarakat dalam membantu proses reintegrasi sosial narapidana. *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains dan Sosial Humanioral*, 2023, 1–17. <https://doi.org/10.11111/nusantara.xxxxxxx>
- Pahlewi, R. M. (2024). *The impact of Islamic counseling on the mental health of prisoners in Yogyakarta Correctional Institution*. *SRAWUNG: Journal of Social Sciences and Humanities*, 3(3), 21–18.
- Pangesthi, F. H. (2022). Kecemasan narapidana menjelang bebas dari tahanan (studi deskriptif pada narapidana Lembaga Pemasyarakatan kelas II A

- Sragen. In *Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta* (Issue 8.5.2017). <https://dataindonesia.id/sektor-riil/detail/angka-konsumsi-ri-naik-jadi-5648-kgkapita-pada-2022>
- Rahmat, C. P., & Sugara, H. (2024). Pelatihan literasi untuk meningkatkan kecakapan hidup siswa SMAN 30 Jakarta. *Pamasa: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 25-31.
- Salsabila, A. Y., Hadi, S., Islam, U., Kiai, N., & Siddiq, A. (2022). Hubungan antara *coping* religiusitas dengan kecemasan narapidana menjelang masa bebas di Lembaga Pemasyarakatan kelas II A Kabupaten Banyuwang. *PSYCHOSPIRITUAL: Journal Of Trends In Islamic Psychological Research*, 1, 10–24.
- Sholihah, M., & Ningsih, C. Y. (2024). *Qur'anic counseling with motivational guidance QS. Al- Baqarah verses 155-156, in overcoming anxiety in one of the students. Dirasah: International Journal of Islamic Studies*, 2(1), 87–95.
- Solihatun, S., Arlitanian, I., Kodariyah, K., & Pgri, U. I. (2024). Profil Gangguan kecemasan siswa yang tinggal di Panti Asuhan Asuwain Timor. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 95–105. <https://doi.org/10.26539/teraputik.823281>
- Usraleli, U., & Forwaty, E. (2022). Penerapan *thought stopping* dan *assertive training* terhadap kecemasan warga binaan sebelum bebas di Lembaga Perempuan kelas II A Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1) 586.
- <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.2202>
- Zulkifli A, Sa'adah, N., & Alawiyah, D. (2022). Analisis layanan bimbingan dan konseling Qur'Anidalammenumbuhkankesadaranberagamapesertadididiksekolah. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani*, 8(1), 88–94 <https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i1.892>

Competing interests:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1) Lampiran 1 : LoA (Letter of Acceptance)



TERAPUTIK: JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING

Pusat Kajian Penelitian dan Pengembangan BK (PKPP BK)

Jl. Raya Tengah No. 80, Kec. Pasar Rebo, Jakarta Timur, 13760, Indonesia

Url: <https://journal.unindra.ac.id/index.php/terapeutik/index> -Humas:+62821-3453-7924

March 25th, 2025

 Re : Letter Of Acceptance (LoA)

Dear : 1. Indana Nazihatun Ni'mah
Universitas KH Mukhtar Syafaat
2. Ahmad Syamsul Muarif
Universitas KH Mukhtar Syafaat

We congratulated for your achievement. We are please to inform that your paper, entitled:

“Konseling Qur’ani dan Kecemasan : Studi Kasus Narapidana Wanita Pra-Pembebasan Di Lapas Kelas II A Banyuwangi”

Has been **ACCEPTED** and will be proceed to be published in Journal of Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling Unindra **Volume 9, Number 1, 2025**. Published in the period **June**. We will notify you after the issue has been published.

With the issuance of this LoA, the author agrees that the journal with the title above is purely the work of the author and has not or will not be sent to be published elsewhere, so that autoplaiation does not occur. Thank you very much for participating in our Journal. Thus this letter is given to be used properly.

Kindest Regards,

Editor in Chief of Terapeutik Journal



Candra Prasiska Rahmat, M.Pd.

2) Lampiran 2 : 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 : 51.2.12/041.35/UIMSya/FDKI/C.8/1/2025
Lamp. : -
Hal : **SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Kepada Yang Terhormat:
Kepala Lembaga Pemasarakatan Kelas IIA Banyuwangi
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:

N a m a	: INDANA NAZIHATUN NI'MAH
NIM	: 2112211014
Fakultas	: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat	: SODONGAN RT/12 RW/05 BUMIHARHO BOROBUDUR MAGELANG JAWA TENGAH
No HP	: 088983340497
Dosen Pembimbing	: Coach. AHMAD SYAMSUL MUARIF, S.Sos., M.A., CHt., CN.NLP

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

Adapun judul penelitiannya adalah:

"Konseling Qur'ani dan Kecemasan : Studi Kasus Narapidana Wanita Pra-Pembebasan Di Lapas Kelas II A Banyuwangi"

Atas perkenan dan kerjasamanya yang baik diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banyuwangi, 1 Januari 2025


Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom
NIDY : 3150128107201

3) Lampiran 3 : Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian



KEMENTERIAN IMIGRASI DAN PEMASYARAKATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL PEMASYARAKATAN
KANTOR WILAYAH JAWA TIMUR
LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA BANYUWANGI
Jalan Letkol Istiqlah No 59, Kab. Banyuwangi, Jawa Timur
Laman : lapasbanyuwangi.kemenkumham.go.id, Pos-el : lapasbanyuwangi@yahoo.co.id

3 Januari 2025

Nomor : WP15.PAS.PAS.13.UM.01.01 - 14
Lampiran : -
Perihal : Surat Pemberian Izin

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Universitas KH. Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi

Di- BANYUWANGI

Merujuk Surat Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi Tanggal 1 Januari 2025 Nomor : 51.2.12/041.44/UIMSYA/FDKI/C.8/I/2025 Perihal : Surat Keterangan Penelitian.

Dengan ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan dan memberikan ijin kepada mahasiswa :

Nama : INDANA NAZHATUN NI'MAH
NIM : 2112211014
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Sodongan RT.12/RW.05 Bumiharjo, Borobudur, Magelang, Jawa Tengah
No. HP : 088983340497
Dosen Pembimbing : Ahmad Syamsul Muarif, S.Sos., M.A,CHt., CN.NLP

Untuk dapat melaksanakan penelitian dalam rangka penyelesaian program tugas akhir di Lapas Kelas IIA Banyuwangi dengan ketentuan tetap mematuhi tata tertib Lapas.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

KEPALA
AGUS WAHONO

Tembusan :

- Kepala Kantor Wilayah Direktorat Jenderal Pemasyarakatan Jawa Timur Kementerian Imigrasi dan Pemasyarakatan di – S U R A B A Y A ;
- Arsip

4) Lampiran 4 : Plagiasi



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

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

Nomor : *SL.L. n/ DSy. n/ UIMSYA/ 1041/ B. n/ 1/2025*

Yang bertanda tangan dibawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi, dengan ini menerangkan bahwa telah dilakukan cek similaritas terhadap naskah Artikel:

Nama : Indana Nazihatun Ni'mah
NIM : 2112211014
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Jenjang : Sarjana (S.1)
Dengan Hasil : 19%

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagai salah satu syarat menempuh ujian artikel

Banyuwangi, 21 Mei 2025


Dekan

Agus Ralhaqi, S.Ag., M.I.Kom.
NIP. 3150128107201

5) Lampiran 5 : Kartu Bimbingan



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

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : INDARA HAZHATUL NI'MAH

NIM : 2112211014

Program Studi : BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

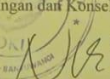
Judul Skripsi : STUDI KASUS : MEREDUKSI KECEMASAN PADA
HAZIDARA WATIKA RA -PEMBERASAAN DI LAPAS
KELAS II A BANYUWANGI DEPTEN KONSELING
QUE'ATI

Pembimbing : Coach Ahmad Syamsul Muarif S.Sos.M.A

No.	Topik Pembahasan	Tanggal	Tanda Tangan Pembimbing
1	Acc Judul	22/10/24	
2	Penerapan rumah Jurnal	22/11/24	
3	Pendahuluan	05/12/24	
4	Revisi Pendahuluan	06/12/24	
5	Metode	23/12/24	
6	Revisi	30/12/24	
7	Revisi Sempurno	02/01/25	
8	Hasil	10/01/25	
9	Pembahasan	13/01/25	
10	Revisi	02/02/25	
11	Kesimpulan	04/02/25	
12			

Blokagung, 26 - 05 - 2025

Ketua Prodi
 * Bimbingan dan Konseling Islam



Nurin Baroroh, M.Psi. Psikolog
 NIP. 3152304039301

6) *Lampiran 6 : Dokumentasi Penelitian*

Gambar 1. Memasuki blok wanita



Gambar 2. Pelaksanaan Program Konseling Qur'ani



Gambar 3. Sharing Bersama Pamong dan pendampingan terhadap warga binaan lainnya



Gambar 4. Dokumentasi bersama Pembimbing dan Pamong di Lapas Kelas IIA Banyuwangi



7) *Lampiran 7 : Pedoman Wawancara*

Pedoman Wawancara

Nama :

Usia :

Hari/Tanggal :

Tujuan observasi :

Mengidentifikasi sumber kecemasan narapidana sesuai dengan tiga jenis kecemasan Freud (realistis, moral, neurotis) dan menilai dampak konseling Qur'ani terhadap kecemasan tersebut.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apa yang menjadi ketakutan terbesar Anda terkait penerimaan masyarakat setelah kebebasan?	
2.	Bagaimana Anda melihat peluang Anda untuk mendapatkan pekerjaan atau melanjutkan kehidupan normal?	
3.	Bagaimana perasaan Anda terhadap kesalahan yang telah dilakukan?	
4.	Apakah Anda merasa bersalah atau malu kepada keluarga, anak, atau orang-orang terdekat?	
5.	Apakah Anda merasa cemas tanpa alasan yang jelas atau memiliki kekhawatiran berlebihan terhadap hal-hal kecil?	
6.	Bagaimana pikiran-pikiran negatif memengaruhi tidur atau aktivitas sehari-hari Anda?	
7.	Dalam proses membaca Al-Qur'an, apakah ada ayat tertentu yang membuat Anda merenungkan kesalahan Anda atau mengurangi perasaan bersalah?	
8.	Apakah Anda merasa lebih tenang setelah menyadari bahwa Allah memberi kesempatan untuk memperbaiki diri?	

9.	Bagaimana pengalaman spiritual dari konseling Qur'ani membantu Anda mengatasi rasa cemas?	
10.	Apakah Anda merasa lebih mampu menghadapi tantangan setelah mengikuti konseling Qur'ani?	
11.	Bagaimana pendapat Anda tentang efektivitas pendekatan spiritual dalam menangani pikiran-pikiran negatif atau rasa bersalah?	

8) Lampiran 8 : Pedoman Observasi

Pedoman Observasi

Nama :

Usia :

Hari/Tanggal :

Tujuan Observasi :Mengamati perilaku narapidana untuk memahami tanda-tanda kecemasan realistis, moral, dan neurotis yang muncul sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling Qur'ani.

no	Aspek yang diiamati	Tanda-tanda	ket
1.	Kecemasan Realistis	Sering melamun	
		Menghindari diskusi tentang masa depan	
2.	Kecemasan Moral	Menangis	
		Menghindari diskusi kesalahan masalalu	
		Respond selama muhasabah dengan ayat al-qur'an	
3.	Kecemasan Neurotis	Gelisah	
		Mengkhawatirkan hal-hal yang tidak jelas.	

9) *Lampiran 9 : Modul Konseling Qur'ani*

MODUL
KONSELING QUR'ANI UNTUK MENGURANGI
KECEMASAN



Indana Nazihatun Ni'mah

2112211014

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan merupakan salah satu bentuk gangguan emosional yang paling umum, yang dapat dialami oleh siapa saja, terutama mereka yang berada dalam kondisi penuh tekanan dan ketidakpastian. Bagi narapidana wanita yang menjelang masa pembebasan, kecemasan sering kali muncul akibat kekhawatiran terhadap penerimaan masyarakat, ketidakpastian masa depan, serta ketakutan akan ketidakmampuan untuk beradaptasi kembali di lingkungan luar. Jika tidak ditangani secara tepat, kondisi ini berpotensi memperburuk kondisi psikologis dan menghambat proses reintegrasi sosial mereka (Octaguna et al. 2023).

Konseling sebagai intervensi psikologis telah berkembang ke dalam berbagai pendekatan, salah satunya adalah Konseling Qur'ani (Az-Zahrani 2005). Konseling Qur'ani yaitu metode konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai dan ajaran dalam Al-Qur'an sebagai sumber inspirasi, penyembuhan, dan ketenangan jiwa. Pendekatan ini tidak hanya bersifat psiko-edukatif, tetapi juga spiritual, sehingga dapat menyentuh lapisan terdalam dari eksistensi manusia. (Adz-Dzaky 2004)

Dalam Islam, Al-Qur'an diyakini sebagai petunjuk hidup (hudan), penyembuh (syifa'), dan penenteram hati. Sebagaimana firman Allah SWT:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Terjemahan Kemenag 2019

28. Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka yang menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tentram.

Studi-studi kontemporer juga menunjukkan bahwa pendekatan Qur'ani efektif dalam mengatasi berbagai masalah psikologis. Misalnya, penelitian (Kurnia et al. 2023) bahwasannya konseling qur'ani mampu mengurangi tingkat kecemasan yang dialami Wanita dewasa lajang dalam menanti pasangan hidup. Demikian pula, (Izzan 2023) dalam studinya menemukan bahwa penerapan ayat-ayat Al-Qur'an dalam proses konseling mampu memberikan efek terapeutik yang signifikan terhadap stres dan kecemasan klien.

B. Tujuan Modul

- Memberikan panduan praktis bagi konselor dalam menerapkan konseling Qur'ani.
- Membantu narapidana wanita mengatasi kecemasan menjelang pembebasan secara spiritual dan psikologis.
- Mengintegrasikan nilai-nilai keislaman dalam proses pemulihan mental.
- Meningkatkan kesiapan spiritual dan sosial narapidana untuk menghadapi reintegrasi ke masyarakat.

Modul ini disusun untuk menjadi panduan praktis dalam penerapan Konseling Qur'ani khususnya bagi narapidana wanita menjelang pembebasan, yang sering kali mengalami tingkat kecemasan tinggi. Modul ini juga dirancang berdasarkan data empiris dari penelitian kualitatif yang membuktikan efektivitas pendekatan Qur'ani dalam mereduksi kecemasan melalui pendekatan psikospiritual.

C. Sasaran Modul

Modul ini ditujukan bagi:

- Konselor dan pembina keagamaan di lembaga pemasyarakatan.
- Mahasiswa dan akademisi di bidang bimbingan konseling Islami.
- Praktisi yang tertarik pada pendekatan integratif antara psikologi dan spiritualitas Islam.
- Narapidana wanita sebagai pihak yang langsung menjadi penerima manfaat.

D. Dasar Teoretis dan Empiris

Dalam teori psikoanalisis yang dikembangkan oleh Sigmund Freud, kecemasan dipahami sebagai sinyal dari konflik internal yang terjadi di antara struktur kepribadian manusia: id, ego, dan superego. Freud membagi kecemasan menjadi tiga kategori: kecemasan realistik, moral, dan neurotik. Kecemasan moral, misalnya, muncul ketika seseorang merasa bersalah atau berdosa karena tidak memenuhi standar internalnya (Corey 2013).

Pendekatan Qur'ani menawarkan cara berbeda namun saling melengkapi, yaitu mengarahkan individu pada kesadaran spiritual bahwa setiap masalah memiliki makna dan solusi dalam petunjuk ilahi. Interaksi dengan ayat-ayat Al-Qur'an dapat memberikan rasa aman, arah hidup, dan semangat untuk berubah. Konseling Qur'ani mengarahkan konseli untuk bertobat, menerima diri, dan kembali kepada Allah sebagai jalan kesembuhan sejati.

BAB II

KONSELING QUR'ANI SEBAGAI PENDEKATAN SPIRITUAL

A. Pengertian Konseling Qur'ani

Konseling Qur'ani merupakan pendekatan konseling yang menjadikan Al-Qur'an sebagai sumber utama dalam proses pemulihan psikologis dan spiritual. Pendekatan ini tidak hanya menggunakan Al-Qur'an sebagai bacaan atau simbol keagamaan, tetapi sebagai *hikmah hidup*, petunjuk, dan obat bagi jiwa yang sedang gelisah. Tujuannya adalah membantu individu memahami makna hidup, menyadari eksistensi dirinya di hadapan Allah, dan membangun kekuatan ruhiyah untuk menghadapi persoalan hidup.

Menurut (Adz-Dzaky 2004), Konseling Qur'ani adalah aktivitas bimbingan yang membantu individu mengembangkan potensi akal, jiwa, dan imannya serta menanggulangi problematika hidup berdasarkan nilai-nilai Al-Qur'an. Ini menjadikan Al-Qur'an sebagai sumber utama intervensi, bukan sekadar tambahan atau pelengkap.

B. Prinsip-Prinsip Konseling Qur'ani

Prinsip utama konseling Qur'ani didasarkan pada keyakinan bahwa manusia adalah makhluk spiritual yang butuh bimbingan dari wahyu. Prinsip-prinsip utama konseling Qur'ani antara lain:

- Tauhid: Menjadikan Allah sebagai pusat segala upaya pemulihan jiwa.
- Tazkiyatun Nafs: Pembersihan jiwa sebagai dasar dari penyembuhan psikologis.
- Syifa' Qur'ani: Meyakini Al-Qur'an sebagai obat bagi hati dan akal (QS. Al-Isra: 82).

- Tadabbur: Merenungi makna ayat untuk membangun kesadaran spiritual.
- Taubat: Kesadaran akan kesalahan sebagai awal transformasi diri.

C. Nilai-Nilai Qur'ani dalam Proses Konseling

Beberapa nilai utama dari Al-Qur'an yang relevan dalam membantu konseli mengatasi kecemasan antara lain:

- Tawakal: Menyerahkan hasil kepada Allah setelah berusaha (QS. Ali Imran: 159).
- Sabar: Ketabahan dalam menghadapi ujian hidup (QS. Al-Baqarah: 153).
- Husnuzhon: Berbaik sangka kepada Allah dan masa depan (QS. At-Taubah: 51).
- Raja' dan Khauf: Harapan akan rahmat Allah dan rasa takut yang sehat akan akibat dosa.

Nilai-nilai ini berfungsi sebagai "terapi spiritual" yang dapat memperkuat daya tahan mental dan memberi makna terhadap penderitaan atau rasa takut yang dialami konseli.

D. Relevansi Ayat-Ayat Al-Qur'an terhadap Kecemasan

Al-Qur'an secara langsung maupun tidak langsung membahas kondisi psikologis manusia, termasuk kecemasan, kesedihan, dan ketakutan. Ayat-ayat berikut sering digunakan dalam konseling Qur'ani:

- *“Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”*
(QS. Ar-Ra'd: 28)
- *“Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.”*
(QS. Al-Isra': 82)

- “*Janganlah kamu bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita.*”
(QS. At-Taubah: 40)

Ayat-ayat ini digunakan dalam proses **tadabbur**, di mana konseli diajak untuk merenungi makna yang terkandung di dalamnya dan mengaitkannya dengan pengalaman hidup yang sedang dijalani.

E. Landasan Teologis dan Psikologis

Dari sisi teologis, Konseling Qur’ani didasarkan pada keyakinan bahwa Al-Qur’an adalah *petunjuk (hudan)*, *penawar (syifa’)*, dan *rahmat* bagi mereka yang mencari jalan lurus. Oleh karena itu, proses pemulihan tidak hanya bersifat mental tetapi juga menyentuh dimensi spiritual yang mendalam.

Dari sisi psikologis, pendekatan ini memiliki kesesuaian dengan teori-teori modern tentang psikoterapi yang menekankan pentingnya makna hidup, penerimaan diri, dan hubungan dengan kekuatan yang lebih tinggi. Dalam pendekatan logoterapi misalnya, Viktor Frankl menyebut bahwa makna spiritual dapat menjadi sumber kekuatan utama untuk bertahan dari penderitaan—sejalan dengan fungsi Al-Qur’an dalam memberi makna dan arah dalam hidup (Ach. Sudrajad Nurismawan et al. 2023).

BAB III

KECEMASAN DAN KONDISI PSIKOLOGIS NARAPIDANA WANITA

A. Definisi dan Jenis Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan khawatir atau takut yang bersifat intens terhadap sesuatu yang belum atau tidak pasti. Menurut American Psychiatric Association (2013), kecemasan dapat dibagi menjadi beberapa jenis, seperti gangguan kecemasan umum, fobia sosial, dan gangguan panik.

B. Faktor Pemicu Kecemasan pada Narapidana

Narapidana wanita menjelang pembebasan menghadapi berbagai tekanan, seperti:

- Ketakutan terhadap penolakan sosial
- Kecemasan akan pengulangan kesalahan
- Ketidakpastian terhadap pekerjaan dan keluarga
- Stigma dari lingkungan sekitar

C. Kecemasan Menjelang

Pembebasan Menjelang pembebasan, narapidana mengalami konflik batin antara harapan dan ketakutan. Mereka dihadapkan pada tekanan psikis karena harus beradaptasi kembali dengan lingkungan luar yang telah lama ditinggalkan.

D. Psikodinamika Kecemasan (Teori Freud) Freud membagi kecemasan menjadi:

- Realistis: Ketakutan terhadap bahaya nyata
- Moral: Rasa bersalah karena melanggar nilai moral

- Neurotis: Ketakutan akan kehilangan kontrol terhadap dorongan bawah sadar

E. Dampak Kecemasan

Jika Tidak Ditangani Jika kecemasan tidak ditangani, maka dapat:

- Menghambat proses rehabilitasi
- Menyebabkan depresi dan gangguan psikis lain
- Memicu keinginan untuk kembali ke lingkungan lama (residivisme)

BAB IV

STRATEGI KONSELING QUR'ANI UNTUK MENGURANGI KECEMASAN

Konseling sebagai intervensi psikologis telah berkembang ke dalam berbagai pendekatan, salah satunya adalah Konseling Qur'ani, yaitu metode konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai dan ajaran dalam Al-Qur'an sebagai sumber inspirasi, penyembuhan, dan ketenangan jiwa. Pendekatan ini tidak hanya bersifat psiko-edukatif, tetapi juga spiritual, sehingga dapat menyentuh lapisan terdalam dari eksistensi manusia.

Tahapan dalam konseling Qur'ani hampir sama dengan tahapan konseling pada umumnya hanya saja, konseling Qur'ani menekankan hubungan spiritual dan emosional antara konselor, klien, dan Allah SWT. Prosesnya meliputi:

a. Rapport

- Membangun hubungan saling percaya antara konselor dan klien.
- Memberikan rasa nyaman bagi klien untuk berbagi perasaan dan pengalaman.

b. Identifikasi Masalah

- Memahami sumber kecemasan klien melalui wawancara dan observasi.
- Menggali faktor psikologis, sosial, dan spiritual yang memengaruhi kecemasan.

c. Diagnosa

- Menentukan jenis kecemasan yang dialami (realistis, moral, atau neurotis).
- Menilai kondisi emosional dan spiritual klien secara menyeluruh.

d. Prognosa

- Menetapkan metode terapi berbasis Qur'ani yang sesuai.
- Merancang langkah-langkah intervensi spiritual.

e. Treatment

- Melakukan terapi Qur'ani melalui:
 - 1) Wudhu sebagai persiapan fisik dan spiritual
 - 2) Berdoa meminta petunjuk Allah
 - 3) Membuka Al-Qur'an secara acak (istikharah Qur'ani)
 - 4) Mentadabburi ayat yang didapat dan mengaitkannya dengan masalah
 - 5) Mengaktifkan intuisi (dzauq) dalam memahami pesan ilahi
 - 6) Menjadikan ayat tersebut sebagai hidayah dan solusi

f. Evaluasi dan Tindak Lanjut

- Menilai perubahan perilaku dan emosi pasca sesi konseling.
- Memberikan arahan lanjutan untuk menjaga kestabilan spiritual.

Dalam Islam, Al-Qur'an diyakini sebagai petunjuk hidup (hudan), penyembuh (syifā'), dan penenteram hati (QS. Ar-Ra'd: 28). Studi-studi kontemporer juga menunjukkan bahwa pendekatan Qur'ani efektif dalam mengatasi berbagai masalah psikologis. Modul ini disusun untuk menjadi panduan praktis dalam penerapan Konseling Qur'ani khususnya bagi narapidana wanita menjelang pembebasan.

BAB V

RANCANGAN MODUL PRAKTIS

A. Tujuan dan Cakupan Modul

Modul ini disusun untuk memberikan panduan praktis kepada konselor dan pendamping narapidana dalam menerapkan konseling Qur'ani menekankan hubungan spiritual dan emosional antara konselor, klien, dan Allah SWT.

B. Sasaran Modul

Modul ini dirancang untuk:

- Konselor lembaga pemasyarakatan
- Narapidana wanita menjelang pembebasan
- Pendamping keagamaan

C. Contoh Format Kegiatan Konseling (Sesi per Sesi)

Sesi 1: Pengenalan Diri dan Kecemasan

- Tujuan: Mengenali latar belakang konseli dan bentuk kecemasan yang dialami.
- Metode: Wawancara terbuka dan observasi ringan.
- Ayat: QS. Al-Baqarah: 155–156
- Kegiatan: Cerita pengalaman pribadi, refleksi diri dan pembukaan konseling.

Sesi 2: Penerimaan Diri dan Tawakal

- Tujuan: Membantu klien menerima realitas hidup dan menyerahkan hasil kepada Allah.
- Metode: Tadabbur ayat, diskusi nilai tawakal.
- Ayat: QS. At-Talaq: 2–3
- Kegiatan: Membaca ayat bersama, latihan doa tawakal.

Sesi 3: Menumbuhkan Harapan dan Optimisme

- Tujuan: Membuka perspektif baru dan meningkatkan semangat hidup.
- Metode: Pembacaan kisah Qur'ani, refleksi dan diskusi.
- Ayat: QS. Az-Zumar: 53
- Kegiatan: Menulis harapan dan tujuan hidup pasca pembebasan.

Sesi 4: Taubat dan Komitmen Perubahan

- Tujuan: Membangun kesadaran akan kesalahan masa lalu dan niat untuk memperbaiki diri.
- Metode: Introspeksi, diskusi ayat dan muhasabah.
- Ayat: QS. An-Nur: 31
- Kegiatan: Penulisan niat taubat dan resolusi pribadi.

Sesi 5: Latihan Spiritualitas dan Dzikir

- Tujuan: Membentuk rutinitas ibadah untuk menjaga ketenangan batin.
- Metode: Praktik dzikir, doa, dan tadabbur rutin.
- Ayat: QS. Ar-Ra'd: 28
- Kegiatan: Membuat jadwal ibadah harian, dzikir bersama.

Sesi 6: Evaluasi dan Perencanaan Masa Depan

- Tujuan: Menilai hasil konseling dan merancang langkah konkret pasca pembebasan.
- Metode: Refleksi akhir, diskusi terbuka.
- Ayat: QS. Al-Insyirah: 5–8
- Kegiatan: Menyusun rencana pasca pembebasan dan komitmen diri.

Modul ini diharapkan dapat menjadi alat bantu yang praktis, inspiratif, dan aplikatif dalam mendampingi narapidana wanita menjalani masa transisi dengan lebih siap secara spiritual dan psikologis.

BAB VI

PEDOMAN PELAKSANAAN KONSELING QUR'ANI

A. Pedoman Wawancara dan Observasi

Tahap awal konseling dimulai dengan penggalan data melalui wawancara dan observasi terhadap klien. Tujuannya adalah untuk memahami sumber kecemasan, tingkat kesiapan spiritual, serta kondisi emosional klien. Wawancara dilakukan secara empatik dan mendalam, sementara observasi mencakup ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan interaksi klien.

Contoh pertanyaan wawancara:

- Apa yang paling membuat Anda merasa takut menjelang pembebasan?
- Apakah Anda merasa siap kembali ke masyarakat?
- Apakah ada ayat Al-Qur'an yang memberi Anda ketenangan?

Aspek observasi:

- Respons emosional saat membahas masa depan
- Tanda-tanda fisik kecemasan seperti gelisah, gemetar, atau sulit fokus
- Sikap terhadap kegiatan ibadah dan interaksi sosial

B. Instrumen Penilaian Kecemasan

Penilaian kecemasan dapat dilakukan secara kuantitatif maupun kualitatif. Salah satu alat ukur sederhana yang dapat digunakan adalah adaptasi dari skala Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), atau skala observasi perilaku.

Kategori gejala:

- Kecemasan fisik: ketegangan, insomnia, gangguan pencernaan
- Kecemasan psikologis: rasa takut berlebihan, pikiran negatif, overthinking
- Respons spiritual: merasa jauh dari Allah, kehilangan harapan

C. Evaluasi Hasil Konseling

Evaluasi dilakukan pada akhir setiap sesi dan secara menyeluruh pada akhir program. Tujuannya adalah untuk menilai perubahan kognitif, emosional, dan spiritual klien.

Aspek evaluasi:

- Apakah tingkat kecemasan menurun?
- Apakah klien mulai menunjukkan penerimaan diri?
- Apakah terjadi peningkatan praktik ibadah?
- Apakah muncul harapan dan tujuan baru pasca pembebasan?

Metode:

- Kuesioner pra dan pasca konseling
- Refleksi tertulis
- Catatan perubahan perilaku harian

D. Catatan Perkembangan Individu

Catatan ini berfungsi sebagai dokumentasi progres klien dan alat evaluasi. Catatan mencakup:

- Identitas klien dan tanggal sesi
- Masalah yang dibahas
- Ayat yang digunakan dan respon klien
- Rekomendasi atau tindak lanjut

Catatan ini dapat disimpan secara manual atau digital dan harus dijaga kerahasiaannya sesuai dengan etika konseling.

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Modul Konseling Qur'ani ini disusun untuk memberikan panduan praktis dalam membantu narapidana wanita mengatasi kecemasan menjelang pembebasan. Pendekatan Qur'ani yang berlandaskan ayat-ayat Al-Qur'an memberikan solusi spiritual yang mendalam, menyentuh aspek psikologis dan ruhiyah klien secara menyeluruh. Melalui proses konseling ini, klien diharapkan mampu mengenali sumber kecemasan, menerima diri, memperkuat iman, dan menyusun langkah positif untuk menjalani kehidupan pasca-pembebasan.

B. Implikasi Praktis

Modul ini dapat digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan layanan konseling Islami di lembaga pemasyarakatan, khususnya bagi konselor, pembina keagamaan, atau pendamping spiritual. Modul ini juga dapat diadaptasi dalam konteks lain, seperti pendidikan atau komunitas rehabilitasi, dengan menyesuaikan isi dan pendekatannya.

C. Rekomendasi

Untuk pengembangan lebih lanjut, disarankan:

- Melakukan pelatihan konselor terkait pendekatan Qur'ani.
- Melakukan evaluasi dan revisi modul berdasarkan praktik lapangan.
- Mengembangkan variasi tema dan sesi tambahan sesuai kebutuhan klien.
- Menyusun instrumen baku untuk mengukur efektivitas konseling Qur'ani secara kuantitatif dan kualitatif.

Dengan adanya modul ini, diharapkan proses rehabilitasi mental dan spiritual narapidana tidak hanya menjadi rutinitas administratif, tetapi benar-benar menjadi sarana pemulihan diri dan penyiapan masa depan yang lebih baik dan bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

- Ach. Sudrajad Nurismawan, Anisa Ultari Lisnanti, Herlin Ika Nafilasari, and Budi Purwoko. 2023. "Pendekatan Konseling Viktor Frankl Dan Relevansinya Bagi Pendampingan Siswa Di Masa Krisis." *Jurnal Filsafat Indonesia* 6(1):126–31. doi: 10.23887/jfi.v6i1.56065.
- Adz-Dzaky, M. H. B. 2004. *Konseling & Psikoterapi Islam: Penerapan Metode Sufistik*. Fajar Pustaka Baru.
- Az-Zahrani, Musfir bin Said. 2005. "Konseling Terapi." *Jakarta: Gema Insani*.
- Corey, Gerald. 2013. "Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi. Terjemah E." *Koswara. Bandung. Refika Aditama*.
- Izzan, Ahmad. 2023. "Al-Bayan : Jurnal Studi Ilmu Al- Qur ' an Dan Tafsir Menggali Konsep Growth Mindset Dalam Al-Qur ' An : Strategi Qur ' Ani Mengatasi Kecemasan Dan Pengembangan Pribadi." *Al-Bayan: Jurnal Studi Ilmu Al- Qur'an Dan Tafsir ISSN: 8461*. doi: 10.15575/al-bayan.v8i2.38658.
- Kurnia, Rina, Andini Sophia Azzahra, Kharirotus Salamah, and Sintawati Sintawati. 2023. "Efektivitas Konseling Qur'ani Dalam Mereduksi Kecemasan Menanti Pasangan Hidup Bagi Perempuan Di Cirebon." *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal* 6(1):42. doi: 10.24235/prophetic.v6i1.14757.
- Octaguna, Afreiza, Ayesha Inaya Putri, Kent Matthew, and Herrenaw Universitas. 2023. "Peranan Lembaga Pemasyarakatan Dan Partisipasi Masyarakat Dalam Membantu Proses Reintegrasi Sosial Narapidana." *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains Dan Sosial Humanioral* (2023):1–17. doi: 10.11111/nusantara.xxxxxxx.

10) Lampiran 10 : Verbatim

VERBATIM 1

1. Nama Konseli : IN
2. Status : bekerja
3. Hari/tanggal : Sabtu / 21 September 2024
4. Pertemuan ke : 1
5. Waktu : 45 menit
6. Tempat : Blok A (Warga Binaan Wanita) Lapas Banyuwangi
7. Keterangan :
 Ko : Konselor
 Ki : konseli

Ko/Ki	Dialog	Tahapan
Ko	Selamat pagi Bu...	Attending
Ki	Pagi mbak	
Ko	Mari kita acari tempat duduk yang nyaman..	Attending
Ki	Iya mbak, bagaimana kalau di mushola saja?	
Ko	Baik mari bu, kalau boleh ibu memperkenalkan diri terlebih dahulu?	Attending
Ki	Iya mbak, Nama saya Indah Nurmayasari.	
Ko	Baik Bu Indah, saya Indana. Apakabar Bu Indah hari ini?	Attending
Ki	Alhamdulillah baik mbak	
Ko	Bu Indah sebelum kita lebih lanjut, mari kita tentukan batas waktu kita terlebih dahulu. Bagaimana kalau hari ini kita batasi sampai 45 menit bu?	Role limit
Ki	Baik mbak saya rasa itu juga sudah cukup untuk pertama kali.	
Ko	Oh ya... apakah ibu sudah berkeluarga	Topik netral
Ki	Iya mbak, saya sudah punya suami dan 2 anak. Yang pertama kelas 3 sd dan yang kedua berumur 3 tahun. Sedih sekali mbak melihat saya harus meninggalkan anak-anak saya yang masih kecil dan diasuh sendiri oleh ayahnya.	

Ko	Kalau boleh tahu Bu Indah sudah berapa lama disini?	Getting started
Ki	Saya sudah disini selama 12 bulan mbak	
Ko	Maaf nih bu, sebelumnya kalau boleh tahu kasus apa yang dialami Bu Indah dan berapa lama vonis yang telah ditetapkan?	Attending
Ki	Saya terjerat kasus KUHP 374 penyalahgunaan jabatan dan mendapat vonis hukuman selama 2 tahun. Saya menjalani tahanan penjara 13 bulan dan tahanan luar 11 bulan	
Ko	Oh...itu artinya Bu Indah hampir selesai menjalankan hukuman tahanan penjara bu? Lalu apa yang ibu rasakan Ketika tahu bahwa sebentar lagi akan bebas?	Memperkuat pernyataan
Ki	Nggak tahu ya mbak, saya bingung antara senang karena akan bertemu keluarga lagi atau sedih lebih tepatnya khawatir akan pandangan masyarakat tentang saya.	
Ko	Jadi ibu merasa khawatir akan kedepannya setelah ibu terbebas dari sini ya...	menyimpulkan
Ki	Iya mbak, Saya khawatir dan cemas apakah saya dapat Kembali pada lingkungan saya atau tida	
Ko	Baik bu masalah nya sudah kita temukan. Berhubung waktu sudah berjalan selama 45 menit, kita akhiri dulu untuk hari ini ya bu.. besok kita akan menjalankan terapi apa yang cocok digunakan untuk masalah ibu.	Penutup
Ki	Iya mbak, terimakasih. Saya berharap dengan adanya konseling ini masalah yang saya alami dapat terselesaikan.	
Ko	Amin semoga saja bu, jangan lupa berdoa pada Yang Maha Kuasa. Sampai jumpa sesi selanjutnya bu.	
Ki	Iya mbak, permisi saya pergi dulu.	

VERBATIM 2

1. Nama Konseli : IN
2. Status : bekerja
3. Hari/tanggal : Senin / 23 September 2024
4. Pertemuan ke : 2
5. Waktu : 30 menit
6. Tempat : Blok A (Warga Binaan Wanita) Lapas Banyuwangi
7. Keterangan :
 Ko : Konselor
 Ki : konseli

Ko/Ki	Dialog	Tahapan
Ko	Selamat pagi Bu...	Attending
Ki	Pagi mbak	
Ko	Bertemu lagi bu, apa kabar hari ini?	Attending
Ki	Alhamdulillah baik mbak	
Ko	Baik Bu Indah mari kita lanjutkan proses konseling kita yang kemarin ya bu	Attending
Ki	Iya mbak, saya sudah tidak sabar teknik apa yang akan mbak gunakan untuk mengatasi masalah saya.	
Ko	Hehehe. Ok Bu Indah sebelum itu mari kita tentukan batas waktu kita hari ini?	Attending
Ki	Oh iya mbak habis ini saya ada chek up rutinan	
Ko	Oalah, kalau begitu kita 30 menit saja ya bu cukup kan	Role limit
Ki	Baik mbak saya rasa itu cukup sampai jadwal saya chek up nanti	
Ko	Ok. Sebenarnya ada beberapa hal lagi yang saya ingin tanyakan bu..	Topik netral
Ki	Iya mbak, silahkan tanyakan dan insyaallah saya akan jawab	
Ko	Baik Bu Indah. Kemarin ibu bercerita ibu sudah bersuami dan memiliki 2 anak, nah bagaimana tanggapan suami ibu melihat ibu terjerat kasus ini dan mendapat hukuman yang terbilang lumayan berat.	Getting started
Ki	Ya, suami saya jelas kecewa mbak tapi mau bagaimana lagi, yang membuat	

	suami saya sangat kecewa adalah dia tahu kasus saya itu bukan dari saya melainkan dari kantor saya mbak, dan waktu itu saya sangat frustasi dan hampir bunuh diri. Berkali-kali suami saya menghubungi saya tapi tidak bisa karena saya mematikan hp saya. Hingga akhirnya saya berada di sebuah masjid dan hp saya hidupkan Kembali. Setelah beribadah, saya menghubungi suami saya, kata dia “ kamu dimana ma, pulang anak-anak nyariin kamu”. Akhirnya saya dari situ sadar mbak, ada anak dan suami saya yang menunggu saya untuk pulang.	
Ko	Itu berarti suami ibu selalu mensupport dan menerima ibu dalam keadaan apapun.	Attending
Ki	Iya mbak, hingga saya berpikir sudahlah saya menyerahkan diri saja ke polsek.	
Ko	Akhirnya Bu Indah dapat menerima dan menjalani hal tersebut sampai saat ini. dan akan bebas dalam waktu dekat dan Kembali ke keluarga ya bu?	Memperkuat pernyataan
Ki	Alhamdulillah mbak, saya dapat menjalankan hukuman tersebut sampai saat ini walau banyak drama hehe. Dan hal yang saya rasakan saat ini adalah khawatir atau cemas, lebih tepatnya cemas akan bagaimana cara menghadapi pandangan masyarakat tentang saya yang statusnya mantan narapidana	
Ko	Ya bu saya faham apa yang dialami Bu Indah saat ini adalah tingkat kecemasan yang tinggi pada hal yang akan terjadi setelah ibu bebas nanti.	menyimpulkan
Ki	Iya mbak	
Ko	Berhubung waktu sudah berjalan selama 30 menit, dan ibu sudah waktunya chek up kita akhiri pertemuan hari ini. kita lakukan teknik konseling untuk sesi besok ya bu	Penutup
Ki	Iya mbak, terimakasih. Saya tunggu tekniknya Saya berharap dengan	

	adanya konseling ini masalah yang saya alami dapat terselesaikan.	
Ko	Amin semoga saja bu, jangan lupa berdoa pada Yang Maha Kuasa. Sampai jumpa sesi selanjutnya bu.	
Ki	Iya mbak, saya permisi dulu	

VERBATIM 3

1. Nama Konseli : IN
2. Status : bekerja
3. Hari/tanggal : selasa / 24 September 2024
4. Pertemuan ke : 3
5. Waktu : 45 menit
6. Tempat : Aula Lapas Banyuwangi
7. Keterangan :
 - Ko : Konselor
 - Ki : konseli

Ko/Ki	Dialog	Tahapan
Ko	Selamat pagi Bu Indah	Attending
Ki	Pagi mbak	
Ko	Bu Indah untuk proses konseling kita kali ini kita adakan di aula ya	Attending
Ki	Iya mbak	
Ko	Berhubung kita dari kemarin sudah menceritakan apa yang dialami Bu Indah. Hari ini kita langsung masuk ke teknik konseling ya bu.	Attending
Ki	Iya mbak siap	
Ko	Untuk masalah yang bu indag alami. Kita akan mnggunakan konseling Qur'ani dengan metode terapi al-qur'an	Attending
Ki	Wah teknik apa itu mbak?	
Ko	Begini bu, konseling qur'ani adalah teknik konseling menggunakan al-qur'an dalam proses konselingnya. Karena sejatinya setiap masalah atau penyakit itu ada obatnya dan semua obat itu ada di dalam al-qur'an. Untuk kali ini kita menggunakan teknik tersebut dengan metode terapi qur'an. Nanti, di aula Bu Indah akan diarah kan sesuai caranya terapi untuk menjalankan terapi tersebut.	Getting started
Ki	Ya mbak	
Ko	Mari Bu Indah untuk mengambil air wudhu dahulu. Lalu kita berangkat ke aula ya bu.	
Ki	Iya mbak,	

Ko	Baik mari kira mulai bu. Pertama ambil nafas lalu keluarkan sampai ibu merasa tenang, lalu pejamkan mata ibu dan berniat meminta bantuan pada allah kemudian buka al-qur'an sesuai kehendak ibu.	
Ki	(Mulai mengikuti arahan)	
Ko	Baik bu silahkan dibaca, dan resapi serta fahami arti ayat yang ibu baca.	
Ki	Wah iya mbak, sangat mengena sekali ayat yang saya baca.	
Ko	Bagaimana bu, apa yang dapat ibu ambil dari potongan ayat tersebut?	
Ki	Iya mbak, saya memang lalai dalam hal tersebut. Jadi benarlah apa yang saya alami saat ini.	
Ko	Iya bu, sejatinya allah itu sayang pada hamba-hambanya dan selalu ada untuk hambanya. IBu Indah tidak perlu khawatir bagaimana hari esok cukup Bu Indah berusaha dan mendekat pada Allah Yang Maha Kuasa	menyimpulkan
Ki	Iya mbak, terimakasih	
Ko	Baik bu, saya rasa cukup untuk hari ini. perbanyak membaca al-qur'an dan saya kira kita akan bertemu beberapa hari kemudian untuk menyakan kemajuan yang Bu Indah rasakan. terimakasih	Penutup
Ki	Iya mbak, terimakasih. Saya berharap dengan adanya konseling ini masalah yang saya alami dapat terselesaikan.	
Ko	Amin semoga saja bu, jangan lupa berdoa pada Yang Maha Kuasa. Sampai jumpa sesi selanjutnya bu.	
Ki	Iya mbak, Saya pamit dulu	

VERBATIM 4

1. Nama Konseli : IN
2. Status : bekerja
3. Hari/tanggal : Rabu / 2 Oktober 2024
4. Pertemuan ke : 4
5. Waktu : 30 menit
6. Tempat : Blok A (Warga Binaan Wanita) Lapas Banyuwangi
7. Keterangan :
 Ko : Konselor
 Ki : konseli

Ko/Ki	Dialog	Tahapan
Ko	Selamat siang Bu Indah	Attending
Ki	Pagi mbak indana	
Ko	Mari kita cari tempat duduk yang nyaman..	Attending
Ki	Iya mbak, bagaimana kalau di mushola lagi saja?	
Ko	Baik mari bu, Bu Indah hari ini adalah sesi terakhir kita.	Attending
Ki	Iya mbak, tak terasa, ternyata sudah sampai ketahap ini saya.	
Ko	Baik Bu Indah, Apakabar Bu Indah hari ini?	Attending
Ki	Alhamdulillah baik mbak	
Ko	Bu Indah mungkin sesi terakhir ini kita batasi 30 menit saja ya bu?	Role limit
Ki	Iya mbak	
Ko	Bagaimana, apakah ada perubahan tentang kekhawatiran yang ibu alami?	Menakan perubahan
Ki	Alhamdulillah mbak, setelah melakukan proses konseling kemarin, saya selalu membaca al-qur'an tak lupa meresapi dan memahai arti juga melakukan beberapa dzikir yang mbak indana sarankan. Alhamdulillah kecemasan saya berkurang sedikit demi sedikit. Karena saya yakin allah selalu ada untuk hamba-hambanya.	
Ko	Iya bu. Tetap semangat bu dalam menjalankan sesi-sesi kehidupan	Penutup

	selanjutnya ya bu. Yakin allah selalu ada untuk kita.	
Ki	Iya mbak, terimakasih sekali atas bantuannya mbak indana	
Ko	Ya bu sama-sama, sampai bertemu dilain waktu. Maaf apabila beberapa hari kemarin saya ada salah sama Bu Indah	
Ki	Iya saya juga, maaf kalo ada salah, ya semoga saja kita bisa bertemu lagi. Amin	

11) Lampiran 11 : Biodata Penulis

BIODATA PENULIS



Nama : Indana Nazihatun Ni'mah
NIM : 2112211014
TTL : Magelang, 16 Mei 2003
Agama : Islam
Prodi : Bimbingan dan Komunikasi Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Telp : 088983340497
Alamat : Dsn. Sodangan. RT.12/RW.05
Desa Bumiharjo Kecamatan
Borobudur Kabupaten Magelang
Jawa Tengah

Riwayat pendidikan formal

Jenjang pendidikan	Tahun masuk	Tahun lulus	Nama sekolah/ perguruan tinggi	Bidang studi
TK A	2005	2006	TK Bumiharho	
TK B	2006	2007	TK Tunas Bangsa	
MI	2007	2014	MI MA'ARIF BUMIHARJO	
SMP	2014	2018	SMP N 1 BOROBUDUR	
SMA	2018	2021	SMA Darussalam	IPA
S1	2021	2025	UIMSYA	BKI

Riwayat pendidikan Non formal

Jenjang pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Lembaga pendidikan	Bidang studi
1-4 Ula	2018	2021	Pp Darussalam Blokagung	
1 Wusto	2021	2023	Pp Darussalam Blokagung	
2 Wusto	2023	2024	Pp Darussalam Blokagung	
1 Ulya	2024	2025	Pp Darussalam Blokagung	



**FDKI
UIMSya**

BLOK AGUNG BANYUWANGI