

**PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAMI UNTUK
MENGURANGI KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN
PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH
MUSLIMAT NU BATANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam



Oleh:

NUR KHOFIFAH
NIM. 3518033

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PEKALONGAN
2022**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Khofifah
NIM : 3518033
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAMI UNTUK MENGURANGI KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH MUSLIMAT NU BATANG”** secara keseluruhan adalah asli hasil karya/penelitian sendiri dan bukan plagiasi dari karya/penelitian orang lain, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk atau dikutip dari sumbernya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini adalah hasil plagiasi, penulis bersedia memperoleh sanksi akademik dengan dicabut gelarnya.

Pekalongan, 12 Mei 2022


an,
NUR KHOFIFAH
NIM. 3518033

NOTA PEMBIMBING

Izza Himanwanti, M. Si.

Jl. Raya Simbang Kulon. No.6 Buaran Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) ekslembar

Hal : Naskah Skripsi Saudara Nur Khofifah

Kepada Yth:

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam

di-

PEKALONGAN

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Nur Khofifah

NIM : 3518033

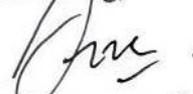
Judul : **PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAMI UNTUK
MENGURANGI KECEMASAN MENGHADAPI MASA
DEPAN PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN DARUL
HADLONAH MUSLIMAT NU BATANG**

Dengan permohonan agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan. Demikian, atas perhatian saudara diucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr. W.b.

Pekalongan, 25 April 2022

Pembimbing,



Izza Himanwanti, M. Si.
NIP. 198812112019032006



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Pahlawan KM.5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: www.fuad.iainpekalongan.ac.id email: fuad@iainpekalongan.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **NUR KHOFIFAH**

NIM : **3518033**

Judul Skripsi : **PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAMI UNTUK MENGURANGI KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH MUSLIMAT NU BATANG**

yang telah diujikan pada hari Jum'at, 20 Mei 2022 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I

Nadhifatuz Zulfa, M.Pd.
NIP. 198512222015032003

Penguji II

Khaerunisa Tri Darmaningrum, M.Pd.
NIP. 198806302019032005

Pekalongan, 20 Mei 2022

Disahkan Oleh

Dekan,



Dr. H. Sam'ani, M.Ag.☪
NIP. 197305051999031002

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa syukur Alhamdulillah, sebagai rasa cinta dan kasih kupersembahkan skripsi ini kepada:

1. Terimakasih kepada kedua orang tua saya Bapak Ahmad Kuat yang sudah membiayai kuliah saya sampai selesai dan atas segala pengorbanan serta dukungan yang engkau berikan, dan juga Ibu Rizanah yang senantiasa sabar membesarkan dan mendidik saya, serta telah memberikan dukungan dan do'a sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Terima kasih kepada almamaterku jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Pekalongan.
3. Terima kasih kepada Ibu Izza Himawati, M.Si selaku pembimbing skripsi saya yang baik sekali telah membimbing hingga skripsi ini selesai. Saya mengucapkan beribu terima kasih atas bimbingan dan ilmunya dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Terima kasih kepada kakak-kakak saya yang selalu mendukung saya dan sudah menjadi tempat saya untuk bercerita.
5. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya Dina, Afma, Alfina, Nada, Dian, Fudoh, Anggi yang selalu menyemangati saya dalam mengerjakan skripsi ini dan selalu mendengarkan keluh kesah saya. Sahabat seperjuangan saya Nismatul Karima yang bertahan berjuang bareng sampai skripsi selesai.
6. Terima kasih kepada saudaraku yang sudah meminjami saya laptop sampai skripsi saya selesai.

MOTTO

Kekhawatiran dapat membangkrutkan semangat

-Terri Guillemets-

ABSTRAK

Nur Khofiffah. 2022. Pelaksanaan Bimbingan Islami untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi masa Depan Pada Remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islami Insitut Agama Islam Negeri Pekalongan. Pembimbing Izza Himawanti, M. Si.

Kecemasan menghadapi masa depan merupakan keadaan terancam atau khawatir bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan bisa dialami oleh siapapun, termasuk remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja merupakan usia yang rentang terhadap pikiran-pikiran negative seperti, *overthinking*, pesimis, kekhawatiran pada suatu hal yang belum terjadi dan lain sebagainya. Remaja panti asuhan merasa dibuang oleh keluarganya dengan alasan sudah tidak mempunyai seorang orang tua atau tidak mampu membiayai pendidikan anak tersebut. Sehingga seorang remaja cemas pada kehidupan masa depannya.

Rumusan masalah pada penelitian ini yang pertama adalah bagaimana kondisi kecemasan menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang? Yang kedua bagaimana pelaksanaan bimbingan islam untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang? Tujuan dari penelitian ini yang pertama adalah Untuk mengetahui kondisi kecemasan menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. Tujuan penelitian yang kedua adalah Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan islam untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*field research*). Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan menggunakan Miles dan Huberman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi kecemasan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang berupa khawatir, takut, sedih, *ovethingking*, susah tidur, gelisah, gugup, dan tidak mau berangkat sekolah. Namun setelah adanya pelaksanaan bimbingan islami di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang kecemasan menghadapi masa depan pada remaja menurun. Mereka tidak lagi merasa khawatir ketika memikirkan masa depan, tidak gugup, tidak lagi merasa pusing atau sakit kepala, tidah lagi susah tidur, mau berangkat sekolah lagi, dan tidak lagi *overthinking* memikirkan masa depan. Pelaksanaan bimbingan Islami untuk mengurangi kecemasan menghadapi masa depan pada remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang sudah baik.

Kata kunci: Bimbingan Islami, Kecemasn Menghadapi Masa Depan, remaja.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji bagi Allah Swt yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga pada kesempatan ini penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Bimbingan Islami untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Masa Depan Pada Remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang”. Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi agung Muhammad saw., yang menjadi suri tauladan bagi kita semua.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran-saran dari berbagai pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terealisasikan. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag., selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Pekalongan.
2. Dr. Sam’ani, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Pekalongan.
3. Maskhur, M.Ag., selaku Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.
4. Izza Himawanti, M. Si., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak sekali arahan, koreksi, semangat, dorongan, serta berbagai masukan dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan.

5. Segenap Dosen dan Pegawai di Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Pekalongan yang telah memberikan bantuan serta tuntunan, dorongan, motivasi, dan arahan dalam terselesaikannya penyusunan skripsi ini.
6. Bapak, ibu, dan segenap keluarga yang telah memberikan segenap doa, dukungan, dorongan, semangat, dan harapannya pada penulis, dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Teman-teman seperjuangan di IAIN Pekalongan yang selalu memberikan motivasi dan dorongan dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Kepada segenap pihak yang sudah atau belum disebutkan, penulis menghaturkan banyak terimakasih. Serta doa dan kebaikan yang diberikan semoga menjadi amal jariyah baik di dunia maupun di akhirat kelak.

Akhirnya penulis menyadari sepenuhnya banyak kekurangan dalam skripsi ini. Oleh karenanya saran, kritik, dan masukan yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat Amin.

Pekalongan, 11 Mei 2022

Penulis,



NUR KHOFIFAH

NIM. 3518033

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	
NOTA PEMBIMBING	
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	
PENGESAHAN	
PERSEMBAHAN.....	
MOTTO.....	
ABSTRAK.....	
KATA PENGANTAR	
DAFTAR ISI.....	
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	
B. Rumusan Masalah.....	
C. Tujuan Penelitian	
D. Kegunaan Penelitian	
E. Tinjauan Pustaka	
1. Analisis Teori.....	
2. Penelitian Yang Relevan.....	
3. Kerangka Berpikir	

F. Metode Penelitian.....

G. Sistematika Penulisan.....

BAB II. BIMBINGAN ISLAMI DAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN

A. Bimbingan Islami

1. Definisi Bimbingan Islami

2. Tahap-tahap Bimbingan Islami

3. Fungsi Bimbingan Islami

4. Asas-asas Bimbingan Islami

5. Metode dan Teknik Bimbingan Islami

B. Kecemasan Menghadapi Masa Depan.....

1. Definisi Kecemasan Menghadapi Masa Depan.....

2. Aspek-aspek Kecemasan Menghadapi Masa Depan.....

3. Faktor-faktor Kecemasan Menghadapi Masa Depan

BAB III. PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAMI UNTUK MENGURANGI KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH MUSLIMAT NU BATANG

A. Gambaran Umum Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.....

a. Sejarah Singkat Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.....

- b. Letak Bangunan Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.....
 - c. Struktur Organisasi
 - d. Visi dan Misi.....
 - e. Program Kerja.....
 - f. Kegiatan Harian
 - g. Daftar Anak dan Remaja.....
- B. Kondisi Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang
- a. Aspek Fisik.....
 - b. Aspek Behavior
 - c. Aspek Kognitif.....
- C. Pelaksanaan Bimbingan Islami untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang
- a. Tahap Pembukaan.....
 - b. Tahap Kegiatan
 - c. Tahap Pengakhiran

BAB IV. ANALISIS BIMBINGAN ISLAMI UNTUK MENGURANGI KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH MUSLIMAT NU BATANG

- A. Analisis Kecemasan Menghadapi Masa Depan Remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang
- a. Aspek Fisik.....
 - b. Aspek Behavior

- c. Aspek Kognitif.....

- B. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Islami untuk Mengurangi KecemasanMenghadapi Masa Depan pada Remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang

 - 1. Tahap Pembukaan.....
 - 2. Tahap Kegiatan.....
 - 3. Tahap Pengakhiran

BAB V. PENUTUP

- A. Kesimpulan
- B. Saran-saran.....

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kecemasan menghadapi masa depan merupakan keadaan terancam atau khawatir bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan menghadapi masa depan bisa dialami oleh siapa saja, termasuk remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki tekanan untuk menghadapi masalah di masa depan. Kecemasan menghadapi masa depan pada remaja di panti asuhan disebabkan oleh perasaan terancam oleh sesuatu yang belum jelas. Remaja panti asuhan yang mengalami kecemasan menghadapi masa depan muncul karena adanya kesenjangan antara apa yang diharapkan oleh remaja panti dengan kenyataan yang terjadi pada remaja panti terkait dengan permasalahan di masa depan mereka. Banyak hal yang dapat menyebabkan kecemasan menghadapi masa depan, seperti hubungan sosial, latar belakang keluarga, ujian, karir, dan kondisi lingkungan adalah beberapa hal yang menjadi sumber kekhawatiran.¹

Panti Asuhan merupakan lembaga sosial yang menaungi anak yatim, piatu, anak terlantar, fakir miskin dengan berusaha agar mereka mempunyai kesempatan dan hak yang adil, serta terlindungi dalam pengasuhan karena panti asuhan berperan sebagai orang tua pengganti

¹Hara Permana dll, *Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di MTS AL Hikmah Brebes*, Vol. 13, No. 1 Desember 2016

dalam memenuhi kebutuhan jasmani dan rohani. yatim. Secara psikologis remaja ini tidak menerima kasih sayang orang tua dan keluarganya, karena orang tua merupakan pendidik, penasihat bagi anak, serta pendamping, tetapi karena keadaan dan takdir dari Allah swt, anak dituntut agar mandiri yaitu untuk hidup. di sebuah lembaga bernama Panti Asuhan.²

Berdasarkan hasil interview awal peneliti di Yayasan Panti Asuhan Darul Hadlonah Batang. Menurut bapak Rohman Yusuf remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang ini berasal dari bermacam-macam latar belakang keluarga yang berbeda-beda. Jumlah anak yang tinggal di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang ada 29 anak yang terdiri dari 11 anak yatim, 16 anak dhuafa, dan 2 anak piatu.³ Siti Khaula Wulansari mengatakan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, terdapat beberapa remaja yang mengalami permasalahan kecemasan. Bentuk kecemasan menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan tersebut merasa takut atau was-was atau pesimis terhadap kehidupan pada masa depannya, putus asa, dan selalu melakukan hal yang sama tanpa adanya suatu perubahan. Remaja tersebut cemas masa depannya akan bagaimana dan mereka mau jadi apa atau cita-citanya bagaimana, hal itu disebabkan karena mereka merasa dibuang oleh keluarganya dengan alasan sudah tidak mempunyai seorang orang tua atau

²Khomsiyatun, *merencanakan Karir Anak Yatim Piatu di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Purwokerto*, (Purwokerto: IAIN Purwokerto, 2019), hal 2-5

³Rohman Yusuf, Sekretaris Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, Wawancara, Batang 2 Oktober 2021

tidak mampu membiayai pendidikan anak tersebut. Sehingga seorang anak berpikir untuk kehidupan masa depannya bagaimana, dan hal itu membuat remaja tersebut memiliki kecemasan dalam menghadapi masa depannya sehingga pengasuh membimbing remaja panti tersebut agar tidak mempunyai rasa cemas lagi.

Remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang merasakan kesedihan yang berkepanjangan dengan begitu maka muncul perasaan kecemasan menghadapi masa depan. Kecemasan menghadapi masa depan yang timbul berupa merasa tidak tenang, takut, merasa tidak bahagia, ketegangan, *overthinking*, mudah menangis dan sensitif pada sesuatu. Hal senada juga sesuai dengan hasil interview awal peneliti dengan Siti Khaula Wulansari mengatakan bahwa remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang terkadang murung sendiri, sering bersedih atau menangis, merasa rendah diri tidak percaya diri, *overthinking*, malas belajar karena tidak mempunyai motivasi semangat belajar, terkadang tidak betah tinggal di panti karena merasa kangen dengan orang tuanya yang sudah meninggal atau keluarganya yang di rumah.⁴ Banyak tekanan bagi seorang yang ditinggal orang tuanya apalagi anak diusia remaja yang masih sangat membutuhkan keluarga dan masih bergantung kepada orang tuanya. Dalam kondisi tersebut mereka akan merasakan cemas pada kehidupan di masa depannya. Meskipun mereka

⁴Siti Khaula Wulansari, Pengurus Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, Observasi, Batang 4 November 2021

tinggal di panti asuhan seharusnya mereka mempunyai rasa *optimisme* pada masa depannya, tetap semangat dalam belajar bahwa meskipun mereka dari panti asuhan tetapi mereka juga berhak menjadi sukses di masa depannya.

Bimbingan islami sebagai solusi untuk mengatasi masalah kecemasan menghadapi masa depan pada remaja di Panti Asuhan Darul hadlonah Muslimat NU Batang. Bimbingan islami merupakan suatu bantuan yang diberikan oleh seorang pembimbing terhadap individu agar bisa menentukan dalam mempersiapkan diri kearah yang lebih lanjut sesuai dengan fitrah dalam agama islam secara optimal. Oleh karena itu bimbingan islami merupakan bagian dari suatu kegiatan dakwah islami. Bimbingan islami mengamalkan ajaran yang ada pada Al-Qur'an dan hadits.⁵ Layanan bimbingan Islami mempersiapkan seseorang ketika akan menghadapi masa depan atau memberikan bantuan dalam mengatasi berbagai masalah dari berbagai bidang tertentu misalnya masalah pendidikan, sosial atau masalah pribadi. Layanan bimbingan islam sudah memasuki beberapa aspek yang luas dari perkembangan manusia.⁶ Tujuan bimbingan islami untuk seorang individu bisa merencanakan suatu kegiatan pendidikannya dan kehidupan di masa depannya, untuk mengatasi kesulitan dan hambatan yang dihadapi, mengembangkan potensi yang dimiliki seorang individu, menyesuaikan diri dengan

⁵Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2015)hlm 23.

⁶Priyanto, Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015)hlm 97

lingkungannya. Dengan adanya bimbingan islami maka diharapkan akan tercapainya tujuan-tujuan tersebut.⁷

Bimbingan islami merupakan salah satu kegiatan yang ada di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, dilakukan dengan pelaksanaan bimbingan islami seperti kegiatan mengaji kitab, mengaji Al-Qur'an, pengajian, khitobahan setiap seminggu sekali. Dalam pelaksanaan khitobahan ini pembimbing melakukan bimbingan islami untuk mengatasi kecemasan menghadapi masa depan pada anak. Bimbingan dilakukan dengan cara melatih mental anak yaitu anak dilatih untuk menjadi pembawa acara, qiro', sambutan-sambutan, hiburan-hiburan, dengan begitu anak agar bisa tampil di tengah-tengah masyarakat apapun keadaan dan latar belakang mereka. Pada saat acara khitobahan ini pembimbing memberikan bimbingan berupa motivasi, arahan-arahan untuk menjadi lebih baik lagi, dan memberi kesempatan pada remaja untuk mencurahkan isi hatinya dengan curhat dengan pembimbingnya agar mereka tidak cemas dalam menghadapi masa depannya.⁸

⁷Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014)hlm 13

⁸Siti Khaula Wulansari, Pengurus Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, Observasi, Batang 4 November 2021

Dari latar belakang diatas, penulis tertarik untuk meneliti tentang **“PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAMI UNTUK MENGURANGI KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN DARUL HADLONAH MUSLIMAT NU BATANG”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi kecemasan menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan islami untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kondisi kecemasan menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang
2. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan islami untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi masa depan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan atau manfaat yang bisa diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Bersifat teoritis
 - a. Dengan Adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangsih pemikiran ilmiah yang dapat menambah pengetahuan di bidang Bimbingan Konseling Islam.
 - b. Diharapkan penelitian ini bisa digunakan untuk bahan referensi bagi penulis dalam penelitian yang sama namun dalam lingkup yang lebih banyak lagi.
2. Bersifat Praktis
 - a. Bagi Panti Asuhan, bisa dijadikan acuan untuk memberikan masukan-masukan pada pelaksanaan bimbingan Islam yang dilakukan.
 - b. Memberi saran agar lebih baik lagi dalam Pelaksanaan bimbingan Islam bagi remaja panti khususnya remaja yang mengalami kecemasan.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori
 - a. Bimbingan Islam

Menurut Anwar Sutoyo Bimbingan Islami adalah kegiatan memberi bantuan kepada individu maupun kelompok secara kontinu dan sistematis untuk menyelesaikan masalah dalam hidupnya sesuai dengan ketentuan Allah SWT, yang berpedoman

pada Alquran dan Hadis, sehingga dapat mencapai kebahagiaan nantinya⁹. Bimbingan islami sifatnya hanya membantu karena pada dasarnya individu itu sendiri yang menyelesaikan masalahnya. Ruang lingkup pembahasan bimbingan Islam sangat luas yaitu dalam pendidikan, perkawinan, pekerjaan dan sebagainya, oleh karena itu bimbingan Islami pada masa sekarang ini sangat penting.¹⁰ Berdasarkan definisi diatas bimbingan Islami dapat disimpulkan landasan yang baik dan benar mengenai proses bimbingan itu berlangsung dengan baik serta menghasilkan suatu perubahan yang lebih positif pada suatu individu tentang cara berperasaan, menyelesaikan masalah dengan baik, cara berperilaku yang baik, serta cara berkeyakinan sesuai agama Islam.

Tahap-tahap dalam bimbingan islami terdiri dari beberapa tahap yaitu:

1. Tahap pembukaan
 - a. Menerima subjek secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadirannya, dilanjutkan dengan do'a pembuka.
 - b. Saling mengenalkan diri antara pembimbing/peneliti dengan subjek penelitian (jika belum saling mengenal).

⁹ Anwar Sutoyo, *Bimbingan Konseling Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), h. 197

¹⁰Zaen Mussyrifin dkk, *mengembangkan Model Keilmuan Bimbingan serta Konseling Islam Melalui Jurnal Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, vol. 2, No. 2 Desember 2019

- c. Menjelaskan tujuan pelaksanaan layanan bimbingan Islami.
 - d. Mengadakan kesepakatan waktu
 - e. Menciptakan permainan untuk menghangatkan suasana.
2. Tahap kegiatan
- a. Implementasi bentuk dan teknik layanan bimbingan islami (jika ada)
 - b. Membawa subjek pada topik bahasan. Pembimbing/peneliti menstimulasi subjek dengan pertanyaan apa, mengapa, dan bagaimana, difokuskan kepada materi layanan.
 - c. Membahas materi layanan secara mendalam dan tuntas. Pembimbing/peneliti terus mengontrol peran anggota bimbingan sehingga masing-masing diantara mereka memiliki kesempatan yang sama untuk menyampaikan pendapatnya.
3. Tahap pengakhiran
- a. Subjek menyampaikan kesimpulan hasil kegiatan secara tuntas dan baik.
 - b. Pembimbing mengatur subjek dalam menyampaikan kesimpulannya, agar masing-masing subjek memiliki kesempatan yang sama.
 - c. Pembimbing memberikan penilaian melalui pengungkapan pesan dan kesan baik secara lisan maupun tertulis dengan

memfokuskan pada kondisi UCA (*Understanding, Comfort and Action*).

- d. Mengajak subjek untuk membahas kegiatan/pertemuan lanjutan (jika diperlukan).
- e. Mengakhiri kegiatan layanan bimbingan dengan doa serta mengucapkan salam.¹¹

b. Kecemasan Menghadapi Masa Depan

Kecemasan menghadapi masa depan menurut Rathus Nevid dan Greene menjelaskan bahwa kecemasan sangat erat hubungannya dengan masa depan. Karena kecemasan merupakan kondisi emosi kekhawatiran, ketakutan dan keprihatinan individu terhadap kondisi atau situasi yang akan datang. Jadi apabila individu merasa cemas maka kecemasannya itu berhubungan dengan kondisi dan situasi yang belum dialami dan belum dilalui.¹² Masing-masing individu dalam menghadapi kecemasan menghadapi masa depan akan berbeda antar individu karena berdasarkan usia masing-masing individu itu sendiri. Parahnya lagi jika kecemasan individu akan tergantung usia seorang individu, karena usia individu mempengaruhi cara individu memperbaiki keadaan yang menyebabkan kecemasan dan juga pengalaman dari

¹¹ Anwar Sutoyo, *Bimbingan Konseling Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013) hal 216-217.

¹² Rathus Nevid, Greene, *Psikologi Abnormal*, (jilid I, Jakarta: Erlangga, 2005), hal 182

berbagai kecemasan yang mengakibatkan individu menjadi akan tahan pada tekanan yang terjadi.¹³

Aspek-aspek kecemasan menghadapi masa depan menurut Ratus Nevid dan Greene yaitu berupa: aspek fisik yang berhubungan dengan gejala fisik, aspek behavior atau aspek tentang perilaku individu yang mengalami kecemasan, dan aspek kognitif yang berhubungan dengan perasaan atau sensasi yang muncul di tubuh.¹⁴

2. Penelitian Yang Relevan

Studi terdahulu yang diambil oleh penulis adalah:

Pertama, Skripsi yang ditulis oleh Wirdatul Hamro yang berjudul “Pendekatan Logoterapi dalam Mengatasi Kecemasan pada Anak Yatim” fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab UIN Banten 2017. Seorang anak yatim yang mengalami kecemasan akan merasakan kesejahteraan hidupnya terancam. Dengan menggunakan pendekatan Logoterapi yaitu arti hidup bisa ditemukan pada kehidupan itu sendiri.¹⁵ Dengan begitu hidup akan benar-benar bermakna dan menjadi termotivasi bagi individu. Terdapat persamaan pada penelitian ini yaitu meneliti tentang kecemasan pada remaja yatim. Perbedaan dalam

¹³Fenti Zahara, *Hubungan Kecemasan dan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RSU PKU Muhammadiyah Yogyakarta*, Vol. 2, No.1 Agustus 2017

¹⁴Ratus Nevid, Greene, *Psikologi Abnormal*, (jilid I, Jakarta: Erlangga, 2005), hal 183

¹⁵Wirdatul Hamro “*Pendekatan Logoterapi dalam Mengatasi Kecemasan pada Anak Yatim*”, skripsi(Banten: UIN Sultan Maulana Hasanuddin, 2017)

skripsi ini yaitu dalam skripsi yang ditulis oleh Wirdatul Hamro ini menggunakan pendekatan Logoterapi, sedangkan pada penelitian ini menggunakan pendekatan Bimbingan Islami.

Kedua, jurnal yang ditulis oleh Nur Azis Rohmansyah yang berjudul “Kecemasan dalam Olahraga” , Universitas PGRI Semarang, V.3. No.1. 2017. Kecemasan sebagai faktor psikis yang bisa mempengaruhi kemampuan pemain dalam pertandingan¹⁶ Terdapat persamaan pada penelitian ini yaitu meneliti mengenai kecemasan tetapi memiliki perbedaan, dalam tulisan milik Nur Azis Rohmansyah yang mengalami kecemasan adalah seorang atlet olahraga sedangkan dalam penelitian ini yang mengalami kecemasan adalah remaja panti asuhan.

Ketiga, Skripsi yang disusun oleh Rizqi Amalia Nahidhul ‘Ulya yang berjudul “Peran Pembimbing Rohani Islam dalam Menangani Kecemasan Pasien Pra Operasi di RSUD ARO Pekalongan” jurusan BPI fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Pekalongan 2020.¹⁷ Kecemasan dapat mempengaruhi fungsi kesehatan mental. Bimbingan Spiritual Islam di RSUD ARO sangat dibutuhkan terutama bagi pasien pra operasi, karena dalam situasi ini kondisi mental mereka akan parah, sehingga disinilah pentingnya bimbingan spiritual di RSUD ARO. Ada

¹⁶Nur Azis Rohmansyah, “Kecemasan dalam Olahraga”, V.3. No.1, 2017

¹⁷Rizqi Amalia Nahidhul ‘Ulya , “Peran Pembimbing Rohani Islam dalam Menangani Kecemasan Pasien Pra Operasi di RSUD ARO Pekalongan” jurusan BPI fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Pekalongan 2020.

kesamaan dalam penelitian ini yaitu meneliti tentang kecemasan tetapi memiliki perbedaan, dalam penelitian milik Rizqi Amalia Nahidhul Ulya yang mengalami kecemasan adalah pasien Pra Operasi, sedangkan dalam penelitian ini yang mengalami kecemasan menghadapi masa depan adalah remaja panti asuhan.

Keempat, jurnal yang ditulis oleh Mulia Mukminima, Zaenal Abidin yang berjudul “Coping Kecemasan Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) Tahun 2019” fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Sumedang Jawa Barat, V. 5, No. 3, 2020.¹⁸Siswa siswi SMA yang mempunyai kecemasan dalam ujian harus dapat mengurangi kecemasan ini sering melibatkan penggunaan kognitif dari kekuatan pikiran ketika berhadapan dengan pikiran negatif. terdapat persamaan dalam penelitian ini, yaitu tentang kecemasan pikiran negatif tentang yang akan datang. Namun terdapat perbedaan yaitu dalam penelitian yang ditulis oleh Mulia mukminina, Zaenal Abidin menggunakan teknik-teknik yang bermacam-macam seperti; rationalization, problem solving, distraction, managing avoidance. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teknik bimbingan Islami.

Kelima, Skripsi yang disusun oleh Indriyani “Implementasi Bimbingan Mental Keagamaan dalam Pengelolaan Kecemasan

¹⁸Mulia Mukminima, Zaenal Abidin “Coping Kecemasan Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) Tahun 2019” fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Sumedang Jawa Barat, V. 5, No. 3, 2020.

Menghadapi Kematian pada Warga Binaan Pemasarakatan Lansia di Rutan Kelas II A Pekalongan” jurusan BPI fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Pekalongan 2020. Kesadaran tentang kematian serta rasa penyesalan dalam hidup yang tidak disadari, lanjut usia akan mengalami kecemasan akan kematian, kecemasan ini disebabkan kematian dan yang terjadi setelahnya merupakan misteri bagi orang tua. Kekhawatiran akan datangnya kematian, terutama mereka yang merupakan narapidana yang jauh dari keluarganya dan dunia luar, sehingga minimnya kajian tentang keimanan mereka. Perbedaan penelitian di atas, penulis lebih menekankan pada penerapan tuntunan Islam untuk mengurangi kecemasan masa depan pada remaja di panti asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. Pesamaan pada penelitian ini, yaitu meneliti tentang kecemasan menghadapi masa depan.

Peneliti	Persamaan	Perbedaan
Skripsi Wirdatul Hamro. ¹⁹ Yang berjudul “Pendekatan Logoterapi dalam Mengatasi	Persamaannya yaitu sama-sama meneliti tentang kecemasan pada anak yatim.	Perbedaan dalam skripsi ini yaitu dalam skripsi yang ditulis oleh Wirdatul Hamro ini menggunakan pendekatan Logoterapi, sedangkan pada penelitian

¹⁹Wirdatul Hamro “*Pendekatan Logoterapi dalam Mengatasi Kecemasan pada Anak Yatim*”, skripsi(Banten: UIN Sultan Maulana Hasanuddin, 2017)

Kecemasan Pada Anak Yatim”.		ini menggunakan pendekatan bimbingan Islami.
Jurnal Nur Azis Rohmansyah. ²⁰ Yang berjudul “Kecemasan dalam Olahraga”.	persamaan pada penelitian ini yaitu meneliti mengenai kecemasan.	Perbedaan dalam tulisan milik Nur Azis Rohmansyah yang mengalami kecemasan adalah seorang atlet olahraga sedangkan dalam penelitian ini yang mengalami kecemasan adalah remaja panti asuhan.
Skripsi Rizqi Amalia Nahidhul ‘Ulya. ²¹ Yang berjudul Peran Pembimbing Rohani Islam dalam Menangani	Persamaannya sama-sama meneliti kecemasan.	Perbedaan penelitian milik Rizqi Amalia Nahidhul Ulya yang mengalami kecemasan adalah pasien Pra Operasi, sedangkan dalam penelitian ini yang mengalami kecemasan

²⁰Nur Azis Rohmansyah, “Kecemasan dalam Olahraga”, V.3. No.1, 2017

²¹Rizqi Amalia Nahidhul ‘Ulya, “Peran Pembimbing Rohani Islam dalam Menangani Kecemasan Pasien Pra Operasi di RSUD ARO Pekalongan” jurusan BPI fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Pekalongan 2020

Kecemasan Pasien Pra Operasi di RSUD ARO Pekalongan”.		menghadapi masa depan adalah remaja panti asuhan.
Jurnal Mulia Mukminima, Zaenal Abidin. ²² Yang berjudul “Coping Kecemasan Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer Tahun 2019”.	persamaan dalam penelitian ini, yaitu tentang kecemasan pikiran negatif tentang yang akan datang.	perbedaannya yaitu dalam penelitian yang ditulis oleh Mulia mukminina, Zaenal Abidin menggunakan teknik-terknik yang bermacam-macam seperti; rationalization, problem solving, distraction, managing avoidance. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teknik bimbingan Islami.
Skripsi Indriyani. ²³ Yang	Pesamaan pada penelitian ini, yaitu	Perbedaan penelitian di atas, penulis lebih menekankan

²²Mulia Mukminima, Zaenal Abidin “Coping Kecemasan Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) Tahun 2019” fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Sumedang Jawa Barat, V. 5, No. 3, 2020

²³Indriyani “Implementasi Bimbingan Mental Keagamaan dalam Pengelolaan Kecemasan Menghadapi Kematian pada Warga Binaan Pemasarakatan Lansia di Rutan Kelas II A Pekalongan”, jurusan BPI fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Pekalongan 2020

berjudul	meneliti tentang	pada penerapan tuntunan
"Implem“ntasi	kecemasan	Islam untuk mengurangi
Bimbingan Mental	menghadapi masa	kecemasan masa depan
Keagamaan dalam	depan.	pada remaja di panti asuhan
Pengelolaan		Darul Hadlonah Muslimat
Kecemasan		NU Batang.
Menghadapi		
Kematian pada		
Warga Binaan		
Pemasyarakatan		
Lansia Rutan II A		
Pekalongan”.		

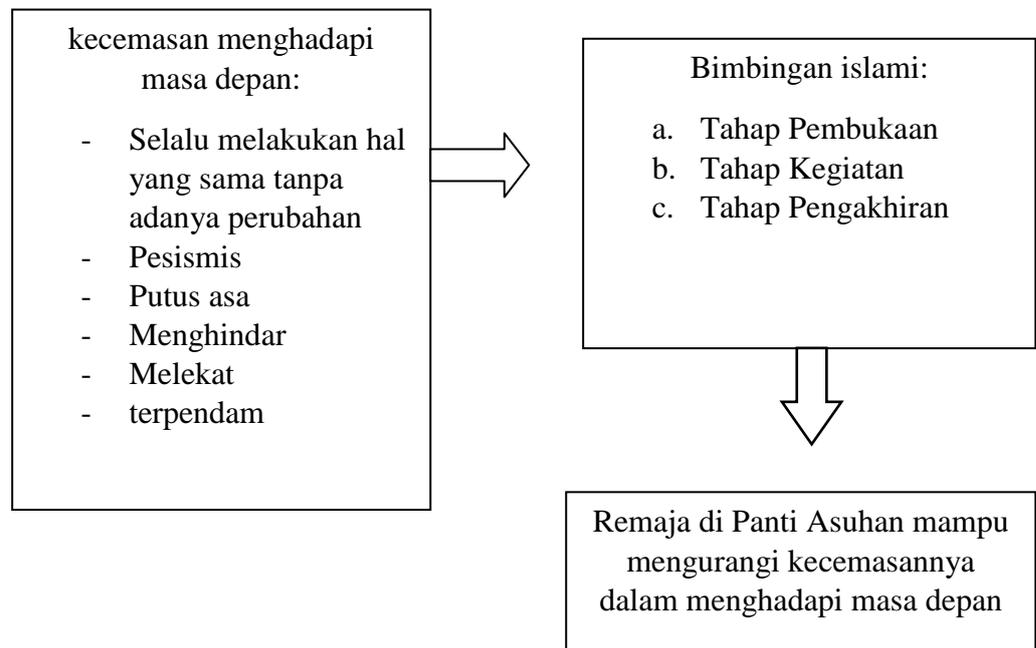
3. Kerangka Berpikir

Dalam penelitian ini, kerangka berfikir akan menjadi suatu landasan untuk menjelaskan bagaimana bimbingan islami untuk mengurangi kecemasan di masa depan pada remaja di panti asuhan. Kerangka berfikirnya adalah sebagai berikut:

Seorang remaja yang kehilangan orang tuanya sejak kecil atau alasan kemiskinan yang menyebabkan remaja harus tinggal di panti asuhan untuk mendapatkan kehidupan yang layak. Panti asuhan adalah suatu lembaga sosial yang memiliki tanggung jawab menggantikan

orang tua remaja yang tinggal di panti asuhan. Seorang remaja terutama usia remaja yang tinggal di panti asuhan sangat beresiko mengalami kecemasan menghadapi masa depannya. Remaja yang telah menjadi yatim, piatu atau yatim piatu dan dhuafa dengan kondisi ekonomi yang rendah sejak usia anak-anak mengalami kesedihan, rasa bersalah, marah terhadap dirinya sendiri atau bahkan menyalahkan keadaan karena telah kehilangan harapan akan masa depan yang tersimpan.

Bimbingan islami memiliki peran yang penting untuk mengurangi kecemasan di masa depannya. Hal ini bahwa sebagian remaja yang tinggal di panti asuhan cemas terhadap masa depannya, dengan adanya bimbingan islami ini diharapkan para remaja dapat mengelola rasa cemasnya sehingga bisa mengurangi kecemasan dan supaya mereka bisa menjalani kehidupan yang lebih baik lagi serta dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi masa depannya. Dengan kerangka berfikir tersebut, dapat dibuat alur atau skema sebagai berikut:



F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan jenis penelitian lapangan (*field research*) yaitu penelitian yang dilakukan secara langsung pada tempat terjadinya suatu permasalahan yang akan diteliti. Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan di lapangan maka penulis mengambil objek di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.

Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Bentuk laporan dari penelitian kualitatif bersifat deskriptif dengan rujukan langsung dari subjek penelitian.²⁴ Deskriptif adalah menggambarkan secara jelas

²⁴Galang Surya Gumilang, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*, Agustus 2016, Vo. 2, No 2, hlm 146-147

mengenai fenomena masalah yang terjadi di lapangan dengan menggunakan penelitian psikologi dan agama Islam. Pendekatan psikologi merupakan pendekatan yang digunakan dalam mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungan lingkungannya. Sedangkan pendekatan agama Islam merupakan pendekatan dengan menggunakan nilai-nilai keislaman.

2. Sumber Data

b. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah orang dengan secara langsung terlibat di lapangan lewat pengamatan atau observasi serta wawancara. Penelitian ini sumber data primernya yaitu pengurus panti asuhan, pengasuh anak, anak asuh, pembimbing agama di Panti Asuhan Darul Hadlonah Musliman NU Batang.

c. Sumber data Sekunder

Sumber data sekunder adalah bahan yang didapat dari seseorang dengan tidak langsung melakukan pengamatan. Sumber data sekunder ini berasal dari data atau sumber pustaka dengan membaca buku-buku atau jurnal yang relevan mengenai masalah yang akan diteliti untuk dijadikan referensi.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik ini merupakan cara yang digunakan dalam pengumpulan data. Pada teknik ini yang digunakan yaitu sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi merupakan kegiatan dalam mencari data yang bisa digunakan untuk membuat kesimpulan.²⁵ Metode ini digunakan untuk mengamati dan mencatat tentang seluk beluk belum Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batangdan peran pembimbing Islam dalam mengurangi kecemasan pada anak.

b. Wawancara

Wawancara merupakan suatu bentuk percakapan interaksi dengan adanya timbal balik dengan berbagai aturan serta tanggung jawab, perasaan, informasi. Pada penelitian kualitatif wawancara adalah metode pengumpulan data yang paling utama.²⁶ cara yang digunakan untuk memperoleh data mengenai pelaksanaan bimbingan Islam dalam mengurangi kecemasan anak Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah upaya untuk mendapatkan data melalui dokumen-dokumen yang didapatkan oleh peneliti pada saat

²⁵Haris Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012) hlm 119

²⁶Anis Fuad dan Kandung Sapto Nughroho, *Panduan Praktis Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2014)hlm 3

proses penelitian²⁷. Dokumentasi dalam penelitian ini berupa foto, data dalam metode dokumentasi ini yaitu data yang berupa profil, letak geografis, sejarah, keadaan panti asuhan, struktur organisasi, sarana dan prasana, perkembangan anak panti asuhan dan jadwal kegiatan sehari-hari anak di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.

4. Teknik Analisis Data

Dalam teknik analisis data penelitian ini ada beberapa langkah dalam analisis data diantaranya:

a. Reduksi Data

Mereduksi data merupakan aktivitas merisngkas atau memilah hal inti dan memfokuskan pada hal yang penting yang diperoleh dari lapangan untuk dicatat dengan rinci dan teliti. Reduksi data ini bertujuan untuk merangkum data-data lapangan ke dalam laporan yang lengkap serta terperinci. Reduksi data ini dilakukan dengan terus menerus sampai proses penelitian selesai.

b. Penyajian Data

Penyajian data adalah beberapa informasi yang sudah tersusun dalam penarikan kesimpulan serta untuk mengambil

²⁷Basrowi dan Suwandi, Memahami Penelitian Kualitatif, (Jakarta: PT RINEKA CIPTA, 2008), hlm 158

rencana selanjutnya.²⁸ Penulis akan paham tentang langkah selanjutnya yang akan dilakukan. Beberapa bentuk penyajian data yaitu dalam bentuk bagan, grafik.

c. Kesimpulan

Langkah akhir dalam analisis data kualitatif yaitu kesimpulan. Langkah yang dilakukan peneliti yaitu dengan membuat rumusan prosisi yang berkaitan dengan prinsip yang berakal, kemudian menjadikannya sebagai temuan di dalam penelitian, melakukan kajian secara berkaitan, mengelompokan data yang diambil yaitu melaporkan hasil penelitian dan temuan baru.²⁹

G. Sistematika Penulisan

Untuk memperoleh pembahasan yang sistematis maka penulis menyusun sistematika penulisan penelitian sebagai berikut:

BAB I, meliputi; pendahuluan, yang terdiri dari: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sitematika penulisannya.

BAB II, merupakan bab landasan teori dalam bab ini menerangkan pelaksanaan bimbingan islami untuk mengurangi kecemasan menghadapi

²⁸Fauzan Almanshur dan M. Djunaidi, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta, Ar-Ruzzmedia, 2012)hlm 308

²⁹Suwandi dan Bassrowi, *Memahami Penelitian Kualitatif*,(Jakarta RINEKA CIPTA, 2018) hlm 93-99

masa depan pada anak di panti asuhan. Pembahasan yang pertama mengenai tinjauan umum bimbingan islami dalam mengurangi kecemasan menghadapi masa depan yang meliputi, Pengertian Bimbingan islami, tahapan Bimbingan islami, fungsi bimbingan islami, asas-asas bimbingan islami, metode dan teknik Bimbingan Islami. Pembahasan selanjutnya yaitu tentang cara mengurangi kecemasan menghadapi masa depan pada remaja yaitu: pengertian kecemasan menghadapi masa depan, aspek-aspek kecemasan menghadapi masa depan, dan faktor-faktor kecemasan menghadapi masa depan.

BAB III, pada bab ini mencakup gambaran umum mengenai Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang meliputi; profil, sejarah, struktur organisasi, sarana dan prasana, jadwal kegiatan kegiatan sehari-hari, daftar anak dan remaja asuh, kondisi kecemasan menghadapi masa depan pada remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang dan bimbingan Islami untuk mengurangi kecemasan menghadapi masa depan pada remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang dan hasil pelaksanaannya.

BAB IV, merupakan bab yang berisi analisa kondisi kecemasan yang terjadi pada remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, dan analisa pelaksanaan bimbingan islami untuk mengurangi kecemasan anak Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang.

BAB V, bab ini adalah bab penutup meliputi; kesimpulan, saran, daftar pustaka dan lampiran

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi kecemasan menghadapi masa depan yang dialami remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang setelah dilakukan bimbingan islami mengalami penurunan. Hal ini tampak mereka tidak lagi merasa gelisah, tidak gugup lagi, dan tidak lagi jantung berdetak kencang. Selain itu perilaku mereka sudah lebih baik mereka sudah semangat lagi berangkat sekolah, sudah mau makan secara teratur, sudah bisa tidur nyenyak, dan sudah jarang bercerita masalah kecemasan menghadapi masa depannya pada teman dekatnya atau pembimbingnya, mereka juga sudah tidak khawatir lagi pada masa depannya, sudah tidak *overthinking* memikirkan masa depannya, sudah lebih ceria dan bahagia dan sudah tidak sering bersedih lagi.
2. Pelaksanaan Bimbingan Islami untuk Mengurangi Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang sudah sesuai dengan tahapan dalam bimbingan islami. Hal ini tampak dari setiap dilakukannya tahap pembukaan, tahap kegiatan, dan tahap akhir atau evaluasi sudah

dilakukan dengan baik, meskipun evaluasinya dilakukan secara tidak struktur.

B. Saran-saran

Untuk meningkatkan pelaksanaan bimbingan islami di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Untuk remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang
 - a. Remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang agar bisa mengelola emosi secara fisik, behavior(perilaku), dan kognitif
 - b. Diharapkan agar dapat menerima dan mengikuti semua kegiatan yang dilaksanakan di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang dengan baik
 - c. Diharapkan agar untuk tetap semangat dan optimis dalam mewujudkan cita-cita untuk masa depan
 - d. Agar remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang tidak cemas maka mereka mengikuti pelaksanaan bimbingan islami secara teratur dan disiplin.
2. Untuk Pembimbing Bimbingan Islami
 - a. Mampu mengadakan komunikasi yang baik antara pembimbing dengan remaja di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang
 - b. Sebaiknya melakukan evaluasi yang struktur agar mewujudkan perubahan yang lebih baik lagi kedepannya.

3. Untuk pengurus dan pengasuh
 - a. Diharapkan untuk meningkatkan sarana dan prasana di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang
 - b. Pengurus dan pengasuh agar lebih perhatian lagi pada remaja asuh di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang agar mengetahui setiap permasalahan yang sedang dialami mereka.
4. Untuk mahasiswa Bimbingan Islam angkatan di bawah 2018
 - a. Diharapkan bisa mengembangkan penelitian ini yang berkaitan dengan kecemasan masa depan dengan metode yang berbeda misalkan metode kuantitatif, mengingat keterbatasan penulis dalam menulis skripsi ini.
 - b. Terap semangat dalam belajar dan jangan lupa untuk selalu berdo'a agar segala sesuatu yang kita lakukan diridhoi oleh Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, Munir Samsul. 2015. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Amti, Erman & Priyanto. 2015. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asrori, Adib. 2016. *Terapi Kognitif Perilaku untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial*. Vo. 3. No.1
- Bastomi, Hasan. 2017. *Menuju Bimbingan Konseling Islami*. Vo. 1. No.1
- Dokumen Profil Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. dikutip pada 23 Maret 2022
- Fauziyah, Namirotu dkk. 2018. *Parent's Anxiety Towards Juvenile Delinquency Phenomenon in Bandung Indonesia*. Vo.3. No.2
- Fitri, Dian. 2017. *Efektifitas Cognitive Behavior Therapy untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa*. Vo. 10. No.1
- Fuad, Anis dan Kandung Sapto Nugroho. 2014. *Panduan Praktis Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Gumilang, Surya Galang. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*. Vol.2, No. 2.
- Hamro, Wirdatul. 2017. *Pendekatan Logoterapi dalam Mengatasi Kecemasan pada Anak Yatim*?. Banten: UIN Sultan Maulana Hasanuddin.

- Hardiningsih, Diyah. 2022. Pengasuh Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. Wawancara Pribadi
- Herdiansyah, Haris. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Indriyani. 2020. *Implementasi Bimbingan Mental Keagamaan dalam Pengelolaan Kecemasan Menghadapi Kematian pada Warga Binaan Pemasyarakatan Lansia di Rutan Kelas II A Pekalongan*. Pekalongan: IAIN Pekalongan.
- Irnawati. 2022. Remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. Wawancara Pribadi
- Khomsiyatun. 2019. *Perencanaan Karir Pada Anak Yatim Piatu di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Purwokerto*. Purwokerto: IAIN Purwokerto.
- Lena, Novionita Indri. 2019. *Layanan Bimbingan Konseling Melalui Pendekatan Agama untuk Mengatasi Kenakalan Remaja*. Vol. 7. No. 1
- Mulia, Mukminima, Zaenal Abidin yang berjudul "*Coping Kecemasan Siswa SMA dalam Menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK)*". 2020. V. 5, No. 3.
- Musyarifin, Zaen dkk. 2019. *Pengembangan Model Keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam Melalui Jurnal Hisbah*. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. Vol. 2, No.2
- Nevid, S. Jefri. 2014. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga.

- Nukha, Inayati. 2022. Remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. Wawancara Pribadi
- Nur, Azis Rohmansyah. 2017. *Kecemasan dalam Olahraga*. Universitas PGRI Semarang, V.3. No.1.
- Observasi. 2022. Panti Asuhan di Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang
- Permana, Hara dll. 2016. *Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di MTS AL Hikmah Brebes*. Vol. 13, No.1.
- Purmitasari, Kiki. 2022. Remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. *Wawancara Pribadi*.
- Rini, Risnawita S & M. Nur Ghufron.2014. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Sakinah, Febri Dian. 2022. Remaja Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. *Wawancara Pribadi*
- Sari, Farida. 2017. *Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islami untuk Membantu Permasalahan pada Anak-anak*.
- Yusuf, Rohman. 2021. Sekretaris Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, Wawancara Pribadi
- Wulansari, Siti Khaula.2021. Pengurus Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang, Wawancara Pribadi.

Solikha, Umi. 2015. *Therapeutic Peer Play Sebagai Upaya Menurunkan Kecemasan Anak Usia Sekolah Selama Hospitalisasi*. Vo.6. No.1

Sutoyo, Anwar. 2013. *Bimbingan Konseling Islami*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar

‘Ulya, Nahidhul Amalia Rizqi. 2020. *Peran Pembimbing Rohani Islam dalam Menangani Kecemasan Pasien Pra Operasi di RSUD ARO Pekalongan*. Skripsi. Pekalongan: IAIN Pekalongan.

Wulansari, Siti Khaula. 2022. Pengasuh dan Pembimbing Panti Asuhan Darul Hadlonah Muslimat NU Batang. Wawancara Pribadi

Yusuf Syamsu, Juntika Nurihsan. 2014. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Zahara Fenti. 2017. *Hubungan antara Kecemasan dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RSUD PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. Vol. 2, No. 1