

**PENGARUH KONSELING ISLAMI TERHADAP  
KEMAMPUAN *COPING STRESS* SANTRI PENGHAFAL AL-  
QUR'AN PONDOK PESANTREN HIDAYATUL MUBTADI-  
IEN BOJONG PEKALONGAN**

**SKRIPSI**

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



Oleh:

**LUTFI RIF'ATUN NISA**  
**NIM. 2041116131**

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM  
FAKULTAS USHULUDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGRI PEKALONGAN  
2022**

**PENGARUH KONSELING ISLAMI TERHADAP  
KEMAMPUAN *COPING STRESS* SANTRI PENGHAFAL AL-  
QUR'AN PONDOK PESANTREN HIDAYATUL MUBTADI-  
IEN BOJONG PEKALONGAN**

**SKRIPSI**

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



Oleh:

**LUTFI RIF'ATUN NISA**  
**NIM. 2041116131**

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM  
FAKULTAS USHULUDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGRI PEKALONGAN  
2022**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Lutfi Rif'atun Nisa  
NIM : 2041116131  
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“PENGARUH KONSELING ISLAMI TERHADAP KEMAMPUAN COPING STRESS SANTRI PENGHAFAL AL-QUR’AN PONDOK PESANTREN HIDAYATUL MUBTADI-IEN BOJONG PEKALONGAN”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di IAIN Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di IAIN Pekalongan.

Pekalongan, 22 April 2022



**Lutfi Rif'atun Nisa**  
**NIM. 2041116131**

## NOTA PEMBIMBING

**Dr. ESTI ZADUQISTI, M. Si**

**Jl. Gondang 201 Wonopringgo, Pekalongan**

Lamp : 3 (Tiga) eksemplar

Hal : Naskah Skripsi Sdr. Lutfi Rif'atun Nisa

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

c.q Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam

di-

### **PEKALONGAN**

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

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

Nama : Lutfi Rif'atun Nisa

NIM : 2041116131

Judul : **PENGARUH KONSELING ISLAMI TERHADAP KEMAMPUAN COPING STRESS SANTRI PENGHAFAL AL-QUR'AN PONDOK PESANTREN HIDAYATUL MUBTADI-IEN BOJONG PEKALONGAN**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Pekalongan, 28 April 2022

Pembimbing



**Dr. Esti Zaduqisti, M.Si**  
**NIP. 197712172006042002**



**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](http://www.fuad.iainpekalongan.ac.id) email: [fuad@iainpekalongan.ac.id](mailto:fuad@iainpekalongan.ac.id)

**PENGESAHAN**

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

Nama : LUTFI RIF'ATUN NISA  
NIM : 2041116131  
Judul Skripsi : **PENGARUH KONSELING ISLAMI TERHADAP KEMAMPUAN *COPING STRESS* SANTRI PENGHAFAL AL-QUR'AN PONDOK PESANTREN HIDAYATUL MUBTADI-IEN BOJONG PEKALONGAN**

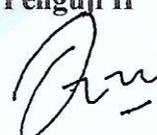
yang telah diujikan pada hari Jum'at, 20 Mei 2022 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) dalam Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I

  
Maskhur, M. Ag  
NIP. 197306112003121001

Penguji II

  
Izza Hlmawanti, M.Si  
NIP. 198812112019032006



pekalongan, 20 Mei 2022  
Mengesahkan Oleh  
Dekan,  
D. H. Sam'ani, M.Ag  
NIP. 197305051999031002

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan adalah sistem transliterasi arab-latin berdasarkan SKB Menteri Agama dan Menteri P&K RI No. 158/1987 dan No. 0543 b/U/1987 tertanggal 22 Januari 1988. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam kamus linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut.

### A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	-	tidak dilambangkan
ب	Bā	B	-
ت	Tā	T	-
ث	Śā	S	s (dengan titik di atasnya)
ج	Jīm	J	-
ح	Hā	H	h (dengan titik di bawahnya)
خ	Khā	Kh	-
د	Dal	D	-
ذ	Żal	Z	z (dengan titik di atasnya)
ر	Rā	R	-
ز	Zai	Z	-
س	Sīn	S	-
ش	Syīn	Sy	-
ص	Şād	Ş	s (dengan titik di bawahnya)

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ض	Dād	D	d (dengan titik di bawahnya)
ط	Ṭā	T	t (dengan titik di bawahnya)
ظ	Zā	Z	z (dengan titik di bawahnya)
ع	‘Ain	‘	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	-
ف	Fā	F	-
ق	Qāf	Q	-
ك	Kāf	K	-
ل	Lām	L	-
م	Mīm	M	-
ن	Nūn	N	-
و	Wāwu	W	-
ه	Hā	H	-
ء	Hamzah	‘	apostrof, tetapi lambang ini tidak dipergunakan untuk hamzah di awal kata
ي	Yā	Y	-

### B. Konsonan Rangkap

Konsonan rangkap, termasuk tanda *syaddah*, ditulis rangkap.

Contoh: أحمدية ditulis *Ahmadiyyah*

### C. Tā Marbutah di akhir kata

1. Bila dimatikan ditulis *h*, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia, seperti *salat*, *zakat*, dan sebagainya.

Contoh: جماعة ditulis *jamā'ah*

2. Bila dihidupkan ditulis *t*

Contoh: كرامة الأولياء ditulis *karāmatul-auliyā'*

#### **D. Vokal Pendek**

Fathah ditulis *a*, kasrah ditulis *i*, dan dammah ditulis *u*

#### **E. Vokal Panjang**

A panjang ditulis *ā*, i panjang ditulis *ī*, dan u panjang ditulis *ū*,

masing-masing dengan tanda hubung ( - ) di atasnya.

#### **F. Vokal Rangkap**

Fathah + yā tanpa dua titik yang dimatikan ditulis *ai*

Fathah + wāwu mati ditulis *au*

#### **G. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof ( ' )**

Contoh: أنتم ditulis *a'antum*

مؤنث ditulis *mu'annaś*

#### **H. Kata Sandang Alif + Lam**

1. Bila diikuti huruf qamariyah ditulis *al-*

Contoh: القرآن ditulis *Al-Qura'ān*

2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, huruf 1 diganti dengan huruf syamsiyyah yang mengikutinya.

Contoh: الشيعة ditulis *asy-Syī'ah*

#### **I. Huruf Besar**

Penulisan huruf besar disesuaikan dengan EYD

#### **J. Kata dalam rangkaian frasa atau kalimat**

1. Ditulis kata per kata, atau

2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut.

Contoh: شيخ الإسلام ditulis *Syaikh al-Islām* atau *Syakhul-Islām*

## PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala hidayah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam tetap tercurah kepada Rasulullah Nabi Muhammad Shollallahu 'Alaihi Wassalam, Keluarga, Sahabat, serta pengikut beliau yang istiqomah hingga hari akhir. Sebagai rasa cinta dan kasih, saya persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua yang saya cintai, Bapak Khamim dan Ibu Mayukha yang telah memberikan segalanya, tiada kata lelah dalam menyayangi setulus hati, membimbing dengan ikhlas dan mendukung setiap perjalanan thalabul ilmi, yang senantiasa memberikan do'a, nasihat, motivasi, semangat tiada henti dalam setiap langkah saya. Terimakasih atas keikhlasan do'a yang tak henti-hentinya sehingga saya bisa mewujudkan mimpi kedua orang tua dan mimpi saya menjadi seorang sarjana.
2. Adik kandung saya, Dikki Afif Baehaqi serta saudara-saudara saya tercinta yang sudah mendukung sepenuhnya baik moral, material maupun spiritual.
3. Abah KH. Aby Abdillah dan Umi Nyai Tutik Alawiyah Al-Hafidzah dan seluruh keluarga besar serta seluruh santri putra putri Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien baik yang di Sampangan maupun yang di Bojong yang telah memberikan do'a, motivasi, serta ilmu yang sangat bermanfaat.
4. Ibu Dr. Esti Zaduqisti, M.Si selaku dosen pembimbing, terimakasih banyak atas ruang dan waktunya selama proses penyusunan skripsi ini, serta dapat terselesaikannya dengan baik.

5. Calon suamik saya Kusnan Mubarak yang telah menyemangati dan memberikan perhatian serta materi sehingga saya bisa menulis skripsi ini sampai selesai.
6. Sahabat sahabati Bimbingan Penyuluhan Islam 2016 yang telah menemani perjuangan penulis selama masa perkuliahan dari awal hingga akhir.
7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu baik dari segi apapun bagi penulis menyelesaikan tugas skripsi ini.

## **MOTTO**

“ Bersama ALLAH tidak ada yang tidak mungkin “

## ABSTRAK

Nisa, Lutfi Rif'atun. 2022. **Pengaruh Konseling Islami Terhadap Kemampuan *Coping Stress* Santri Penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.** Pembimbing Dr. Esti Zaduqisti, M. Si

Kata kunci : *Konseling Islami, Coping Stress, Santri Penghafal Al-Qur'an*

Permasalahan yang sering dialami oleh santri penghafal Al-Qur'an berbeda-beda setiap santri seperti kewajiban sebagai mahasiswa dan sebagai santri, harus bisa membagi waktu untuk kegiatan pondok dan kuliah, tutuan untuk menyelesaikan setoran, deadline tugas kuliah, meluangkan waktu untuk *muraja'ah* (mengulang hafalan), serta meluangkan waktu untuk menyelesaikan kebutuhan pribadi dimana semua hal tersebut seringkali memunculkan stres bagi para santri yang menjadikan santri malas dan kurang bersemangat dalam melakukan kegiatan pondok maupun kegiatan perkuliahan, Oleh karena itu perlu adanya kemampuan *Coping stress* melalui konseling Islami untuk dapat mengurangi dan menghilangkan stress.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah (1) Bagaimana kategorisasi kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan (2) Bagaimana kategorisasi konseling Islami pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan (3) Bagaimana pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong pekalongan.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *field research* dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket yang diberikan kepada responden sebanyak 31 santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling islami di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan masuk pada kategori baik dengan nilai rata-rata 89,29, kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan masuk pada kategori baik dengan nilai rata-rata sebesar 106,68. Konseling Islami terbukti berpengaruh terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan dibuktikan dari hasil uji t yang menunjukkan bahwa t hitung lebih besar dari t tabel ( $3,898 > 2,045$ ) dan nilai sig lebih kecil dari 0,05 ( $0,001 < 0,05$ ). Besar pengaruh Konseling Islami dapat dilihat dari nilai koefisien determinasi R squer sebesar 0,344 yang berarti bahwa konseling Islami mempunyai pengaruh sebesar 34,4% terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘alamin puji syukur kehadiran Allah SWT atas pemberian nikmat bagi seluruh alam, sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada junjungan kita nabi agung Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya serta sahabatnya hingga akhir zaman, yang senantiasa kita harapkan syafa’atnya kelak di yaumul akhir.

Alhamdulillah beribu-ribu syukur saya ucapkan karena telah menyelesaikan penelitian skripsi tentang **“Pengaruh Konseling Islami Terhadap kemampuan Coping Stress Santri Penghafal Al-Qur’an Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan”**. Penulisan ini tidak akan terwujud tanpa usaha diri sendiri, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak, oleh karena itu dengan rendah hati penulis mengucapkan terimakasih banyak sebagai penghargaan secara tidak langsung kepada semua pihak yang sudah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Tidak mengurangi rasa hormat saya kepada semua pihak yang sudah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. H. Zaenal Mustakim, M.Ag selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Pekalongan.
2. Bapak Dr. Sam’ani, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Pekalongan.
3. Bapak Maskhur, M.Ag selaku Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam

4. Ibu Esti Zaduqisti, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak 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. Orang tua tercinta, Bapak Khamim dan Ibu Mayukha yang tak henti-hentinya selalu mendo'akan anak-anaknya siang dan malam, motivasi yang begitu hebat dan cinta kasih sayang yang sangat kuat serta memberikan dukungan materil dan non materil. Kesabaran, keikhlasan, dan semangat dari beliau yang membuat penulis bersyukur dengan segala keadaan.
7. Murabbi ruhina KH. Aby Abdillah beserta Umi Nyai Hj. Tutik Alawiyah Al-Khafidzah yang telah memberikan ilmu, nasehat, support dan selalu mencintai para santri-santrinya dengan sepenuh hati.
8. Adik saya Dikki Afif Baehaqi dan seluruh keluarga saya yang sudah memberikan do'a, dukungan dan bantuan kapanpun mereka usahakan.
9. Calon suamik saya Kusnan Mubarak yang telah menyemangati dan memberikan perhatian serta materi sehingga saya bisa menulis skripsi ini sampai selesai.
10. Seluruh keluarga besar Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien yang sudah mensupport dalam keadaan dan situasi apapun.
11. Teman-teman seperjuangan di IAIN Pekalongan yang selalu memberikan motivasi dan dorongan dalam penyelesaian skripsi ini.

12. 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.

Terimakasih atas segala dukungan yang diberikan semoga menjadi amal sholih yang diterima Allah SWT, dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi diri saya sendiri maupun pembaca. Amiin

Pekalongan, 22 April 2022

Penulis,

**LUTFI RIF'ATUN NISA**  
**NIM. 2041116131**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>NOTA PEMBIMBING.....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI.....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Tinjauan Pustaka.....	8
F. Metode Penelitian.....	18
G. Sistematika Penulisan.....	26
<b>BAB II KONSELING ISLAM DAN <i>COPING STRESS</i>.....</b>	<b>29</b>
A. Konseling Islami.....	29
1. Pengertian Konseling Islam.....	29
2. Dasar Konseling Islam.....	31
3. Tujuan Konseling Islam.....	34
4. Teknik-Teknik Konseling Islam.....	36

5. Metode Konseling Islam.....	37
B. <i>Coping Stress</i> .....	40
1. Pengertian <i>Coping Stress</i> .....	40.
2. Strategi <i>Coping Stress</i> .....	41.
3. Metode <i>Coping Stress</i> .....	44.
4. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i> .....	45

**BAB III PENGARUH KONSELING ISLAMI TERHADAP KEMAMPUAN  
COPING STRESS SANTRI PENGHAFAL AL-QUR'AN PONDOK  
PESANTREN HIDAYATUL MUBTADI-IEN BOJONG  
PEKALONGAN.....50**

A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.....	50
B. Deskripsi Subjek Penelitian dan Hasil Uji Instrumen.....	64
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	64
2. Hasil Uji Coba Instrumen Alat Ukur.....	65
C. Hasil Kategorisasi Kemampuan <i>Coping Stress</i> Santri Penghafal Al- Qur'an Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.....	74
D. Hasil Kategorisasi Konseling Islami Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.....	76
E. Hasil Pengaruh Konseling Islami Terhadap Kemampuan <i>Coping Stress</i> Santri Penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.....	79

**BAB IV ANALISIS PENGARUH KONSELING ISLAMI TERHADAP  
KEMAMPUAN COPING STRESS SANTRI PENGHAFAL AL-QUR'AN  
PONDOK PESANTREN HIDAYATUL MUBTADI-IEN BOJONG  
PEKALONGAN.....85**

A. Analisis Kategori Kemampuan <i>Coping Stress</i> Santri Penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.....	85
B. Analisis Kategorisasi Konseling Islami Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.....	86
C. Analisis Pengaruh Konseling Islami Terhadap Kemampuan <i>Coping Stress</i> Santri Penghafal Al-Qur'an Pondok Pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.....	89
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>93</b>
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran.....	95
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>96</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>101</b>
Lampiran 1.....	101
Lampiran 2.....	103
Lampiran 3.....	110
Lampiran 4.....	112
Lampiran 5.....	113
Lampiran 6.....	115
<b>DOKUMENTASI.....</b>	<b>116</b>

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Menghafal Al-Qur'an merupakan sebuah upaya untuk memudahkan seseorang di dalam memahami dan mengingat isi-isi Al-Qur'an dan untuk menjaga kemurnian Al-Qur'an serta menjadi sebuah amal shaleh. Proses yang dijalani oleh seseorang untuk menjadi penghafal Al-Qur'an tidaklah mudah dan sangat panjang, karena harus menghafal isi Al-Qur'an dengan kuantitas yang sangat besar. Menghafal Al-Qur'an tidak hanya semata-mata mengandalkan kekuatan memori, akan tetapi termasuk serangkaian proses yang harus dijalani oleh penghafal Al-Qur'an setelah mampu menguasai hafalan secara kuantitas.

Penghafal Al-Qur'an berkewajiban untuk menjaga hafalannya, memahami apa yang dipelajari dan bertanggung jawab untuk mengamalkannya. Oleh karena itu, proses menghafal dikatakan sebagai proses yang panjang karena tanggung jawab yang diemban oleh penghafal Al-Qur'an akan melekat pada dirinya hingga akhir hayat. Dalam proses menghafal Al-Qur'an tidak sedikit dari santri yang mengalami stres karena permasalahan yang dihadapi cukup berat. Permasalahan yang timbul dikarenakan banyaknya aktifitas yang dilakukan oleh para santri. Disamping menghafal Al-Qur'an santri juga harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Selain itu

santri juga harus mampu membagi waktu antara kegiatan di pondok pesantren dan di kampus, karena sebagian besar santri adalah mahasiswa.

Berdasarkan penelitian dilapangan bahwa terdapat permasalahan yang sering dialami oleh santri penghafal Al-Qur'an seperti kewajiban sebagai mahasiswa dan sebagai santri, harus bisa membagi waktu untuk kegiatan pondok dan kuliah, tutuan untuk menyelesaikan setoran, deadline tugas kuliah, meluangkan waktu untuk *muraja'ah* (mengulang hafalan), serta meluangkan waktu untuk menyelesaikan kebutuhan pribadi dimana semua hal tersebut seringkali memunculkan stres bagi para santri yang menjadikan santri malas dan kurang bersemangat dalam melakukan kegiatan pondok maupun kegiatan perkuliahan.<sup>1</sup>

Oleh karena itu perlu adanya kemampuan *Coping stress* melalui konseling Islami untuk dapat mengurangi dan menghilangkan stres. *Coping* dipandang sebagai faktor yang menentukan kemampuan manusia untuk melakukan penyesuaian terhadap situasi yang menekan (*stressful life events*). Pada dasarnya *coping* menggambarkan aktivitas kognitif yang disertai dengan aktivitas perilaku.<sup>2</sup>

Perilaku yang berbeda-beda dalam mengatasi tekanan mencerminkan bahwa strategi *coping* masing-masing individu belum tentu sama. Dalam hal

---

<sup>1</sup> Lulu Nur Hidayah, wawancara pribadi di pondok pesantren Hidayatul Muftadi-ien Bojong Pekalongan, 02 Agustus 2021

<sup>2</sup> Rahmad Purnama, "Penyelesaian Stress Melalui Coping Spiritual", Al-Adyan, Vol.12, no.1, Januari-Juni 2017, Hlm. 76

ini menurut Lazarus dan Folkman Strategi *coping* di bagi menjadi dua yaitu *coping* yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*) dimana seseorang menarik diri dari sumber masalah yang ada dan mengatur respon emosi dengan cara menurunkan emosi negatif.<sup>3</sup> Misalnya seperti merasa malu, cemas, takut. Strategi ini merupakan satu-satunya cara menerapkan kemampuan *coping* ketika sumber stres tak bisa dikendalikan. Strategi *coping* ini yang biasa di praktekan oleh santri penghafal Al-Qur'an seperti berdo'a, curhat, bersabar dan menerima kenyataan. Dalam hal ini para santri yakin dan berprasangka baik kepada Allah bahwa Allah sudah mengatur serta memberikan yang terbaik untuk para hambanya. Dari strategi tersebut mereka lebih tenang dan bisa mengajarkan kegiatan yang lainnya tanpa harus memikirkan problem sebelumnya.<sup>4</sup>

Selain strategi *coping* yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*) ada juga (*problem focused coping*) dimana strategi ini berfokus pada masalah yaitu strategi untuk mengatasi sumber stres atau *coping* yang berpusat pada sumber masalah, yang bertujuan untuk memecahkan suatu masalah melalui pembelajaran keterampilan atau metode untuk mengatasi

---

<sup>3</sup> Muhammad Fahrezi, DKK, "Peran Pekerja Sosial Dalam Meningkatkan Kemampuan Coping Stres Masyarakat", Jurnal Pekerja Sosial, Vol.3, No.1, Juli 2020, hlm. 56

<sup>4</sup> Lulu Nur Hidayah, wawancara pribadi di pondok pesantren Hidayatul Muhtadi-ien Bojong Pekalongan, 02 Agustus 2021

stres.<sup>5</sup> Dalam hal ini tindakan yang diambil santri penghafal Al-Qur'an ketika mengalami stres berdeda-beda seperti mencari dan meminta dukungan untuk jalan keluar yang dilakukannya, menyibukkan diri dengan kegiatan positif dan bermanfaat bagi lingkungan, memanfaatkan waktu luang untuk *muraja'ah* atau mengerjakan tugas, menghargai waktu dengan cara tidak bermalas-malasan.<sup>6</sup>

Beberapa strategi *coping stress* santri di atas, tidak lepas dari adanya faktor konseling Islami yang diselenggarakan di pondok pesantren. Pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien merupakan salah satu wadah bagi para santri penghafal Al-Qur'an, di pondok tersebut juga terdapat konseling Islami bagi para penghafal Al-Qur'an, dimana konseling Islami ini sangat membantu santri untuk menanamkan dan menciptakan *coping stress* yang baik. Konseling Islam merupakan pelayanan dalam konseling dengan menggunakan pendekatan islam dalam mengentaskan masalahnya agar individu bahagia dunia akhirat.

Sutoyo mengatakan bahwa konseling islami adalah aktifitas yang bersifat “membantu” dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntutan Allah (jalan yang lurus) agar

---

<sup>5</sup> Muhammad Najmul Umam, Skripsi “ *Strategi Coping Santri Pitri Dalam Bimbingan Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Nahdlatut Thalibin Tayu Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah*”, (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2017), Hlm. 28

<sup>6</sup> Lulu Nur Hidayah, wawancara pribadi di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan, 02 Agustus 2021

mereka selamat.<sup>7</sup> Berhubungan dengan konseling Islami dalam penelitian ini saya pernah mewawancari salah satu santri yang tinggal di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien berdasarkan wawancara saya dengan salah satu santri menyebutkan bahwa ada beberapa santri yang mengalami stres ketika menghafal Al-Qur'an. Seperti yang dialami oleh santri bernama Umi Khafidzah.

“pernah dulu pada saat semester akhiran, sudah hampir menyerah dan putus asa dalam menghafal, tetapi dari nasehat abah yang selalu menyemangati untuk terus berjalan jangan sampai terputus, selalu ikhtiar, khusnudzon sama guru serta istiqomah. Itu yang menjadikan saya termotivasi untuk tetap menghafal sampai akhir”<sup>8</sup>

Peran pengasuh dalam hal ini sangat penting karena dapat mengarahkan mereka untuk memilih *coping* yang tepat untuk mengatasi stres yang mereka alami, sehingga dampak negatif dari stres dapat diminimalisir. Selain itu tak jarang terdapat motivasi-motivasi dalam nasehat yang juga dapat memotivasi dan memberikan semangat bagi para santri dalam menghadapi aktivitas dan kesibukan yang mereka hadapi.

Di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien konseling dilakukan dalam bentuk pengajaran yang disampaikan dari pengasuh tentang aqidah (keimanan), syari'ah dan budi pekerti atau akhlaqul karimah. Pedoman, nasihat maupun petuah-petuah bijak yang disampaikan pengasuh menjadikan

---

<sup>7</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan KOnselign Islami Teori dan Praktik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014), hlm. 22

<sup>8</sup> Umi Khafidzah, wawancara pribadi di pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan, 02 Agustus 2021

santri lebih tenang serta menjadi tau apa yang seharusnya dilakukan dalam kesehariannya. Dalam prakteknya pengasuh pondok menggunakan metode yang biasa digunakan di pondok-pondok pesantren pada umumnya yaitu memberikan ceramah atau mauidzah hasanah. Adapun mauidzah hasanah yang diberikan seperti; memberikan perkataan yang bijak, menceritakan kisah-kisah para nabi terdahulu, serta mengajarkan individu dalam berbagai hal menurut syari'at agama Islam yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadis.<sup>9</sup>

Dari pembahasan diatas, maka hubungan dari *coping stress* dan konseling Islami sangat penting serta saling berkesinambungan. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Muhtadi-ien Bojong Pekalongan

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, maka perumusan masalah yang peneliti kaji adalah :

1. Bagaimana kategorisasi kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Muhtadi-ien Bojong Pekalongan ?
2. Bagaimana kategorisasi konseling Islami pondok pesantren Hidayatul Muhtadi-ien Bojong Pekalongan ?

---

<sup>9</sup> K.H. Aby Abdillah Baghowi, wawancara pribadi dengan pengasuh pondok, 02 Agustus 2021

3. Bagaimana pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong pekalongan ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Setelah mengetahui latar belakang dan rumusan masalah dari penelitian ini, peneliti dapat menyatakan bahwa penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui bagaimana kategorisasi kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan
2. Untuk mengetahui bagaimana kategorisasi konseling Islami pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.
3. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.

### **D. Manfaat Penelitian**

- a. Secara Teoritis adalah dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan bimbingan penyuluhan Islam serta menjadi referensi bagi pihak yang berkepentingan dan yang membutuhkan.
- b. Secara praktis
  1. Dapat menjadi pedoman dan petunjuk bagi para santri penghafal Al-Qur'an sekaligus bagi pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien.

2. Bagi peneliti sendiri guna meningkatkan pengetahuan serta wawasan tentang bimbingan penyuluhan islam.

## E. Tinjauan Pustaka

### 1. Analisis Teori

#### a. *Coping stress*

Teori *coping stress* ini menggunakan buku dari Lazarus dan Folkman yang berjudul *Stress, Appraisal, and Coping*, menurut Lazarus dan Folkman *Coping stress* merupakan upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal tertentu yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya orang tersebut.<sup>10</sup>

Dalam menggunakan strategi *coping* untuk mengatasi stres setiap individu tidaklah sama, tergantung dari karakter, kepribadian, kenyamanan, serta keefektifan strategi *coping* masing-masing individu serta tergantung dari masalah yang dihadapinya. Menurut Lazarus dan Folkman strategi *coping* dibagi menjadi dua yaitu :<sup>11</sup>

- 1) *Emotional focused coping* adalah strategi *coping* yang berfokus pada emosi, dimana seseorang menarik diri dari sumber masalah yang ada dan mengatur respon emosi dengan cara menurunkan

---

<sup>10</sup> Badru Zaman, Skripsi “*Coping Stress Orang Tua Yang Memiliki Anak Kecanduan Narkoba*”, (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2010), hlm. 17

<sup>11</sup> Muhammad Fahrezi, DKK, “*Peran Pekerja Sosial Dalam...*”, hlm. 56

emosi negatif dengan menggunakan beberapa mekanisme seperti penangkalan dan harapan positif. Dalam hal ini Lazarus dan Folkman mengklasifikasikan strategi ini menjadi 5 kelompok yaitu:

- a) *Distancing* yaitu mencoba tidak melibatkan diri dari pada masalah atau menjadikan hal tersebut menjadi terlihat positif.
  - b) *Escape Avoidance* yaitu bagaimana individu menghindari atau mencoba menarik diri dari masalah yang dihadapi
  - c) *Self controlling* yaitu individu bisa merespon dengan melakukan kegiatan pembatasan baik dalam perasaan maupun tindakan
  - d) *Accepting Responsibility* yaitu individu melihat masalah dengan menimbulkan kesadaran diri dalam suatu masalah yang dihadapi dan dapat menempatkan diri sesuai dengan kapasitas yang dimiliki oleh individu tersebut.
  - e) *Positive Reappraisal* yaitu individu merespon dengan cara berusaha menciptakan makna positif dalam diri yang bertujuan untuk mengembangkan dirinya termasuk dalam melibatkan hal-hal religious.
- 2) *Problem focused coping* yaitu strategi *coping* untuk mengatasi stres atau *coping* yang berpusat pada sumber masalah, melalui pembelajaran keterampilan atau metode untuk mengatasi stres.

Dalam strategi *coping* ini terdapat tiga hal yang harus diperhatikan yaitu kemampuan memecahkan masalah, manajemen waktu yang baik dan adanya dukungan dari sosial dari orang sekitar. Dalam hal ini diklasifikasikan menjadi 3 kelompok yaitu :

- a) *Confrontative coping* merupakan bagaimana reaksi atau usaha-usaha untuk menyelesaikan masalah atau mengubah keadaan secara agresif dengan segala resiko yang dihadapi
- b) *Seeking social support* merupakan suatu usaha menyelesaikan masalah dengan mencari bantuan dari pihak luar seperti teman, keluarga atau dengan ahli dibidangnya dalam bentuk nyata maupun dukungan emosional.
- c) *Planful problem-solving* yaitu bagaimana individu menghadapi masalah atau stresor dengan pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalahnya, penuh dengan perhitungan dan juga melihat resiko yang akan dihadapi ketika menyelesaikan masalah tersebut dengan hati-hati.

#### b. Konseling Islami

Dalam mengupas konseling Islami peneliti menggunakan beberapa teori dari Tarmizi terkait dengan bimbingan konseling Islami. Dalam bukunya yang berjudul bimbingan konseling islami, menurut Tarmizi konseling Islam merupakan pemberian bantuan yang dilakukan untuk memecahkan masalah atau mencari solusi atas

permasalahan yang dialami konseli dengan bekal potensi dan fitrah agama yang dimilikinya secara optimal dengan menggunakan nilai-nilai ajaran Islam yang mampu membangkitkan spiritual dalam dirinya, sehingga manusia akan mendapatkan dorongan dan mampu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya serta akan mendapatkan kehidupan yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>12</sup>

Sedangkan konseling Islami menurut Anwar Sutoyo adalah aktifitas yang bersifat membantu, dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntutan Allah (jalan yang lurus) agar mereka selamat. Karena posisi konselor bersifat membantu, maka konsekuensinya individu sendiri yang harus aktif belajar memahami dan sekaligus melaksanakan tuntutan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat sebaliknya kesengsaraan dan kemaslahatan di dunia dan akhirat.<sup>13</sup>

Dalam pelaksanaannya konseling Islami dilakukan secara individu. Adapun metode dalam bimbingan konseling Islami menggunakan metode *Mauidzah Hasanah* yaitu memberi nasehat dan memberikan peringatan kepada orang lain dengan bahasa yang baik yang dapat menggugah hatinya sehingga pendengar mau menerima

---

<sup>12</sup> Dr. Tarmizi, M. Pd, "*Bimbingan Konseling Islam*", (Medan: Perdana Publishing, 2018), hlm. 33

<sup>13</sup> Anwar Sutoyo, "*Bimbingan Konseling Islami ...*", hlm. 22

nasehat tersebut. Sebab kelemah lembut dan nasehat sering kali dapat melulukan hati yang keras dan menjinakkan kalbu yang liar. Bahkan, lebih mudah melahirkan kebaikan ketimbang larangan dan ancaman.<sup>14</sup>

Indikator dalam variabel konseling Islam meliputi materi konseling Islami seperti materi tentang aqidah (keimanan), Syari'ah, budi pekerti atau akhlaqul karimah, sejarah nabi terdahulu. Intensitas dalam mengikuti konseling Islam merupakan salah satu indikator yang ada di variabel ini karena hal ini dapat menentukan kemampuannya dalam *coping stress*, kualitas seorang konselor merupakan hal penting dalam konseling Islam karena bisa tidaknya seorang klien dalam mengatasi masalah tergantung dari ketepatan seorang konselor dalam membantu menyelesaikan permasalahan klien.

## 2. Penelitian yang Relevan

Untuk acuan lebih lanjut peneliti juga mengkaji atau meninjau penelitian terdahulu yang mempunyai relevansi dengan judul penelitian yang ditulis peneliti. Adapun penelitian yang relevan ini adalah skripsi yang ditulis oleh Desi Yulianti, jurusan Bimbingan dan Konseling mahasiswa IAIN Batusangkar (2018) dengan judul "*Pengaruh Konseling Islam Pendekatan Syukur Dalam Mengatasi Rasa Rendah Diri Siswa Kelas XII IPS 3 SMA Negeri 2 Payakumbuh.*" Adapun persamaan dan

---

<sup>14</sup> Dr. Tarmizi M. Pd, "*Bimbingan Konseling...*", hlm. 144

perbedaan dalam penelitian ini adalah, sama-sama membahas tentang pengaruh konseling Islam perbedaannya pada objek penelitian mengatasi rasa rendah diri siswa kelas XII IPS 3 SMA negeri Payakumbuh, sedangkan dalam penelitian ini *coping stress* santri penghafal qur'an di pondok pesantren Hidayatul Muftadi-ien Bojong Pekalongan.<sup>15</sup>

Penelitian selanjutnya adalah skripsi yang ditulis oleh Miftahul Jannah, jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, mahasiswa UIN Sunan Ampel (2019), dengan judul “*Pengaruh Konseling Islam Dengan Terapi Sholat Motivasi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di SMP Al-Falah Deltasari*”. Adapun perbedaan dan persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama membahas pengaruh konseling Islam perbedaannya pada objek penelitian motivasi untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMP Al-Falah Deltasari, sedangkan objek penelitian ini adalah *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an di pondok pesantren Hidayatul Muftadi-ien Bojong Pekalongan.<sup>16</sup>

Selanjutnya adalah skripsi yang ditulis oleh Fauza Arsyah Dina, jurusan Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Magelang (2021), dengan judul “*Pengaruh Motivasi Orang Tua Terhadap Coping Stress Remaja Dalam Belajar PAI Pada Masa Pandemi Covid-19 Di*

---

<sup>15</sup> Desi Yulianti, “*Pengaruh Konseling Islam Pendekatan Syukur Dalam Mengatasi Rasa Rendah Diri Siswa Kelas XII IPS 3 SMA Negeri 2 Payakumbuh*” (Sumatra Barat: IAIN Batusangkar, 2018)

<sup>16</sup> Miftahul Jannah, “*Pengaruh Konseling Islam Dengan Terapi Sholat Motivasi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di SMP Al-Falah Deltasari*”, (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2019)

*Dusun Clapar Ngawen Kabupaten Magelang*". Persamaan dan perbedaan dalam penelitian ini adalah: sama-sama membahas tentang *Coping stress* perbedaannya pada subjek penelitian pengaruh motivasi orang tua, sedangkan dalam penelitian ini subjeknya adalah pengaruh konseling Islami.<sup>17</sup>

Selanjutnya adalah jurnal yang ditulis oleh Ira Darmawanti, jurusan Psikologi, Universitas Negeri Surabaya (2012), dengan judul "*Hubungan Antara Tingkat Religiusitas dengan Kemampuan Mengatasi Stress (Coping Stress)*". Persamaan dan perbedaan penelitian ini adalah: sama-sama membahas tentang kemampuan *coping stress* sedangkan perbedaannya pada subjek penelitian yaitu hubungan antara tingkat religiusitas, sedangkan dalam penelitian ini adalah pengaruh konseling Islami.<sup>18</sup>

### 3. Kerangka Berpikir

Dari tinjauan pustaka diatas, maka dibuatlah kerangka berpikir untuk lebih detailnya. Dalam penelitian yang berjudul pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan ini peneliti hendak meneliti apakah ada pengaruhnya konseling Islami terhadap

---

<sup>17</sup> Fauza Arsyah Dina, "*Pengaruh Motivasi Orang Tua Terhadap Coping Stress Remaja Dalam Belajar PAI Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Dusun Clapar Ngawen Kabupaten Magelang*" (Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang, 2021)

<sup>18</sup> Ira Darmawanti, "*Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kemampuan Mengatasi Stress (Coping Stress)*", Jurnal Psikologi: Teori & Terapan, Vol. 2, No.2, Pebruari 2012

kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.

Dalam hal ini menggunakan teori *coping stress* dari Lazarus dan Folkman, dalam bukunya yang berjudul *Stress, Appraisal, and Coping* mereka mendefinisikan *coping stress* sebagai upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal tertentu yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya orang tersebut.

Dalam mengatasi stres individu perlu menggunakan strategi yang tepat, agar stres dapat diatasi dengan baik, terdapat dua strategi *coping* yaitu *coping* yang berfokus pada emosi (*emosional focused coping*) yang diklasifikasikan menjadi 5 kelompok yaitu:

- a. *Distancing* (Mengabaikan)
- b. *Escape Avoidance* (Penghindaran)
- c. *Self controlling* (Pengendalian Diri)
- d. *Accepting Responsibility* (Menerima Keadaan)
- e. *Positive Reappraisal* (Penilaian Secara Positif)

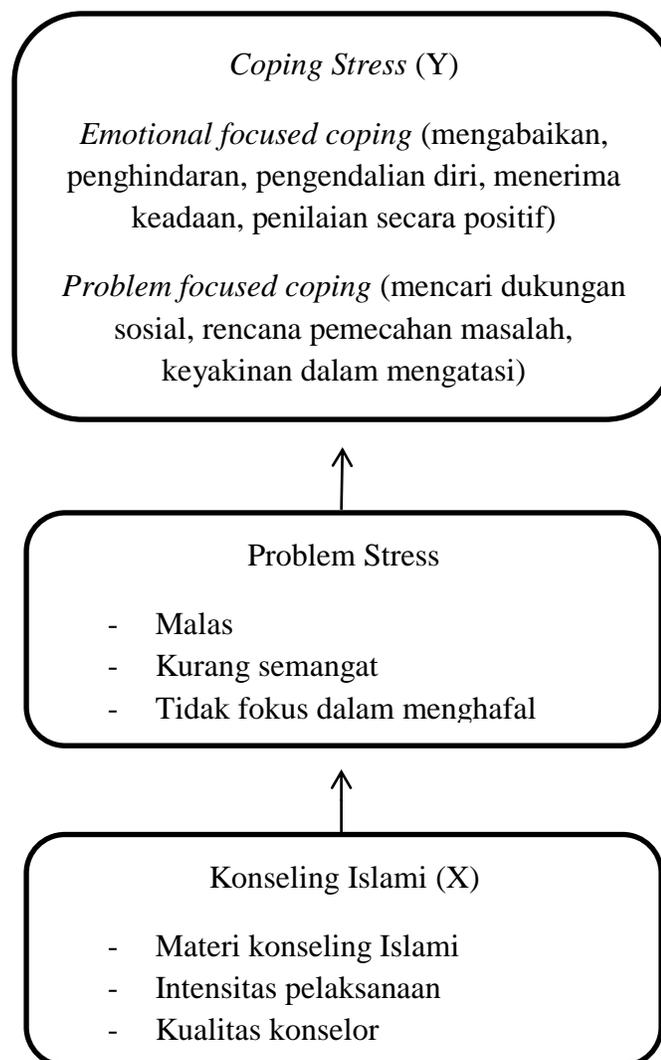
dan *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) yang diklasifikasikan menjadi 3 kelompok yaitu:

- a. *Confrontative coping* (Keyakinan Dalam Mengatasi)
- b. *Seeking social* (Mencari Dukungan Sosial)
- c. *Planful problem-solving* (Rencana Pemecahan Masalah)

Kemudian dalam konseling Islami peneliti mengambil teori dari konseling Islami menurut Tarmizi dalam bukunya yang berjudul bimbingan konseling Islami yang mengartikan bahwa konseling Islami adalah pemberian bantuan yang dilakukan untuk memecahkan masalah atau mencari solusi atas permasalahan yang dialami konseli dengan bekal potensi dan fitrah agama yang dimilikinya secara optimal dengan menggunakan nilai-nilai ajaran islam yang mampu membangkitkan spiritual dalam dirinya, sehingga manusia akan mendapatkan dorongan dan mampu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya serta akan mendapatkan kehidupan yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Indikator dalam variabel konseling Islami meliputi materi konseling Islami seperti materi tentang aqidah (keimanan), syari'ah dan budi pekerti atau akhlaqul karimah, sejarah nabi terdahulu, intensias dalam mengikuti konseling Islami merupakan salah satu indicator yang ada di variabel ini karena hal ini dapat menentukan kemampuannya dalam *coping sress*, kualitas seorang konselor merupakan hal penting dalam konseling Islam karena bisa tidaknya seorang klien dalam mengatasi masalah tergantung dari kualitas dan ketepatan seorang konselor dalam menyelesaikan permasalahan klien.

Berikut merupakan gambaran dari kerangka berpikir pada penelitian ini,  
yaitu :



Gambar 1.1  
Kerangka Berpikir

#### 4. Hipotesis

Untuk melakukan uji hipotesis, ada beberapa yang harus diperhatikan yaitu merumuskan hipotesis nol ( $H_0$ ) dan harus disertai pula dengan hipotesis alternative ( $H_a$ ). Adapun hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut :

$H_0$  = Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara konseling Islami dengan kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.

$H_a$  = Terdapat pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok peantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan yang signifikan.

#### F. Metode Penelitian

##### a) Jenis dan desain penelitian

Dalam penelitian ini pendekatan metode yang digunakan adalah pendekatan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang terstruktur dan mengkuantifikasikan data untuk dapat digeneralisasikan.<sup>19</sup> Menurut sugiono, metode kuantitatif adalah metode penelitian yang didasarkan pada filosofi positivis, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dan mengumpulkan data dengan

---

<sup>19</sup> Agung widhi kurniawan, zarah puspitaningtyas, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pandiva Buku, 2016), hlm. 18

menggunakan alat penelitian. Analisis data bersifat statistik dengan tujuan menguji hipotesis.<sup>20</sup>

Jenis penelitian ini menggunakan *field research* jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan, merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mengetahui latar belakang sesuatu dengan terjun langsung ke lapangan untuk memahami seluk beluk sesuatu. sedangkan desain penelitian yang digunakan adalah metode penelitian *study kasus*, Penelitian ini memusatkan diri secara intensif pada satu obyek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus. Metode studi kasus memungkinkan peneliti untuk tetap holistik dan signifikan.<sup>21</sup>

b) Variabel penelitian

Variabel adalah fenomena yang bervariasi dalam bentuk, kualitas, kuantitas, mutu dan standar.<sup>22</sup> Variabel penelitian merupakan konsep yang mempunyai bermacam-macam nilai.<sup>23</sup> Istilah variabel juga bisa diartikan sebagai segala sesuatu yang menjadi objek penelitian.<sup>24</sup> Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu ;

---

<sup>20</sup> Sugiyono, *metode penelitian kuantitatif, kualitatif, & RnD*, (Bandung: CV Alfabeta, 2014), hlm. 8

<sup>21</sup> Suharsimi Arikunto, "*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*", (Jakarta: Rineke, 2013)

<sup>22</sup> Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Komunikasi, Ekonomi dan Kebijakan Publik serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Kencana, 2017), hlm. 69

<sup>23</sup> Agung widhi kurniawan, zarah puspitaningtyas, *Metode Penelitian Kuantitati...*, hlm. 42

<sup>24</sup> Syahrumsalim, *Metodologi penelitian kuantitatif*, (Bandung: cipta pustaka media, 2012), hal. 103

### 1. Variabel independen (X)

Variabel ini sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, antecedent. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel dalam penelitian ini adalah konseling Islami (X) dengan indikator sebagai berikut :

- a) Materi konseling Islami
- b) Intensitas pelaksanaan
- c) Kualitas Konselor

### 2. Variabel dependen (Y)

Variabel dependen sering disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu *coping stress* (Y) dengan indikator sebagai berikut :

- 1) *Emotional focused coping* (coping yang berfokus pada emosi)
  - a) *Distansing* (mengabaikan)
  - b) *Escape Avoidance* (penghindaran)
  - c) *Self Controlling* (pengendalian diri)
  - d) *Accepting Responsibility* (menerima keadaan)

- e) *Positive Reappraisal* (penilaian secara positif)
- 2) *Problem focused coping* (coping yang berfokus pada masalah)
  - a) *Confrontative Coping* (keyakinan dalam mengatasi)
  - b) *Seeking Social Support* (mencari dukungan sosial)
  - c) *Planful Problem-Solving* (rencana pemecahan masalah)
- c) Definisi Operasional

Variabel perlu di identifikasikan dan didefinisikan secara operasional dengan jelas dan tegas agar tidak menimbulkan kesalahan dalam pengumpulan dan pengelolaan data serta pengujian hipotesis, sehingga yang dimaksud dengan definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati.<sup>25</sup> Definisi-definisi operasional tentu didasarkan pada suatu teori yang secara umum diakui kevaliditasannya. Sesuai dengan tata variabel penelitian, maka diperoleh definisi operasional sebagai berikut:

#### 1. Konseling Islami

Konseling Islami merupakan pemberian bantuan yang dilakukan untuk memecahkan masalah atau mencari solusi atas permasalahan yang dialami konseli dengan bekal potensi dan fitrah agama yang dimilikinya secara optimal dengan menggunakan nilai-

---

<sup>25</sup> Saefuddin azwar, "*Metode Penelitian*", (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013) hlm.

nilai ajaran Islam yang mampu membangkitkan spiritual dalam dirinya. Indikator dalam variabel konseling Islami adalah sebagai berikut:

- 1) Materi konseling Islami
- 2) Intensitas pelaksanaan konseling Islami
- 3) Kualitas konselor.<sup>26</sup>

## 2. *Coping Stress*

*Coping stress* adalah upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal tertentu yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya orang tersebut. Indikator dalam variabel *coping stress* adalah sebagai berikut:

- 1) *Emotional Focused Coping* (strategi *coping* yang berfokus pada emosi) yang di klasifikasikan menjadi 5 kelompok yaitu:
  - a. *Distancing* (Mengabaikan)
  - b. *Escape avoidance* (penghindaran)
  - c. *Self controlling* (pengendalian diri)
  - d. *Accepting responsibility* (menerima keadaan)
  - e. *Positive reappraisal* (penilaian secara positif)
- 2) *Problem Focused Coping* (strategi *coping* yang berfokus pada masalah) diklasifikasikan menjadi 3 kelompok yaitu:
  - a. *Confrontative coping* (keyakinan dalam mengatasi)

---

<sup>26</sup> Tarmizi, “*Bimbingan Konseling Islam...*”, hlm. 80

b. *Seeking social* (mencari dukungan sosial)

c. *Planful problem-solving* (Rencana pemecahan masalah).<sup>27</sup>

d) Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini, pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling yaitu suatu metode penentuan yang dilakukan dengan pertimbangan atau kriteria tertentu.<sup>28</sup> Sampel digunakan apabila memenuhi kriteria sebagai berikut:

- 1.) Santri yang menghafal Al-Qur'an
- 2.) Santri yang telah mengikuti konseling Islami
- 3.) Santri yang memiliki hafalan 15 juz
- 4.) Santri yang masih aktif kuliah
- 5.) Santri yang mempunyai masalah
- 6.) Santri abdi ndalem
- 7.) Santri yang membantu mengajar Al-Qur'an
- 8.) Santri yang bersedia terlibat dalam penelitian ini

e) Instrumen dan Teknik pengumpulan data penelitian

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket atau Kuesioner yaitu teknik pengumpulan data melalui sejumlah pertanyaan tertulis untuk mendapatkan informasi atau data dari sumber data atau

---

<sup>27</sup> Richard S. Lazarus, Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping...*, hlm. 150-157

<sup>28</sup> Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D...*", hlm. 85

responden.<sup>29</sup> Untuk memperoleh data dalam penelitian ini maka peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data seperti :

a. Kuesioner/angket

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.<sup>30</sup> Kuesioner ini diberikan kepada subjek penelitian. Instrumen ini digunakan untuk mengambil data mengenai konseling Islami dan *coping stress*.

f) Uji Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa angket yang disusun dalam bentuk pernyataan dan pertanyaan yang nantinya akan diberikan kepada responden dalam penelitian ini. Setelah kuesioner diberikan kepada responden, kuesioner tersebut akan di uji validitas dan reliabilitasnya. Instrumen tersebut disusun dalam bentuk pernyataan yang nantinya akan diberikan kepada santri dalam bentuk kuesioner/angket. Setelah diberikan kepada subjek, pernyataan dan pertanyaan dalam kuesioner akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

---

<sup>29</sup> Syahrudin, salim, “*Metodologi Penelitian Kuantitatif...*”, hlm. 135

<sup>30</sup> Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D...*”, hlm. 142

a. Uji Validitas

Instrumen dapat dikatakan valid apabila alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid.<sup>31</sup> Dalam penelitian ini peneliti menggunakan rumus korelasi produk momen. Perhitungan uji validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan *microsoft excel*.

b. Uji Reliabelitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk memastikan instrumen tersebut cukup dapat dipercaya sebagai alat pengumpulan data karena instrumen sudah baik.<sup>32</sup> Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Perhitungan uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS 16.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel diharapkan hasil penelitiannya juga valid dan reliabel. Sudah menjadi syarat mutlak dalam penelitian kuantitatif, untuk mendapatkan hasil yang valid dan reliabel maka instrumen yang digunakan pun harus valid dan reliabel juga.<sup>33</sup>

g) Teknik Analisis Data

Analisis data adalah suatu kegiatan untuk mengetahui interpretasi data yang dikumpulkan dari hasil penelitian, data yang terkumpul

---

<sup>31</sup> Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D...*", hlm. 121

<sup>32</sup> Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D...*", hlm. 130

<sup>33</sup> Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D...*", hlm. 122

kemudian diklasifikasikan dan disusun, kemudian dianalisis. Analisis data tersebut merupakan temuan-temuan di lapangan.<sup>34</sup>

Analisis data atau uji pengaruh digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (konseling Islami) terhadap variabel dependen (*coping stress*). Uji pengaruh yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji linieritas regresi menggunakan analisis regresi linier sederhana. Dalam penelitian ini dilakukan perhitungan uji validitas dengan menggunakan program SPSS 16.

#### **G. Sistematika Penulisan**

Dalam penelitian ini peneliti mengacu pada pedoman skripsi fuad yang dibagikan dari pihak fakultas. Untuk memudahkan dalam memahami secara menyeluruh dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan sistematika pembahasan sebagai berikut :

**BAB I** : Pendahuluan, bab ini meliputi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, sistematika penulisan.

**BAB II** : Konseling Islam dan *coping stress*, bab ini meliputi pengertian konseling Islam, dasar-dasar konseling Islam, tujuan konseling Islam, teknik-teknik konseling Islam dan metode konseling Islam. Kedua, *coping stress* meliputi pengertian *coping stress*, strategi

---

<sup>34</sup> Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2003), hlm. 192

*coping stress*, metode  *coping stress* dan faktor yang mempengaruhi  *coping stress*.

BAB III : Pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan  *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan, pada bab ini terdiri dari empat sub bab, sub bab pertama gambaran umum tempat penelitian, sub bab ke dua, kategorisasi kemampuan  *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan, sub bab ketiga kategorisasi konseling Islami pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan, sub bab keempat pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan  *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.

BAB IV : Analisis pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan  *coping stress*. Dalam bab ini terdiri dari tiga sub bab. Sub bab pertama, analisis kategorisasi kemampuan  *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan, sub bab kedua, analisis kategorisasi konseling Islami pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan, sub bab ketiga, analisis pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan  *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul mubtadi-ien Bojong Pekalongan.

**BAB V** : Penutup bab ini berisi kesimpulan dan saran-saran.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV, maka penelitian mengambil kesimpulan bahwa pengaruh konseling Islami terhadap *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan dapat diketahui sebagai berikut:

1. Kategorisasi kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan dengan presentase sebesar 41,9% dikategorikan baik, hal ini dibuktikan dengan perhitungan hasil angket variabel *coping stress* pada santri penghafal Al-Qur'an yang memiliki rata-rata (mean) 106,68 nilai tersebut masuk dalam rentang "101-111" yang masuk pada kategori baik.
2. Kategorisasi konseling Islami yang diikuti oleh santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan dengan presentase sebesar 29,0% dikategorikan baik. Hal ini dibuktikan dengan perhitungan hasil angket variabel konseling Islami pada santri penghafal Al-Qur'an yang memiliki rata-rata (mean) sebesar 89,29, nilai tersebut masuk dalam rentang "89-94" yang masuk pada kategori baik.

3. Konseling Islami mempunyai pengaruh sebesar 34,4% terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan. Hal ini dapat dilihat dari nilai koefisien determinasi R square sebesar 0,344. Sedangkan 65,6% dipengaruhi oleh factor-faktor atau variabel lain yang tidak diteliti. Dari model atau persamaan regresi  $Y = 16,409 + 1,011X$  dapat diketahui nilai konstanta positif sebesar 16,409 menunjukkan pengaruh positif variabel independen (konseling Islami) dan koefisien regresi X sebesar 1,011 dimana setiap ada penambahan nilai variabel konseling Islami akan menaikkan nilai variabel kemampuan *coping stress* sebesar 1,011. Dari hasil uji t juga diketahui bahwa t hitung lebih besar dari t tabel ( $3,898 > 2,045$ ) dan nilai sig lebih kecil dari 0,05 ( $0,001 < 0,05$ ). Dengan demikian hipotesis yang berbunyi : tidak ada pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan ( $H_0$ ) di tolak dan hipotesis yang berbunyi: ada pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien ( $H_a$ ) di terima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling Islami berpengaruh terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan.

## B. Saran

Berdasarkan uraian dan analisis pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an pondok pesantren Hidayatul Muftadi-ien Bojong Pekalongan, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi pondok pesantren Hidayatul Muftadi-ien

Dilihat dari hasil penelitian yang mana terdapat pengaruh konseling Islami terhadap kemampuan *coping stress* santri penghafal Al-Qur'an, kegiatan konseling Islami di pondok pesantren Hidayatul Muftadi-ien Bojong Pekalongan diharapkan untuk terus di tingkatkan pelaksanaannya, karena kegiatan ini sangat bermanfaat dan mempunyai pengaruh yang positif untuk santri penghafal Al-Qur'an pondok Hidayatul Muftadi-ien Bojong Pekalongan.

2. Bagi santri penghafal Al-Qur'an

Agar lebih rutin dan lebih giat lagi untuk mengikuti kegiatan konseling Islami ini karena kegiatan ini sangat bermanfaat untuk kemampuan *coping stress* karena semakin sering dan rutin mengikuti kegiatan konseling Islami maka hasilnya akan semakin positif.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzaky Hamdani Bakran. 2004. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Al-Manar
- Andriyani Juli. 2019. *Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologi*, vol. 2 No. 2
- Arikunto Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineke
- Azwar Saifuddin. 2009. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka
- Baghowi Aby Abdillah. 2021. Wawancara pribadi di pondok pesantren Hidayatul Muhtadi-ien Bojong Pekalongan
- Bungin Burhan. 2017. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Komunikasi, Ekonomi dan Kebijakan Publik serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana
- Caplin JP. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi*, Cet ke 9. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Darmawanti Ira. 2012. *Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kemampuan Mengatasi Stress (Coping Stress)*. Jurnal Psikologi: Teori & Terapan. Vol. 2 No.2
- Dina Fauza Arsyah. 2021. *Pengaruh Motivasi Orang Tua Terhadap Coping Stress Remaja Dalam Belajar PAI Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Dusun Clapar Ngawen Kabupaten Magelang*. Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang
- F. Mashudi. 2012. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: IRCiSoD
- Fahrezi Muhammad, DKK. 2020. *Peran Pekerja Sosial Dalam Meningkatkan Kemampuan Coping Stres Masyarakat*. Jurnal Pekerja Sosial. Vol. 3 No. 1
- Faqih Aunur Rahim. 2001. *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*. Jogjakarta: UII Press
- Hidayah Lulu Nur. 2021. Wawancara pribadi di pondok pesantren Hidayatul Muhtadi-ien Bojong Pekalongan

- Jannah Miftahul. 2019. *Pengaruh Konseling Islam Dengan Terapi Sholat Motivasi Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di SMP Al-Falah Deltasar*. Surabaya: UIN Sunan Ampel
- Khafidzah Umi. 2021. Wawancara pribadi di pondok pesanren Hidayatul Mubtadi-ien Bojong Pekalongan
- Kurniawan widhi Agung, zarah puspitaningtyas. 2016. *Metode Penelitian Kuantitati.*, Yogyakarta: Pandiva Buku
- Lazarus Richard S. dan Susan Folkman. 1984. *Stress Appraisal and Coping*. New York: Spiring Publishing Company
- Munir M. 2006. *Metode Dakwah*. Jakarta : Kencana
- Prayitno, Erman Amti. 2004. *Layanan bimbingan dan konseling kelompok*. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
- Purnama Rahmad. 2017. *Penyelesaian Stress Melalui Coping Spiritual*. Al-Adyan Vol. 12 No. 1
- Risdawati. *Upaya Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Perilaku Menyimpang*. Jurnal Hikam, Vol. 8 No. 2
- S. Nevid J, Rathus, S. A & Greene, B. 2003. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Sudijono Anas. 2003. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Sugiyono. 2014. *metode penelitian kuantitatif, kualitatif, & RnD*. Bandung: CV Alfabeta
- Sutoyo Anwar. 2014. *Bimbingan Konselign Islami Teori dan Praktik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Syahrum, salim. 2012. *Metodologi penelitian kuantitatif*. Bandung: cipta pustaka media
- T. Safaria, Saputra, N. E. 2009. *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara
- Tarmizi. 2018. *Bimbingan Konseling Islam*. Medan: Perdana Publishing

- Umam Najmul Muhammad. 2017. *Strategi Coping Santri Pitri Dalam Bimbingan Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Nahdlatut Thalibin Tayu Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah
- W. Stroebe. 2011. *Social Psychology and Health*. New York: McGraw-Hill
- Yulianti Desi. 2018. *Pengaruh Konseling Islam Pendekatan Syukur Dalam Mengatasi Rasa Rendah Diri Siswa Kelas XII IPS 3 SMA Negeri 2 Payakumbuh*. Sumatra Barat: IAIN Batusangkar
- Zaman Badru. 2010. *Coping Stress Orang Tua Yang Memiliki Anak Kecanduan Narkoba*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PEKALONGAN  
UNIT PERPUSTAKAAN

Jl. Kusuma bangsa No.9 Pekalongan. Telp. (0285) 412575 Faks (0285) 423418  
Website : perpustakaan iain-pekalongan.ac.id | Email : perpustakaan@iain pekalongan. ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika IAIN Pekalongan, yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : LUTFI RIF'ATUN NISA

NIM : 2041116131

Fakultas/Jurusan : FUAD / BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada

Perpustakaan IAIN Pekalongan, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

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

**PENGARUH KONSELING ISLAMI TERHADAP KEMAMPUAN *COPING STRESS*  
SANTRI PENGHAFAL AL-QURAN PONDOK PESANTREN HIDAYATUL  
MUBTADI-IEN BOJONG PEKALONGAN**

beserta perangkat yang di perlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksektif ini Perpustakaan IAIN Pekalongan berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya lewat internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan IAIN Pekalongan, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini

Dengan demikian ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Pekalongan, Juni 2022



**LUTFI RIF'ATUN NISA**  
**NIM. 2041116131**

NB: Harap diisi, ditempel meterai dan ditandatangani  
Kemudian diformat pdf dan dimasukkan dalam cd.