

**PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAM UNTUK
MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PERSONAL PADA
JAMAAH MAJELIS KEHIDUPAN DI PONDOK PESANTREN
AL MA'HAD HIDAYATULLAH KECAMATAN
KEDUNGWUNI KABUPATEN PEKALONGAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi dan Melengkapi Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Oleh:

MUHAMMAD AFIF MA'RUF
NIM. 3518121

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH. ADURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2023**

**PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAM UNTUK
MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PERSONAL PADA
JAMAAH MAJELIS KEHIDUPAN DI PONDOK PESANTREN
AL MA'HAD HIDAYATULLAH KECAMATAN
KEDUNGWUNI KABUPATEN PEKALONGAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi dan Melengkapi Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)



Oleh:

MUHAMMAD AFIF MA'RUF
NIM. 3518121

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDIN ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KH. ADURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2023**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Afif Ma'ruf

NIM : 3518121

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAM UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PERSONAL PADA JAMAAH MAJELIS KEHIDUPAN DI PONDOK PESANTREN AL MA'HAD HIDAYATULLAH KECAMATAN KEDUNGWUNI KABUPATEN PEKALONGAN”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 02 November 2023

Yang Menyatakan,



Muhammad Afif Ma'ruf
NIM. 3518121

NOTA PEMBIMBING

Annisa Mutohharoh, M.Psi
Jl. Sadewa, Duwet, Kab. Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdra. Syahroji Arif

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
c.q Ketua Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam
di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama : Muhammad Afif Ma'ruf

NIM : 3518121

Judul : **“PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAM UNTUK
MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PERSONAL PADA
JAMAAH MAJELIS KEHIDUPAN DI PONDOK
PESANTREN AL MA'HAD HIDAYATULLAH
KECAMATAN KEDUNGWUNI KABUPATEN
PEKALONGAN”**

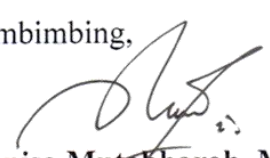
Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 02 November 2023

Pembimbing,


Annisa Mutohharoh, M.Psi
NIP. 199106022023212033



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri


K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **MUHAMMAD AFIF MA'RUF**
NIM : **3518121**
Judul Skripsi : **Pelaksanaan Bimbingan Islam untuk Meningkatkan kesejahteraan Personal pada Jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al – Ma'had Hidayatullah Kelurahan Kedungwuni Timur Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan**

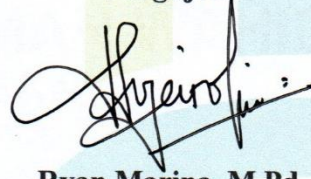
yang telah diujikan pada Hari Jum'at, 17 November 2023 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji

Penguji I


Dr. Maskhur, M.Ag
NIP. 197306112003121001

Penguji II


Ryan Marina, M.Pd
NIP. 198909282022032001

Pekalongan, 17 November 2023

Disahkan Oleh

Dekan




Dr. 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.

1. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
أ	Alif	-	Tidak Dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Tsa	ṡ	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	Ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	Sad	S	Es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	D	De (dengan titik di bawah)
ط	Ta	T	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	Z	Zet (dengan titik di bawah)
ع	'	ain ‘	Koma terbalik diatas
غ	Gain	G	Ge

5. Kata Sandang

Kata sandang (artikel) Kata sandang yangi dikuti oleh “huruf syamsiyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu. Contoh:

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungaen huruf, yaitu :

الشمس	Ditulis	Asy-syamsu
الرجل	Ditulis	Ar-rojulu
السيدة	Ditulis	As-sayyidah

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qomariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh :

القمر	Ditulis	<i>Al-qamar</i>
البدیع	Ditulis	<i>Al-badi</i>
الجالل	Ditulis	<i>Al-jalal</i>

6. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan akan tetapi jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof /’/ Contoh :

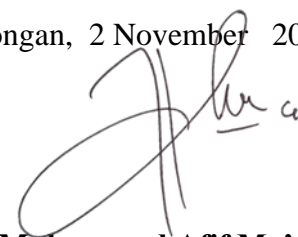
امرت	Ditulis	<i>Umirtu</i>
شيء	Ditulis	<i>Syai’un</i>

PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT atas segala hidayah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat dan salam tetap tercurah kepada junjungan kita Rasulullah Muhammad SAW, izinkanlah penulis mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT, terima kasih atas segala rahmat dan hidayah-Mu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Keluargaku, Bapak Bahrim dan Ibu Ifrozah atas apa yang telah diberikan kepadaku yang tidak bisa di jabarkan satu persatu, sehingga menjadikanku bisa sampai pada tahap dimana skripsi ini akhirnya selesai. Terimakasih atas segala pengorbanan, nasihat, dan pastinya do'a terbaik yang tidak pernah berhenti diberikan kepadaku dan juga adikku Nasyid Aprilianto, Kurniadi Imansyah, dan Kharisma Maulida Rahma.
3. Ibu Annisa Mutohharoh, M.Psi, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah menuntun saya dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih banyak atas waktu, arahan dan segala ilmunya Bu.
4. Pengurus dan Lurah Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah mulai dari Bpk. Kyai Khairul Anwar selaku Pengurus, terlebih Ustadz Syukron Ma'mun selaku lurah pondok dan selaku pembimbing jamaah Majelis Kehidupan yang telah meluangkan waktu dan pikirannya untuk berkenan saya reportkan terkait penelitian saya. Serta para jamaah Majelis Kehidupan yang telah membantu saya dalam pemberian data-data tentang Majelis Kehidupan.
5. Milchah Fiki Ulya, terimakasih telah membantu tenaga, pikiran dan perasaanya, yang tidak lupa selalu mengingatkan dan memberikan semangat.
6. Kawan-kawan juang di rumah yang selalu mendukung dan memberikan semangat.
7. Rekan-rekan BPI angkatan 2018 seperjuangan yang telah menyempatkan waktunya untuk bertukar pikiran selama perkuliahan.

Pekalongan, 2 November 2023



Muhammad Afif Ma'ruf

MOTTO

وَجَدَّ جَدًّا مَنْ

“Barang siapa yang bersungguh-sungguh pasti akan berhasil”



ABSTRAK

Ma'ruf, Muhammad Afif 2023. **Pelaksanaan Bimbingan Islam untuk Meningkatkan Kesejahteraan Personal pada Jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al Ma'had Hidayatullah Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan.** Skripsi Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan

Pembimbing : Annisa Mutohharoh, M.Psi

Kata kunci : Bimbingan Islam, Kesejahteraan personal, Jamaah Majelis kehidupan.

Permasalahan yang terjadi terus-menerus seperti konflik dengan keluarga, dengan istri, dan masalah pekerjaan serta minimnya pemahaman tentang agama terjadi pada jamaah di Majelis Kehidupan. Hal ini dapat dilihat dari ciri-ciri jama'ah yang kesejahteraan personalnya belum terpenuhi seperti emosi yang kurang terkontrol dan lain sebagainya. Oleh karena itu perlu dilaksanakan bimbingan Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal jamaah.

Adapun tujuan dilaksanakannya bimbingan Islam disini adalah untuk mengetahui kondisi kesejahteraan personal jama'ah Majelis Kehidupan serta untuk mengetahui sejauh mana pelaksanaan bimbingan Islam dalam upaya meningkatkan kesejahteraan personal pada Jama'ah Majelis Kehidupan.

Pendekatan pada penelitian ini menggunakan studi kasus kualitatif. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (field research). Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis Milles dan Huberman dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian pelaksanaan bimbingan Islam dalam meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan adalah bahwa kondisi kesejahteraan personal jamaah sebelum mengikutinya, belum bisa mengendalikan emosi, tidak tenang, dan masih minim dalam pengetahuan tentang agama. Setelah mengikuti dan dibimbing dengan kegiatan-kegiatan yang sesuai dengan pelaksanaan bimbingan Islam seperti *Al-Mauidhoh Al-Khasanah*, kegiatan mengkaji kitab, praktik ibadah, dan ziarah kubur, jamaah menjadi lebih terbuka dengan masalah yang dihadapi, sehingga menjadi lebih bisa menerima, sabar, bersyukur dan merasa dekat dengan Allah dalam kehidupan kesehariannya.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT, atas semua keberkahan serta rahmatnya yang sudah dilimpahkan kepada kami. Sholawat dan salam senantiasa tercurahkan untuk baginda Rasulullah Muhammad SAW yang senantiasa menjadi panutan bagi kami semua. Dan semoga kami mendapat syafaat-Nya di yaumul akhir, amiin.

Selanjutnya penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang membantu kelancaran penulisan skripsi dengan judul “Pelaksanaan Bimbingan Islam untuk Meningkatkan Kesejahteraan Personal pada Jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al Ma'had Hidayatullah Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan”, baik berupa dukungan moril ataupun materil. Penulis yakin jika tanpa bimbingan dan bantuan serta dukungan tersebut, kiranya sulit rasanya bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini. Oleh karena itu mohon izikan penulis untuk menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim, M. Ag, selaku Rektor UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Prof. Dr. Sam'ani, M. Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah
3. Dr. Maskur, M. Ag, selaku Ketua Progam Studi Bimbingan Penyuluhan Islam UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan sekaligus Dosen Pembimbing Akademik penulis.

4. Nadhifatuz Zulfa, M. Pd, selaku Sekertaris Progam Studi Bimbingan Penyuluhan Islam UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
5. Annisa Mutohharoh, M.Psi Dosen Pembimbing Skripsi yang sudah menuntun, membimbing, mengarahkan dan berbagi wawasan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu.
6. Seluruh dosen dan staf TU serta karyawan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan selama belajar di kampus UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
7. Pengurus dan lurah Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah Kedungwuni yang telah bersedia membantu peneliti dalam menyediakan data untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Kedua Orang Tua saya dan keluarga yang selalu memberikan support dan doa selama saya menempuh pendidikan di UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan Semoga amal baik dan jasa yang diberikan kepada penulis mendapat balasan serta pahala kebaikan oleh Allah SWT.

Selanjutnya dengan segala kerendahan hati, karya ini penulis persembahkan. Disertai harapan semoga kehadirannya membawa manfaat dalam memperkaya wacana Intelektual dalam dunia Islam.

Pekalongan, 2 November 2023



Muhammad Afif Ma'ruf

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	ix
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Tinjauan Pustaka	7
F. Metode Penelitian.....	14
G. Sistematika Penulisan.....	19
BAB II BIMBINGAN ISLAM DAN KESEJAHTERAAN PERSONAL .	22
A. Bimbingan Islam	22
1. Pengertian Bimbingan Islam	22
2. Tujuan Bimbingan Islam.....	25
3. Tahapan Bimbingan Islam	27
4. Metode Bimbingan Islam	29
B. Kesejahteraan Personal	31
1. Pengertian Kesejahteraan Personal	31
2. Aspek Kesejahteraan Personal	32

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Personal.35

BAB III PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAM UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PERSONAL PADA JAMAAH MAJELIS KEHIDUPAN DI PONDOK PESANTREN AL-MA’HAD HIDAYATULLAH KECAMATAN KEDUNGWUNI 39

- A. Gambaran Umum Majelis Kehidupan Di Pondok Pesantren Al-Ma’had Hidayatullah..... 39
 - 1. Latar Belakang Majelis Kehidupan.....39
 - 2. Kegiatan Majelis Kehidupan.....41
- B. Kesejahteraan Personal Pada Jamaah Majelis Kehidupan 42
 - 1. Aspek Kesejahteraan Persona42
 - 2. Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Personal .54
- C. Bimbingan Islam untuk Meningkatkan Kesejahteraan Personal pada Jamaah Majelis Kehidupan..... 58
 - 1. Tahapan Bimbingan Islam58
 - 2. Metode Bimbingan Islam 63
 - 3. Kondisi Jamaah Setelah Mengikuti Bimbingan Islam 66

BAB IV ANALISIS PELAKSANAAN BIMBINGAN ISLAM UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PERSONAL PADA JAMAAH MAJELIS KEHIDUPAN DI PONDOK PESANTREN AL-MA’HAD HIDAYATULLAH KECAMATAN KEDUNGWUNI 69

- A. Analisis Kesejahteraan Personal Pada Jamaah Majelis Kehidupan..... 69
- B. Analisis Pelaksanaan Bimbingan Islam Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Personal Pada Jamaah Majelis Kehidupan..... 78

BAB V PENUTUP 85

- A. Kesimpulan..... 85
- B. Saran..... 86

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR BAGAN

1. Kerangka Berfikir..... 13



DAFTAR LAMPIRAN

1. Daftar Riwayat Hidup
2. Surat Penunjukan Pembimbing
3. Surat Keterangan *Similarity Cheking*
4. Lembar Pemeriksaan Skripsi
5. Pedoman Wawancara (Pembimbing/Ustadz)
6. Pedoman Wawancara (Jama'ah)
7. Surat Pernyataan Melakukan Wawancara (Pembimbing/Ustadz)
8. Surat Pernyataan Melakukan Wawancara (Jama'ah)
9. Transkrip Wawancara
10. Hasil Observasi
11. Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap individu tidak dapat dipisahkan dari segala aspek problematika yang ada dalam kehidupan manusia. Adapun permasalahan yang dihadapi memiliki volume, intensitas, dan frekuensi mungkin berbeda-beda. Problematika itu terjadi saat ketidakcocokan antara tuntutan yang diterima dan kemampuan individu untuk mengatasi tuntutan tersebut.¹ Dengan demikian segala aspek kehidupan tidak akan lepas dengan permasalahan, baik permasalahan tersebut datang dari sendiri maupun datang dari luar. Adapun problem yang terjadi pada Jamaah Majelis Kehidupan berasal dari peristiwa sehari-hari yang muncul akibat tekanan, seperti tanggung jawab terhadap urusan sekolah anak, tugas-tugas kebutuhan rumah tangga, kenaikan harga bahan bakar, tuntutan pekerjaan, dan tuntutan dari istri atau keluarga. Seseorang tidak memiliki ketrampilan yang cukup untuk mengatasi ancaman atau tekanan tersebut, itu dapat menyebabkan rangkaian respons dan penyesuaian yang tidak stabil. Hal ini bisa berujung pada munculnya perasaan-perasaan depresi, frustrasi, dan kecemasan yang berlebihan.²

Problematika yang dialami setiap individu merupakan sebagai hasil dari interaksi yang terjadi antara individu dan lingkungannya, hal tersebut dapat dilihat dari kemunculan tegangan emosional yang kemudian

¹ Looker, Terry & Gregson, Olga, *Managing Stress, Mengatasi Stress Secara Mandiri*. (Yogyakarta: Baca, 2015), hlm. 44

² Umar Ibrahim, *Mengatasi Stres*, (Jakarta: Mizan Pustaka, 2010), hlm. 120-121

mempengaruhi keadaan mental, fisik dan spiritualitas seseorang. Apabila seseorang tidak mampu menghadapi masalah atau tuntutan tersebut secara efektif, itu bisa menyebabkan gangguan baik pada kesehatan fisik maupun psikologis. Permasalahan tersebut bisa muncul karena adanya perasaan frustrasi, konflik, tekanan, atau situasi krisis yang dihadapi oleh individu.³

Terdapat berbagai permasalahan dalam aktivitas sehari-hari yang bisa menjadi penyebab. Beberapa faktor tersebut termasuk adanya peristiwa yang menimbulkan tekanan secara berkelanjutan, konflik yang berlangsung lama, serta kekhawatiran tentang masalah finansial, terutama apabila kepala keluarga memiliki tanggung jawab sebagai pencari nafkah. Ditambah lagi dengan tekanan yang mungkin muncul saat bekerja atau berinteraksi dengan atasan atau orang lain. Jika suatu perasaan tersebut tidak mampu diatasi dan dihadapi maka individu mengalami ketidakseimbangan antara tuntutan dari lingkungan atau situasi dengan sumber daya yang dimilikinya untuk menghadapi tuntutan tersebut.⁴ Kondisi ketidaknyamanan atau tekanan intens yang dialami oleh jamaah akibat dari beban fisik, emosional atau psikologis yang berlebihan. Adapun faktor yang menyebabkan jamaah mengalami permasalahan dalam kehidupannya yaitu seperti peristiwa yang menekan secara terus menerus, pekerjaan yang berat, harus memenuhi kebutuhan ekonomi

³ Robert S. Feldman, *Pengantar Psikologi, Edisi 10*, Terjemahan Petty Gina Gayatri (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), hlm. 65.

⁴ Sarafino, E. P., & Ebert, R. J, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2013), hlm 132-136

untuk keluarga inti maupun orang tuanya yang sudah lansia, ekonomi yang pas-pasan, dan kebutuhan hidup yang terus meningkat.⁵

Dengan demikian segala aspek kehidupan tidak akan lepas dengan permasalahan, baik permasalahan tersebut datang dari sendiri maupun datang dari luar. Kemunculan permasalahan tersebut terjadi ketika suatu pemicu atau rangsangan menjadi kuat dan berlangsung dalam durasi yang panjang, sehingga individu tersebut tidak lagi memiliki kemampuan untuk menanganinya atau meresponsnya secara efisien. Adapun permasalahan yang dialami juga dapat timbul akibat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam hidup atau gangguan sehari-hari dalam kehidupan seseorang. Tekanan mental yang berlebihan merupakan permasalahan psikologis yang memiliki potensi dampak pada kesehatan fisik, serta dapat mempengaruhi kualitas hidup dan produktifitas seseorang, seperti menurunnya tingkat motivasi, rendahnya tingkat rasa percaya diri, dan menurunnya kinerja.⁶

Adapun metode pendekatan yang bisa digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan adalah melalui bimbingan Islam. Fokus dari Bimbingan Islam adalah dengan metode *Bi Al-Mau'idzah Al-Hasanah* disamping memberikan perbaikan spiritual atau kejiwaan emosional, dapat juga memberikan perbaikan penyembuhan pada tahap mental.⁷ Setelah itu, peningkatan mutu materi bimbingan dilakukan dengan mengintegrasikan prinsip-prinsip keagamaan dan metodologi filosofis.

⁵ Selamat Mulyo, Jamaah Majelis Kehidupan, Wawancara Pribadi, Rabu, 7 Juni 2023.

⁶ Umar Ibrahim, *Mengatasi Stres*, (Jakarta: Mizan Pustaka, 2010), hlm. 120-121

⁷ Ahmad Sahal, *"Mengatasi Stres Dalam Islam"* (Bandung: Pustaka Al-Kautsar, 2018), hlm. 25

Diharapkan bahwa dengan memahami wahyu sebagai panduan untuk hidup, individu akan memperoleh pemahaman tentang pandangan Ilahi dalam menghadapi masalah, mengatasi tekanan dan kegelisahannya, serta membangun hubungan komunikasi yang baik dan harmonis baik dalam dimensi vertikal maupun horizontal.⁸

Bimbingan Islam merupakan serangkaian bantuan yang diberikan dengan tujuan yang jelas, berkesinambungan, dan memiliki struktur tertentu kepada individu dengan tujuan untuk mengoptimalkan pengembangan potensi atau fitrah keagamaannya. Pendekatan tersebut terlibat dalam usaha dalam menginternalisasikan nilai-nilai yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadis Rasulullah ke dalam setiap pribadi. Dengan metode ini, individu mendapatkan kapabilitas untuk menjalani kehidupan dengan keseimbangan dan keselarasan, serta mengamalkan prinsip-prinsip yang tertera dalam Al-Qur'an dan Hadis.⁹

Bimbingan Islam merupakan metode dakwah yang memiliki peran sentral dalam memberikan panduan serta membantu dalam mengatasi masalah yang dihadapi oleh jamaah Majelis Kehidupan, dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan. Bimbingan Islam memiliki peran krusial dalam mengarahkan dan membimbing perilaku yang

⁸ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: AlManar, 2004), hlm. 219

⁹ Hallen, *Bimbingan dan Konseling Islam: Aplikasi dalam Bidang Pendidikan dan Masyarakat*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2000), hlm. 17

mungkin melenceng agar sesuai dengan prinsip-prinsip agama, hukum, dan nilai-nilai yang berlaku.¹⁰

Alasan peneliti mengangkat judul ini adalah untuk menganalisis manfaat bimbingan Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al Ma'had Hidayatullah Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalonga. Alasan mengambil di pondok pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di desa Rogobayan sebagai tempat penelitian adalah karena pondok pesantren tersebut memiliki fasilitas yang memadai dan dapat memfasilitasi kegiatan penelitian. Selain itu, melakukan penelitian di suatu tempat yang mudah dijangkau dapat memudahkan pengumpulan data dan observasi terhadap partisipan penelitian.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan konteks permasalahan yang telah dijelaskan oleh peneliti, maka rumusan masalah dalam skripsi ini adalah:

1. Bagaimana kondisi kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni?

¹⁰ Abdul Manaf, *Bimbingan Konseling Islam*, (Bandung: Ar-Ruzz Media, 2017), hlm. 45

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada informasi latar belakang masalah yang telah dijelaskan oleh peneliti, maka tujuan dari penelitian skripsi ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan Islam dalam upaya meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni.

D. Manfaat Penelitian

Setelah melihat tujuan penelitian di atas, maka penelitian ini diharapkan membawa manfaat, di antaranya :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambahkan wawasan dan keilmuan dalam bidang Bimbingan Penyuluhan Islam terutama terkait tentang Bimbingan Karier dan Kemandirian karier Tunagrahita. Selain itu, dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi :

- a. Bagi jamaah, diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan personal melalui bimbingan Islam.
- b. Bagi pembimbing, diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi pelaksanaan bimbingan Islam.

E. Tinjauan Pustaka

1. Analisis Teori

a. Kesejahteraan Personal

Kesejahteraan personal sama halnya dengan *Subjective well-being*, dimana kondisi individu yang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan dan mengatur tingkah lakunya sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya. Kebahagiaan yang tumbuh pada diri seseorang dapat dirasa oleh suatu keadaan fikiran dan perasaan yang ditandai dengan kecukupan, rasa syukur, senang karena berbagi, kepuasan, kenikmatan atau kebahagiaan yang intens.¹¹

Kesejahteraan personal dapat ditandai dengan adanya perasaan bahagia, memiliki kepuasan hidup, dan tidak ada gejala-gejala depresi. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh adanya fungsi

¹¹ Rosta Rosalina & Siswati, Hubungan Antara Psychological Capital dengan Psychological Well-Being pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, *Jurnal Empati*, Vol. 7, No. 3, Agustus 2018, Hlm. 292

psikologis yang positif, mempunyai tujuan hidup, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan, dan otonomi. Kesejahteraan personal juga diartikan sebagai mental yang sehat, sebab beberapa dimensi dari kesejahteraan personal mengacu pada kesehatan mental itu sendiri.¹²

b. Bimbingan Islam

Bimbingan Islam adalah serangkaian pendampingan yang bertujuan membantu individu untuk mencapai keselarasan dengan prinsip-prinsip Allah SWT, sehingga mereka dapat mampu mencapai kebahagiaan baik di dunia maupun akhirat. Dengan demikian, bimbingan Islam adalah suatu proses bimbingan yang mirip dengan bimbingan umumnya, tetapi dilakukan dengan dasar prinsip-prinsip Islam, yakni didasarkan pada ajaran dari Al-Qur'an dan hadis..¹³

Rangkaian proses dalam bimbingan Islam meliputi beberapa tahapan, di antaranya tahap awal, tahap penerimaan, tahap keseimbangan, tahap intervensi, serta tahap akhir. Dalam tahapan ini esensi materi kajian pelaksanaan bimbingan Islam dimaksud mengacu pada ajaran-ajaran agama Islam, yakni bersumber pada al-Qur'an. Penggunaan al-Qur'an sebagai dasar

¹² Aliah B. Purwakaniana Hasan, *Psikologi perkembangan islami*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2006), hlm. 288

¹³ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hlm. 4

kajian ilmu dilakukan baik pada aspek ontologis, epistemologis maupun aksiologisnya.¹⁴

2. Penelitian yang Relevan

Setelah melihat secara cermat penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti menyadari bahwa terdapat sejumlah studi yang telah menginvestigasi isu kesejahteraan personal, baik dalam bentuk skripsi, tesis, jurnal, dan bentuk kajian lainnya. Meskipun dilakukan dengan berbagai sudut pandang dan fokus permasalahan, beberapa penelitian memiliki relevansi dengan konteks penelitian ini:

- a. Ade Irma Yani, tahun 2021, Skripsi dengan judul “*Psychological Well-Being Mahasiswa Ma’had Al-Jam’iyah IAIN Bengkulu*”.¹⁵ Terdapat persamaan dan perbedaan milik peneliti dengan penelitian milik Ade Irma Yani. Persamaanya adalah sama-sama meneliti tentang *Psychological Well-Being* atau kesejahteraan personal. Dan perbedaanya adalah penelitian milik Ade Irma Yani meneliti *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa Ma’had Al-Jam’iah IAIN Bengkulu, sedangkan milik peneliti fokus terhadap pelaksanaan bimbingan islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah.
- b. Yunita Indah Wardani, tahun 2022, Skripsi dengan judul “*Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan PsychoLogical Well-Being Pada lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunung Pati*”

¹⁴ Ujang Saprudin “Konsep bimbingan dan Konseling Spiritual : Kerangka Kerja Untuk Guru Bimbingan Konseling”, Cilegon: *Jurnal Penelitian Bimbingan Konseling Dinas Pendidikan Kota Cilegon*, No. 1, IV, 2019, hlm 83.

¹⁵ Ade Irma Yani “*Psychological Well-Being Mahasiswa Ma’had Al-Jam’iyah IAIN Bengkulu*”, *Skripsi*, (Bengkulu: IAIN Bengkulu, 2021).

Semarang”.¹⁶ Terdapat persamaan dan perbedaan milik peneliti dengan penelitian milik Yunita Indah Wardani. Persamaan dalam penelitian tersebut yaitu berfokus pada pembahasan meningkatkan *Subjective Well-Being* atau kesejahteraan personal. Adapun perbedaannya adalah penelitian milik Yunita Indah Wardani objek yang diteliti adalah para lansia serta menggunakan bimbingan rohani Islam dalam penelitiannya sedangkan milik peneliti objek yang diteliti merupakan jamaah Majelis Kehidupan dan berfokus pada pelaksanaan bimbingan Islam dalam penelitiannya.

- c. Putri, tahun 2023, Skripsi dengan judul “*Layanan Konseling Individu Untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Pada Siswa Yang Bekerja Di SMAN 1 Abung Semuli Lampung Utara*”.¹⁷ Terdapat persamaan dan perbedaan milik peneliti dengan penelitian Putri. Persamaannya adalah sama-sama meneliti *Subjective Well-Being* atau kesejahteraan personal. Dan perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan oleh Putri objek penelitiannya merupakan siswa di SMA N dan menggunakan layanan konseling individu dalam melakukan penelitiannya, sedangkan objek penelitian milik peneliti adalah Jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma’had Hidayatullah serta dalam penelitiannya menggunakan bimbingan islam.

¹⁶ Yunita Indah Wardani, “Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan PsychoLogical Well-Being Pada lansia di Wisma Lansia Husnul Khatimah Aisyiyah Gunung Pati Semarang”, *Skripsi*, (Semarang: UIN Walisongo, 2022)

¹⁷ Putri, “Layanan Konseling Individu Untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Pada Siswa Yang Bekerja Di SMAN 1 Abung Semuli Lampung Utara”, *Skripsi*, (Lampung: UIN Raden Intan, 2023).

- d. Skripsi dari Fatikhah, tahun 2019, yang berjudul “Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Menurunkan Kecemasan akan Kematian Pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Pucang Gading Semarang”.¹⁸ Terdapat persamaan dan perbedaan milik peneliti dengan penelitian milik Fatikhah. Persamaanya yaitu meneliti tentang pelaksanaan bimbingan Islam. Adapun perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan oleh Fatikhah meneliti tentang kecemasan akan kematian pada lansia, sedangkan milik peneliti meneliti tentang kesejahteraan personal pada Jamaah Majelis Kehidupan.
- e. Siti Kurniasih, tahun 2014, Skripsi dengan judul “Bimbingan Agama Islam Bagi Para Lansia di Panti Wredha Sultan Fatah Demak”.¹⁹ Terdapat persamaan dan perbedaan milik peneliti dengan penelitian milik Siti Kurniasih. Persamaannya adalah sama-sama menganalisis tentang pelaksanaan bimbingan Islam. Dan perbedaan penelitian milik Siti Kurniasih fokus penelitiannya adalah bimbingan agama Islam bagi para lansia, sedangkan milik peneliti fokus penelitiannya adalah bimbingan Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada Jamaah Majelis Kehidupan.

¹⁸Fatikhah, “*Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Untuk Menurunkan Kecemasan Akan Kematian Paada Lansia Di Rumah Pelayanan Sosial Lansia Pucang Gading Semarang*”, Skripsi, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2019).

¹⁹Siti Kurniasih, “*Bimbingan Agama Islam Bagi Lansia di Pantii Wredha Sultan Fatah Demak*”, Skripsi, (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2014).

3. Kerangka Berfikir

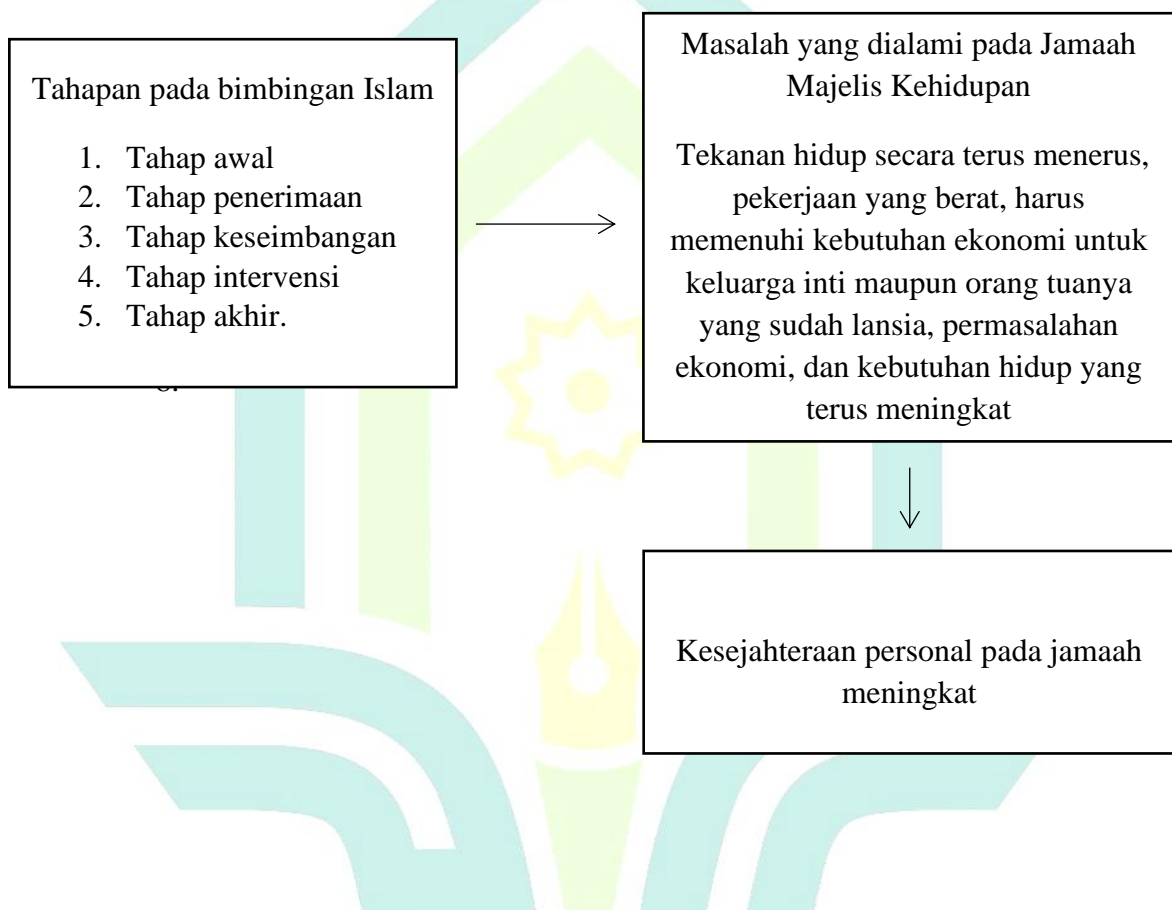
Ada beberapa masalah yang dialami oleh Jamaah di Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan, diantaranya yaitu seperti peristiwa yang menekan secara terus menerus, pekerjaan yang berat, harus memenuhi kebutuhan ekonomi untuk keluarga inti maupun orang tuanya yang sudah lansia, ekonomi yang pas-pasan, dan kebutuhan hidup yang terus meningkat.²⁰ Bimbingan Islam adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah salah satu caranya adalah dengan mengikuti kegiatan. Dengan kata lain, bimbingan Islam merupakan suatu proses pemberian batuan yang diberikan kepada seseorang dengan tujuan membantu mereka mengembangkan sifat-sifat alami mereka sebagai makhluk beragama, ini sejalan dengan nilai-nilai dan prinsip-prinsip dalam agama (termasuk pengembangan karakter baik), dan juga memiliki keterampilan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi dalam kehidupan mereka. Proses ini melibatkan pemahaman yang lebih dalam, pembangunan keyakinan diri, serta pelaksanaan praktik ibadah dan ritual agama yang mereka anut.²¹

Rangkaian proses dalam bimbingan Islam meliputi beberapa tahapan, di antaranya tahap awal, tahap penerimaan, tahap

²⁰ Selamet Mulyo, Jamaah Majelis Kehidupan, Wawancara Pribadi, Rabu, 7 Juni 2023.

²¹ Sirbini dan Azizah "Motivasi Dan Bimbingan Sepiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke" Purwokerto: *Jurnal Bimbingan Konseling Islam IAIN Purwokerto*, No. 2, III, 2021, hlm. 81.

keseimbangan, tahap intervensi, serta tahap akhir.²² Setelah mengikuti layanan bimbingan Islam, maka diharapkan kesejahteraan personal pada jamaah dapat meningkat. Indikasi ini dapat diperhatikan melalui tingkat kesejahteraan dalam hidupnya, kebahagiaan yang meningkat, penerimaan diri, keadaan kedamaian dalam jiwa dan ketenangan hati yang dialami oleh masing-masing jamaah.



²² Ujang Saprudin "Konsep bimbingan dan Konseling Spiritual : Kerangka Kerja Untuk Guru Bimbingan Konseling", Cilegon: *Jurnal Penelitian Bimbingan Konseling Dinas Pendidikan Kota Cilegon*, No. 1, IV, 2019, hlm 83.

F. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam kategori Penelitian Lapangan, di mana pendekatannya melibatkan investigasi yang mendalam, terperinci, dan intensif terhadap suatu organisasi, lembaga, atau fenomena tertentu..²³ Dengan pendekatan penelitian ini, memungkinkan untuk mengumpulkan data dan informasi secara terperinci mengenai pelaksanaan bimbingan Islam dan juga kondisi distress yang dialami oleh para jamaah Majelis Kehidupan adapun tempat penelitiannya adalah di di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni.

Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dalam melakukan penelitian skripsi ini. Data yang telah berhasil dikumpulkan oleh peneliti ada dalam berbagai bentuk, baik itu dalam bentuk tulisan, (wawancara) komunikasi lisan, atau (observasi) melalui perilaku yang diamati. Data ini terkumpul melalui proses pengamatan, wawancara, dan dokumentasi. Pendekatan kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk menggambarkan dan menganalisis beragam fenomena, peristiwa, aktivitas, sikap, keyakinan, serta pemikiran individu maupun kelompok secara mendalam²⁴ Sebelum penelitian kami mulai terlebih dahulu mewawancarai pengasuh pondok, Ustadz

²³ Salafudin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2009), hlm. 120.

²⁴ Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), hlm. 60.

sekaligus pembimbing serta jamaah majelis kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni sebagai bahan dan acuan kami dalam penelitian.

2. Sumber Data

a) Sumber Data Primer

Data primer merupakan informasi atau data yang diperoleh oleh peneliti secara langsung dari subjek penelitian atau sumber yang relevan dengan riset yang tengah dilakukan.²⁵ Dalam mendapatkan sumber data primer yang dibutuhkan untuk penelitian ini adalah Ustadz dan jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni.

b) Sumber Data Sekunder

Data sekunder merupakan sumber informasi yang tidak secara langsung memberikan data kepada peneliti, namun bisa diperoleh melalui perantara seperti buku atau melalui dokumen.²⁶

Adapun sumber data yang dimanfaatkan peneliti dalam melakukan penelitian ini meliputi buku, jurnal, serta dokumen yang berhubungan dengan judul penelitian. Selain itu, informasi dari narasumber menjadi elemen yang penting dari sumber data sekunder selain sumber data primer yang telah diperoleh.

²⁵ Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020), hlm. 91

²⁶ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Alfabeta, 2014), hlm.63.

3. Metode Pengumpulan data

a) Observasi

Observasi merupakan metode atau teknik yang digunakan untuk menganalisis dan mencatat perilaku secara sistematis dengan cara mengamati individu maupun kelompok secara langsung.²⁷ Penelitian ini menerapkan metode observasi dengan pendekatan secara langsung dalam mengamati para jamaah Majelis Kehidupan, baik saat mengikuti proses bimbingan Islam maupun di luar konteks bimbingan Islam. Pendekatan observasi yang diterapkan adalah observasi tidak terstruktur, yang mana melibatkan pengamatan tanpa mengikuti pedoman observasi tertentu. Oleh karena itu, peneliti memiliki kemampuan untuk mengembangkan pengamatannya secara fleksibel sesuai dengan perubahan dan perkembangan yang terjadi dilapangan.²⁸ Objek yang peneliti amati adalah perilaku jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni.

b) Metode Wawancara

Wawancara adalah teknik pengumpulan data melalui interaksi langsung dengan objek penelitian yang dilakukan dengan cara tanya jawab secara lisan yang berlangsung satu arah. Dalam hal ini peneliti mengajukan pertanyaan dan objek penelitian (individu) yang di tanya (diwawancarai) memberikan respon atau

²⁷ Basrowi dan suwandi *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 22..

²⁸ Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), hlm.116

jawaban.²⁹ Peneliti menggunakan metode atau teknik wawancara untuk menggali informasi secara langsung tentang distress yang dialami oleh jamaah dan bagaimana bimbingan Islam dapat membantu mengurangi distress. Wawancara semistruktur digunakan dalam teknik wawancara dalam penelitian ini, metode atau teknik tersebut dapat memberikan lebih banyak kebebasan dalam pelaksanaannya, dengan tujuan untuk mengungkap permasalahan dengan cara yang lebih terbuka..³⁰ Wawancara dilakukan kepada Ustadz sebagai pembimbing dan jamaah sebagai objek.

c) Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik atau metode pengumpulan data yang menciptakan catatan-catatan penting yang terkait dengan isu yang sedang diselidiki. Tujuan dari metode ini merupakan untuk mendapatkan data yang komprehensif, valid secara faktual, dan tidak bersifat spekulatif.³¹ Teknik dokumentasi ini peneliti terapkan untuk mengumpulkan data yang berhubungan dengan pelaksanaan bimbingan Islam untuk mengurangi distress pada jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di Kecamatan Kedungwuni. Adapun dalam penelitian ini peneliti memanfaatkan data-data atau arsip yang berkaitan dengan jamaah, serta foto maupun video pelaksanaan bimbingan.

²⁹ Abdurrahmat Fathoni, *Metodologi Penelitian & Teknik Penyusunan Skripsi* (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), hlm. 105.

³⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 412

³¹ Basrowi dan suwandi. hlm. 158.

4. Analisis Data

Analisis data merupakan langkah sistematis dalam menggali dan mengatur informasi yang berasal dari hasil wawancara, catatan lapangan, serta dokumentasi. Proses ini melibatkan pengelompokan data dalam kategori-kategori, pemecahan data menjadi unit-unit terpisah, sintesis data, pengidentifikasian pola-pola, seleksi elemen yang relevan dan akan diinvestigasi lebih lanjut, serta merumuskan kesimpulan agar informasi menjadi lebih dapat dipahami baik oleh pihak lain maupun peneliti sendiri.³²

Tektik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi dari pendekatan analisis data yang telah dikemukakan oleh Miles dan Hubberman. Ada tiga tahapan dalam pendekatan ini, yaitu mereduksi data, penyajian data dan verifikasi (menarik kesimpulan).

1. Reduksi data merupakan melakukan penyimpulan, memilih elemen-elemen signifikan, mengidentifikasi tema dan polanya. Ini akan menghasilkan representasi yang lebih terang tentang data yang telah direduksi, memudahkan peneliti dalam mengumpulkan data berikutnya, dan mempermudah pencarian data tersebut saat dibutuhkan. Pada tahap ini, peneliti menghimpun data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, setelah itu data yang relevan dengan rumusan masalah disaring.

³² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 329

2. Penyajian data adalah Memproses data setelah diubah menjadi format tulisan yang konsisten dan memiliki alur tema yang terdefinisi dengan baik, menghasilkan sebuah matriks pengelompokan berdasarkan tema-tema yang telah diorganisir dan diklasifikasikan. Setelah itu, matriks tersebut didekomposisi lebih lanjut ke dalam subtema-subtema yang relevan.pada tahapan ini, peneliti melakukan deskripsi dan analisis data yang sesuai dengan teori yang digunakan.
3. Penarikan kesimpulan adalah yang dilakukan peneliti secara sistematis selama berada dilapangan, hal ini bertujuan untuk menjelaskan dan mengungkap hasil penelitian ini³³ Selanjutnya, setelah mendapatkan informasi data pelaksanaan bimbingan Islam untuk mengurangi distres pada jamaah, oleh karena itu, peneliti melakukan reduksi data dimana data-data yang telah diperoleh diurutkan, dan data yang terpilih disajikan dengan gaya penulisan yang mudah dipahami. Tahap terakhir setelah reduksi dan penyajian data adalah menyimpulkan data dari hasil penelitian

G. Sistematika Penulisan

Supaya mempermudah arah penelitian, maka perlu adanya sistematika penelitian yang diuraikan dari bab per bab. adapun sistematika peulisanya yaitu :

³³ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif R&D* (Bandung: Alfabeta, 2001), hlm. 246-262.

Bab I, berisi pendahuluan, yang didalamnya meyajikan latar belakang masalah untuk memaparkan alasan penelitian ini dilaksanakan, rumusan masalah yang akan diselesaikan, tujuan, manfaat dari penelitian yang akan dicapai, tinjauan pustaka untuk mengetahui kajian kajian sebelumnya, metodologi penelitian, dan sistematika pembahasan. Bab ini menjelaskan mengenai dasar dari penelitian ini.

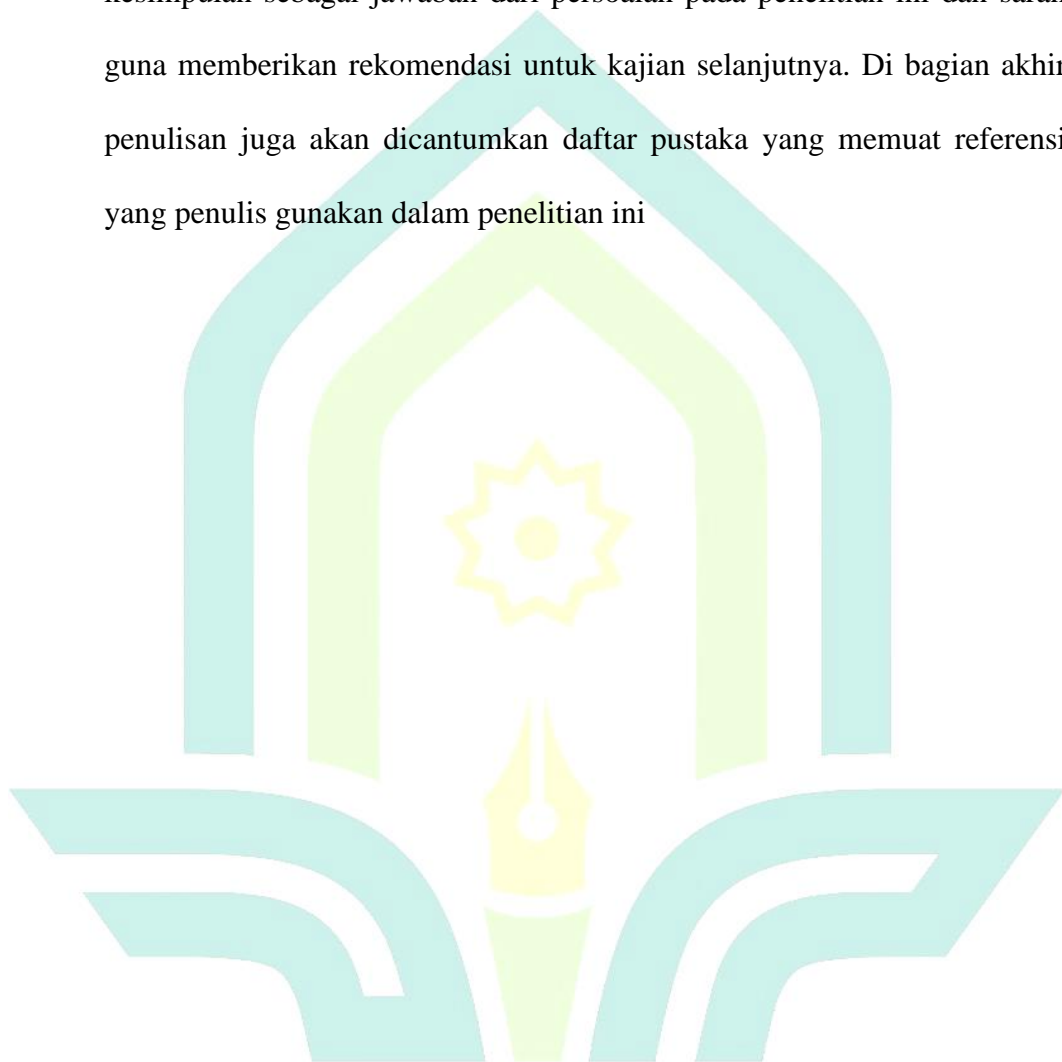
Bab II, pada bagian ini, akan dibahas gambaran umum mengenai pelaksanaan bimbingan Islam dan kesejahteraan personal. Bab ini akan membahas pengertian bimbingan Islam, tujuan bimbingan Islam, metode bimbingan Islam, serta pengertian kesejahteraan personal, aspek kesejahteraan personal dan indikator kesejahteraan personal.

Bab III, pada bab ini berisi hasil penelitian pelaksanaan bimbingan Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah majelis kehidupan di pondok pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di kecamatan Kedungwuni, meliputi : gambaran umum Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren Al-Ma'had Hidayatullah, yang meliputi profil Majelis Kehidupan. Selanjutnya berisi tentang kondisi kesejahteraan personal pada jamaah, pelaksanaan bimbingan Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah majelis kehidupan.

Bab IV, merupakan isi dari analisis terhadap pelaksanaan bimbingan agama Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah majelis kehidupan di pondok pesantren Al-Ma'had Hidayatullah di kecamatan Kedungwuni meliputi : analisis kondisi kesejahteraan personal

yang dialami oleh jamaah majelis kehidupan, analisis pelaksanaan bimbingan agama Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah majelis kehidupan.

Bab V, ialah bab penutup dimana didalamnya memaparkan kesimpulan sebagai jawaban dari persoalan pada penelitian ini dan saran guna memberikan rekomendasi untuk kajian selanjutnya. Di bagian akhir penulisan juga akan dicantumkan daftar pustaka yang memuat referensi yang penulis gunakan dalam penelitian ini



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian diatas tentang pelaksanaan bimbingan Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren AL-Ma'had Hidayatullah Kelurahan Kedungwuni Timur Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kondisi jamaah di Majelis Kehidupan pastinya bervariasi atau berbeda-beda antara satu jamaah dengan yang lainnya. Kebanyakan jamaah memiliki masalah pada ekonominya, yang hal ini dapat menimbulkan permasalahan-permasalahan yang lainnya. Melalui bimbingan Islam diketahui dapat meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah, yang dapat dilihat dari berbagai perkembangan di mana mereka merasakan kesejahteraan yang lebih baik daripada sebelumnya. Perubahan ini terlihat dari kemampuan individu yang sebelumnya sulit menerima kondisi dirinya, setelah mengikuti bimbingan rohani Islam, menjadi lebih bisa menerima dirinya dengan baik dan juga mampu mengatasi masalah mereka sendiri. Selain itu, mereka juga mampu mengembangkan potensi diri, meningkatkan kualitas diri dengan menyerahkan diri pada Allah, serta mampu menjaga hubungan sosial dengan baik.
2. Pelaksanaan bimbingan Islam dilaksanakan setiap Selasa malam Rabu dan kegiatan yang dilakukan; mengkaji kitab *Nashoikhul Ibad*, praktik

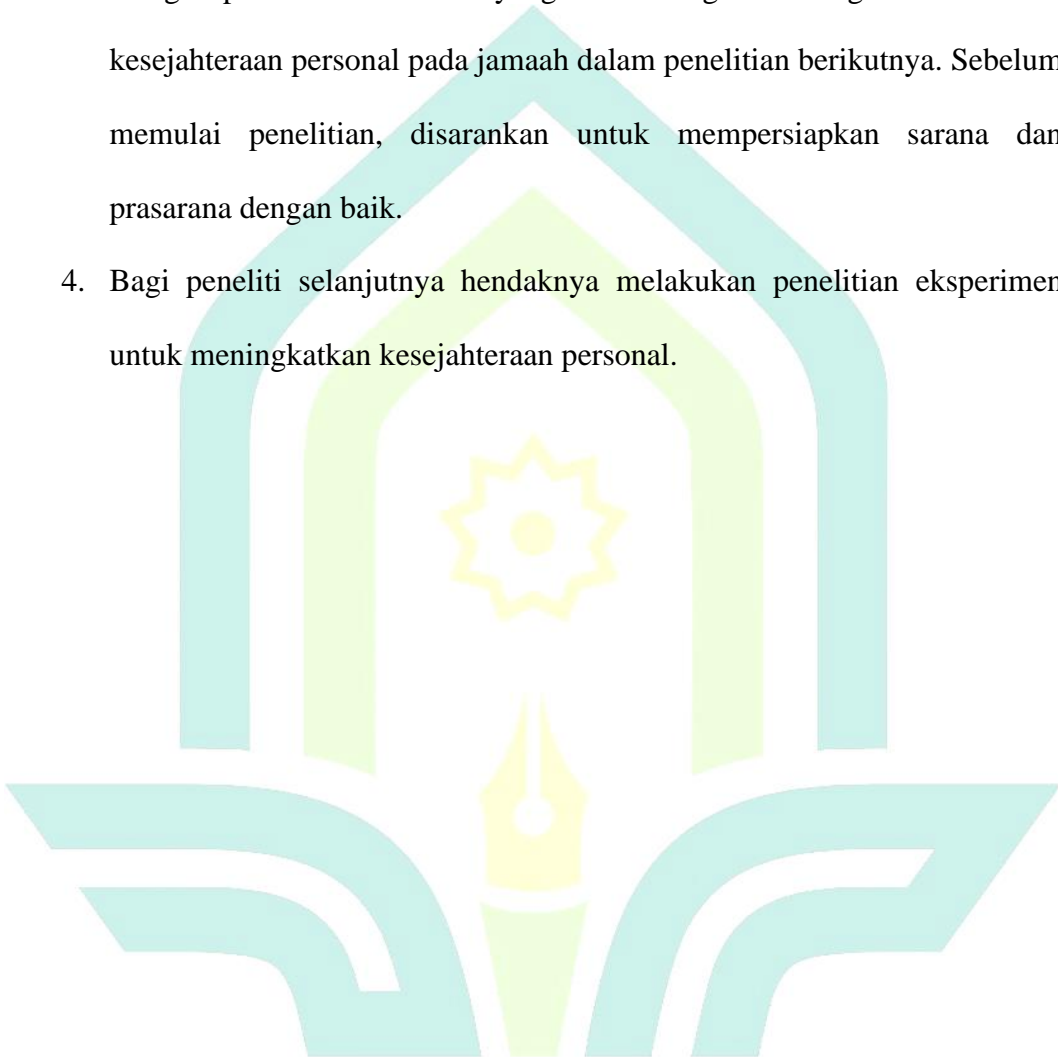
ibadah, *Mauidzah Al-Khasanah* (tausiyah) dan ziarah. Kegiatan dimulai dengan membaca Surat Al-fatihah sebanyak tujuh kali dan berdoa bersama. Setelah itu, pembimbing membacakan kitab *Nashoikhul Ibad*, menjelaskan isinya, dan memberikan contoh-contoh yang terkait dengan kehidupan sehari-hari atau fenomena yang sedang terjadi. Selanjutnya pembimbing mempraktikkan ibadah-ibadah (Sholat, wirid, dzikir). Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan diskusi dan tanya jawab. Di momen-momen tertentu, dilakukan kegiatan Ziarah. Ziarah dilaksanakan sebagai kegiatan tambahan yang dilakukan setiap satu bulan sekali, lebih tepatnya pada akhir bulan. Hal ini bertujuan agar meningkatkan ketenangan dan keentruman baik dari hati maupun pikiran jamaah. Untuk makam yang di ziarahi biasanya makam-makam Waliyullah disekitar yang mudah dijangkau. Dengan begitu diharapkan dapat meningkatkan kondisi kesejahteraan personal setiap jamaah.

B. Saran

Berdasarkan analisis pelaksanaan penelitian tentang bimbingan Islam untuk meningkatkan kesejahteraan personal pada jamaah Majelis kehidupan di Pondok Pesantren AL-Ma'had Hidayatullah Kelurahan Kedungwuni Timur Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan, terdapat beberapa saran untuk meningkatkan pelayanan dalam bimbingan Islam di Majelis kehidupan:

1. Bagi ustadz atau pembimbing Majelis Kehidupan di Pondok Pesantren AL-Ma'had Hidayatullah Kedungwuni hendaknya meningkatkan kualitas bimbingan keagamaan melalui kegiatan konseling.

2. Bagi jamaah diharapkan mengikuti kegiatan-kegiatan yang telah di adakan, dan berangkat sesuai jam yang telah disepakati. Agar tujuan yang hendak dicapai yakni kesejahteraan personal bisa berjalan dengan lancar
3. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Penyuluhan Islam diharapkan dapat mengeksplorasi faktor-faktor yang mendukung atau menghambat kondisi kesejahteraan personal pada jamaah dalam penelitian berikutnya. Sebelum memulai penelitian, disarankan untuk mempersiapkan sarana dan prasarana dengan baik.
4. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya melakukan penelitian eksperimen untuk meningkatkan kesejahteraan personal.



DAFTAR PUSTAKA

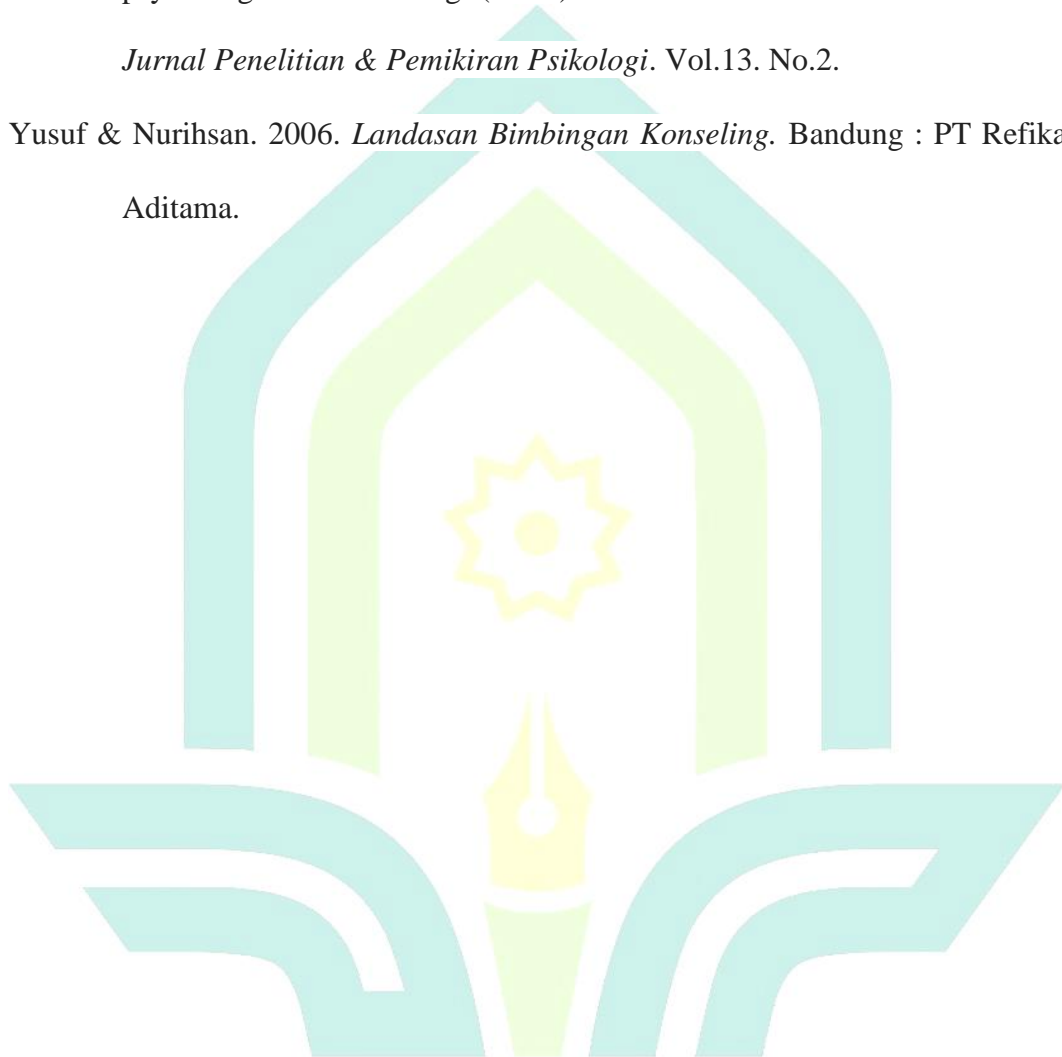
- Aditiya, Susana. Supriyono, Widodo. Murtadho, Ali. 2020. Professionalism of Islamic Spiritual Guide. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*. Vol. 1. No.2.
- Adz-Dzaky, Hamdani Bakran. 2004. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Al-Manar
- Amin, Samsul Munir. 2015. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Ardani, Tristiadi A. Istiqomah. 2020 *Psikologi Positif Perspektif Kesehatan Mental Islam*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Azwar, Salafudin. 2009. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar. 2020. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Basrowi dan suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bungin, Burhan. 2007. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Darojit. 2023. *Jamaah Majelis Kehidupan*. Wawancara Pribadi. Selasa. 03 Oktober
- Faqih, Ainur Rahim. 2001. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UII Press.
- Fathoni. Abdurrahmat. 2011. *Metodologi Penelitian & Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Fatikhah. 2019. "Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam untuk Menurunkan Kecemasan akan Kematian pada Lansia di Rumah.Pelayanan Sosial

- Lansia Pucang Gading Semarang”. *Skripsi*. Semarang: UIN.Walisongo Semarang.
- Feldman, Robert S.. 2012. *Pengantar .Psikologi*. Edisi.10. Terjemahan Petty .Gina .Gayatri Jakarta: .Salemba Humanika.
- Giyanto. 2023. Jamaah Majelis Kehidupan. Wawancara Pribadi. Selasa. 3 Oktober
- Hallen. 2000. *Bimbingan dan Konseling Islam: Aplikasi dalam Bidang Pendidikan dan Masyarakat*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Hasan, Aliah B. P. 2006. Psikologi Perkembangan Islami. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Fitriani, Annisa. 2016. Peran Religiulitas Dalam Meningkatkan Psychological Well Being. *Jurnal Studi Lintas Agama*. Vol. XI. No. 1.
- Hidayati, Nurul. 2014. Metode Bimbingan Rohani Islam. *Jurnal IAIN Kudus*. Vol.5. No.2.
- Himawanti, Izza. Hidayatullah, A. Setiyono, A. 2020. Happiness reconstruction through islamic guidelines in blinds in The Muslim Blinds of Indonesia (ITMI) Central Java. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*. Vol.1. No.1.
- Ibrahim, Umar. 2010. *Mengatasi Stres*. Jakarta: Mizan Pustaka.
- Isnawati, I. Aini & Yunita, Rizka. 2019. Hubungan Psychological Well-Being Dengan Kinerja Kader Kesehatan Jiwa. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*. Vol. 4. No.1.
- Khamid, Abdul. 2023. Jamaah Majelis Kehidupan. Wawancara Pribadi. Selasa. 3 Oktober.

- Kurniasih, Siti. 2014. "Bimbingan Agama Islam Bagi Lansia diPantii Wredha Sultan Fatah Demak". *Skripsi*. Semarang: UIN Walisongo Semarang.
- Ma'mun, Syukron. 2023. Pembimbing Majelis Kehidupan. Wawancara Pribadi. Senin. 2 Oktober
- Manaf, Abdul. 2017. *Bimbingan Konseling Islam*. Bandung: Ar-Ruzz Media
- Mintarsih, Widayat. 2017. Pendampingan Kelas Ibu Hamil Melalui Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Untuk Mengurangi Kecemasan Proses Persalinan. *Jurnal Studi Gender*. Vol.12. No.2. April
- Mulyo, Selamat. 2023. Jamaah Majelis Kehidupan. Wawancara Pribadi. Rabu. 7 Juni
- Muttaqin, Asasul. Ali Murtadho. Anila Umriana. 2016 Bimbingan Konseling Bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di LRC-KJHAM Semarang. UIN Walisongo Semarang. *Jurnal Studi Gender*. Vol. 11. No.2.
- Observasi. Majelis Kehidupan. Selasa. 17 Oktober 2023
- Observasi. Majelis Kehidupan. Selasa. 3 Oktober 2023
- Putri. 2023. "Layanan Konseling Individu Untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Pada Siswa Yang Bekerja Di SMAN 1 Abung Semuli Lampung Utara". *Skripsi*. Lampung: UIN Raden Intan.
- Rosalina, Rosta & Siswati. 2018. Hubungan Antara Psychological Capital dengan Psychological Well-Being pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*. Vol. 7. No. 3.

- Sahal, Ahmad. 2018. *Mengatasi Stres dalam Islam*. Bandung: Pustaka Al-Kautsar.
- Saprudin, Ujang. 2019. “Konsep bimbingan dan Konseling Spiritual : Kerangka Kerja Untuk Guru Bimbingan Konseling”. Cilegon: *Jurnal Penelitian Bimbingan Konseling Dinas Pendidikan Kota Cilegon*. No. 1. IV.
- Sarafino. E. P.. & Ebert. R. J. 2013. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sirbini dan.Azizah 2021 “Motivasi Dan Bimbingan Sepiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke” Purwokerto: *Jurnal Bimbingan Konseling Islam IAIN Purwokerto*. No. 2. III.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2014. *Memahami Penelitian.Kualitatif*. Bandung :.Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana. S. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sutoyo, Anwar. 2014. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori & Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tarmizi. 2018. *Bimbingan Konseling Islami*. Medan: Perdana Publishing.
- Terry, Looker. & Olga, Gregson. 2015. *Menaging Stress.Mengatas. Stress Secara Mandri*. Yogyakarta: Baca.
- Thoha, Chabib. 1996. *Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar..
- Wardani, Yunita I. 2022. “Bimbingan Rohani Islam Dalam Meningkatkan PsychoLogical Well-Being Pada lansia di Wisma Lansia Husnul

- Khatimah Aisyiyah Gunung Pati Semarang”. *Skripsi*. Semarang: UIN Walisongo.
- Yani, Ade Irma. 2021. “Psychological Well-Being Mahasiswa Ma’had Al-Jam’iyah IAIN Bengkulu”. *Skripsi*. Bengkulu: IAIN Bengkulu.
- Yunianty, Sarah S. & Andriani, Elvi. 2018. Pengaruh Religiusitas Terhadap psychological well being (PWB) Pada Pensiunan Suku Batak Toba. *Jurnal Penelitian & Pemikiran Psikologi*. Vol.13. No.2.
- Yusuf & Nurihsan. 2006. *Landasan Bimbingan Konseling*. Bandung : PT Refika Aditama.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

Nama Lengkap : Muhammad Afif Ma'ruf
Tempat Tanggal Lahir : Pekalongan, 26 Oktober 1999
Alamat : Desa Salakbrojo, Kecamatan Kedungwuni Kabupaten
Pekalongan

Riwayat Pendidikan

TK RA Muslimat Salakbrojo : Lulus Tahun 2006
MI Walisongo Salakbrojo : Lulus Tahun 2012
SMP Islam Salakbrojo : Lulus Tahun 2015
MA Salafiyah Syafiiyah Proto : Lulus Tahun 2018

Identitas Orang Tua

Bapak : Bahrim
Pekerjaan : Perangkat Desa
Ibu : Ifrozah
Pekerjaan : Ibu Rumah tangga
Alamat : Desa Salakbrojo, Kecamatan Kedungwuni Kabupaten
Pekalongan

Demikian daftar riwayat hidup ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Pekalongan, 2 November 2023

MUHAMMAD AFIF MA'RUF
NIM. 3518121