LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, ini sepenuhnya hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiarisme atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 14 Juni 2021

Larasati Nindya Lestari
NIM. 171340036

ABSTRAK

Nama: Larasati Nindya Lestari NIM: 171340036 Judul Skripsi: Layanan Konseling Spiritual Dengan Terapi Zikir Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Di Masa Pandemi (Studi di Kelurahan Kelapa Dua Tangerang). Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Tahun 2021/1442 H.

Manusia pada hakikatnya makhluk penuh masalah, artinya manusia akan selalu menghadapi masalah bahkan masalah tersebut bertumpuk-tumpuk dan datang silih berganti. Masalah yang satu belum selesai, datang lagi masalah yang baru dan seterusnya. Dari beragam masalah yang muncul tersebut, dalam menyikapinya pun cukup beragam pula. Ada yang tenang, ada yang bingung, stres, tidak tenang dan seterusnya. Dan setiap makhluk hidup tidak terlepas dari berpikir karena ia adalah makhluk yang dianugerahi akal pikiran. Hal inilah yang membedakan manusia dengan binatang. Namun ketika manusia merasa tertekan dan terus berpikir bahwa tidak dapat menghadapi keadaan yang dihadapinya, maka akan menimbulkan stres.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. 1). Bagaimana stres yang dialami oleh istri di masa pandemi di Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang? 2). Bagaimana proses konseling dengan layanan konseling spiritual dengan terapi zikir untuk mengatasi stres pada istri di masa pandemi di Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang ? 3). Bagaimana hasil terapi zikir yang dilakukan dengan layanan konseling spiritual dengan terapi zikir untuk mengatasi stres pada istri di masa pandemi di Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang ?. Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah sebagai berikut: 1). Untuk mengetahui stres yang dialami istri di masa pandemi di Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang. 2). Untuk mengetahui proses konseling dengan layanan konseling spiritual dengan terapi zikir untuk mengatasi stres pada di istri di masa pandemi di Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang. 3). Untuk mengetahui hasil yang diperoleh responden dari terapi zikir yang dilakukan pada istri yang mengalami stres di masa pandemi di Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang.

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan analisis deskriptif dan penelitian pengamatan. Dalam pengumpulan data, saya menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Kelapa Dua Tangerang dari bulan Januari sampai bulan Maret 2021 dengan responden sebanyak lima orang.

Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan.1). bahwa bentuk stres yaitu gangguan psikologis, seperti melamun, marah, takut, frustrasi, dll. Gangguan fisiologis, seperti menurunnya gairah seks, nafsu makan berkurang, merasa letih, dll. Gangguan behavioral, seperti susah tidur dan gugup berlebihan. 2). Layanan konseling dibagi menjadi tiga tahapan antara lain tahap awal berisi proses asesmen dan memberikan penjelasan tentang konseling individual. Tahap pertengahan yaitu *treatment* atau pemberian terapi kepada klien dua kali pertemuan dan tahap akhir yaitu evaluasi. 3). Kondisi psikologis maupun fisiologis mereka menjadi lebih baik dari sebelumnya dan responden menjadi lebih tenang, sabar dan bias mengontrol emosi.

Kata Kunci : Istri, Terapi zikir dan stres.

ABSTRACT

Name: Larasati Nindya Lestari NIM: 171340036 Thesis Title: Spiritual Counseling Services With Remembrance Therapy To Cope With Stress In Wives During The Pandemic (Study in Kelapa Dua Village, Tangerang). Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, State Islamic University of Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Year 2021/1442 H.

Humans are essentially creatures full of problems, meaning that humans will always face problems, even those problems pile up and come and go. One pproblem has not been solved, another new problem comes and so on. Of the various problems that arise, the response to them is also quite diverse. Some are calm, some are confused, stressed, not calm and so on. And every living being cannot be separated from thinking because he is a creature endowed with reason. This is what distinguishes humans from animals. But when humans feel depressed and keep thinking that they can't deal with the situation they face, it will cause stress.

Based on this background, the formulation of the problem in this study is as follows. 1). How was the stress experienced by the wife during the pandemic in Kelapa Dua Village, Tangerang? 2). How is the counseling process with spiritual counseling services with remembrance therapy to cope with stress on wives during the pandemic in Kelapa Dua Village, Tangerang? 3). How are the results of remembrance therapy carried out with spiritual counseling services with remembrance therapy to overcome stress on wives during the pandemic in Kelapa Dua Village, Tangerang?. The research objectives to be achieved are as follows. 1). To find out the stress experienced by the wives during the pandemic in Kelapa Dua Village, Tangerang. 2). To find out the counseling process with spiritual counseling services with remembrance therapy to cope with stress on the wives during the pandemic in Kelapa Dua Village, Tangerang. 3). To find out results obtained by respondents from remembrance therapy carried out on wives who experiencestress during the pandemic in Kelapa Dua Village, Tangerang.

This research uses qualitative research with descriptive analysis and observational research. In collecting data, i used observation, interview and documentation techniques. This research was conducted in Kelapa Dua Village, Tangerang from January to March 2021 with five respondents.

Based on the research, it can be concluded. 1). that the from of stress is psychological disorders, such as daydreaming, angry, afraid, frustrations, etc. Psychological disorders, such as decreased sex drive, decreased appetite, feeling tired, etc. Behavioral disorders, such as insomnia and excessive nervousness. 2). Counseling services are divide into three stages, including the initial stage containing the assessment process and providing an explanation of individual counseling. The middle stage is treatment or giving therapy to the client in two meetings and the final stage is evaluation. 3). Their psychological and physiological conditions became better than before and respondents became calmer, patient and able to control their emotions.

Keywords: Wives, remembrance therapy and stress.

FAKULTAS DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)

SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor : Nota Dinas
Lamp. : -
Hal : **Ujian Munaqasyah**
a.n. Larasati Nindya Lestari
Nim: 171340036

Kepada Yth
Dekan Fakultas Dakwah
UIN SMH BANTEN
di-
Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi Saudari **Larasati Nindya Lestari**, Nim: **171340036** yang berjudul: **Layanan Konseling Spiritual Dengan Terapi Zikir Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Di Masa Pandemi** (Studi di Kelurahan Kelapa Dua Tangerang), telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Serang, 14 Juni 2021

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. H.Endad Musaddad, S.Ag., M.A..	**A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A.**
NIP. 19720626 199803 1 002	**NIP. 19750604 200604 1 001**

LAYANAN KONSELING SPIRITUAL DENGAN TERAPI ZIKIR UNTUK MENGATASI STRES PADA ISTRI DI MASA PANDEMI
(Studi di Kelurahan Kelapa Dua Tangerang)

Oleh :

LARASATI NINDYA LESTARI
NIM. 171340036

Menyetujui,

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. H.Endad Musaddad, S.Ag., M.A.	**A.M, Fahrurrozi, S. Psi, M.A.**
NIP. 19720626 199803 1 002	**NIP. 19750604 200604 1 001**

Mengetahui,

Dekan, Fakultas Dakwah	Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam
Dr. H. Suadi Saad, M.Ag	**H. Agus Sukirno, S.Ag.,M.Pd**
NIP. 19631115 199403 1 002	**NIP. 19730328 201101 1 001**

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi a.n **Larasati Nindya Lestari,** NIM: **171340036** yang berjudul, **Layanan Konseling Spiritual Dengan Terapi Zikir Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Di Masa Pandemi (Studi di Kelurahan Kelapa Dua Tangerang)**, telah diajukan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Pada tanggal 24 Juni 2021. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 24 Juni 2021

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota	Sekretaris Merangkap Anggota
H. Agus Sukirno, S.Ag.,M.Pd.	**Imalatul Khairat, M.Pd.**
NIP. 19730328 201101 1 001	NIP. 19900420 201903 2018

Anggota:

Penguji I	Penguji II
Dr. Kholid Suhaemi, M.S.I.	**Hilda Rosida, S.S., M.Pd.**
NIP. 19650216 199903 1 001	NIP. 19831121 201101 2 011

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. H.Endad Musaddad, S.Ag., M.A.	**A.M, Fahrurrozi, S. Psi, M.A.**
NIP. 19720626 199803 1 002	**NIP. 19750604 200604 1 001**

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orangtua saya tercinta, Ayahanda Warsono dan Ibunda Ima Rohima sebagai hadiah ulang tahun pernikahan dan yang selalu menjadi inspirasi serta semangat untuk saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini serta selalu mendo'akan anakmu ini, kakak laki-laki saya yaitu mas Rahman dan Azairul Bustomi yang selalu memberi semangat dan menjadi sosok gambaran serta adik lelaki saya tercinta yaitu Andika Ragil Furqon yang selalu menemani dan mensuport saya dari awal hingga akhir penulisan skripsi ini serta untuk keluarga besar saya yang sudah memberikan do'a, dukungan serta motivasi kepada saya.

Terima kasih pula untuk sahabat susah senang saya yaitu Irpa Hapipudin dan Tamara Pricillia Whyheltia serta teman-teman BKI A yang selalu mensuport, membantu, mendukung, percaya terhadap mimpi-mimpi saya dan tak henti-hentinya selalu memberikan doa yang terbaik kepada saya.

MOTTO

وَٱسۡتَعِينُواْ بِٱلصَّبۡرِ وَٱلصَّلَوٰةِۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى ٱلۡخَٰشِعِينَ ٤٥

"Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu amat berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu ".(QS. Al-Baqarah:45)

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Penulis bernama Larasati Nindya Lestari, lahir di Tangerang 07 September 1998. Penulis beralamat di Jalan Layar IIIB No.17 RT 06/07 Kelurahan Kelapa Dua Kecamatan Kelapa Dua Provinsi Banten. penulis adalah anak ke-3 dari 4 bersaudara dari pasangan Bapak Warsono dan Ibu Ima Rohima.

Jenjang pendidikan formal yang ditempuh meliputi SDN PB Kelapa Dua I 2011, SMPI Al-Ghozali 2014, SMAI Al-Ghozali 2017. Kemudian penulis melanjutkan ke perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten mengambil jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

Selama menjadi mahasiswi di perguruan tinggi tersebut, penulis pernah aktif dalam berbagai kegiatan internal maupun eksternal dalam jurusan Bimbingan Konseling Islam, yaitu komunitas, Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) dan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Komunitas yang pernah penulis ikuti yaitu Community Of Counselor (COC) dan Counseling Music (COMIC). Penulis juga aktif dalam kegiatan Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) Bimbingan Konseling Islam sebagai anggota Bidang Pemberdayaan Perempuan selama 1 periode pada 2018. Kemudian penulis juga aktif dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Kopma Al-Hikmah sebagai Asisten Manajer Bidang Penyediaan Barang dan Jasa (PBJ). Penulis juga aktif dalam kegiatan sosial yang berkecimpung di lembaga swadaya masyarakat (LSM) yaitu sebagai administrasi Baitul Mal Ahsanu Nadiyya, yang bergabung pada tahun 2020 sampai dengan saat ini.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Dengan pertolongan Allah dan usaha yang bersungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: **"Layanan Konseling Spiritual Dengan Terapi Zikir Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Di Masa Pandemi (Studi Kasus di Kelurahan Kelapa Dua Tangerang)".**

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, kelemahan dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian penulis berharap skripsi ini dapat membawa manfaat dan berguna khususnya bagi penulis sendiri dan bagi para pembaca.

Skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M.A, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah mengelola, mengorganisir, serta mengembangkan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten menjadi lebih maju.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

3. Bapak H. Agus Sukirno, S. Ag.,M.Pd, selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan arahan, mendidik, dan memberikan motivasi bimbingan, dorongan serta memotivasi kepada penulis.
4. Bapak Dr. H.Endad Musaddad, S.Ag., M.A. Pembimbing I dan bapak A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A. pembimbing II, yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan, motivasinya kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga, dan pikirannya, dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah membagikan ilmu yang sangat bermanfaat, yang telah mendidik dengan sangat baik dalam proses perkuliahan penulis, Pustakawan umum, serta Staff Akademik dan Staff pengurus dalam bidang lainya, yang telah mendukung setiap tahap dalam penyelesaian tugas dan pemberian bekal pengetahuan kepada penulis, selama penulis aktif kuliah di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
6. Seluruh keluarga saya, terutama ayahanda dan ibunda tercinta yang selalu menjadi inspirasi dan telah memberikan dukungan, doa serta motivasi selama awal perkuliahan hingga saat ini. Skipsi ini saya persembahkan sebagai hadiah ulang tahun pernikahan kedua orangtua saya.
7. Seluruh responden, yaitu AS, IA, IR, M dan RM yang telah bersedia membantu penulis selama proses penyusunan skripsi sampai selesai.
8. Teruntuk Sahabat Ibu-ibu Pejabat (Tamara Pricillia Whyheltia, Siti Miftahul Janah, Yuyun Rohaeni, Nimatus Sholiha, Fizry Aprillia Hidayatullah, Vini Alviyani, Cici Relisna) dan Oki Rizaldy yang selalu setia menemani perjalanan saya selama perkuliahan ini

dalam keadaaan suka maupun duka serta kebahagiaan yang kalian ciptakan sampai saat ini hingga detik ini, Terimakasih untuk semua kenangannya.

9. Seluruh keluarga Baitul Mal Ahsanu Nadiyya yang sudah memberikan saya berbagai pengalam serta pelajaran selama saya di sana, khusunya teruntuk Bang Adi Muhammad Sofwan serta Teh Badzlin Safira yang selalu memberikan motivasi serta semangatnya.

Akhirnya, hanya kepada Allah SWT jugalah penulis memohon agar seluruh kebaikan dari semua pihak yang membantu menyelesaikan skripsi ini, semoga diberi balasan yang berlipat ganda.

Serang, 14 Juni 2021

Penulis

Larasati Nindya Lestari
NIM: 171340036

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI i
ABSTRAK ii
ABSTRACT iii
NOTA DINAS iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQASYAH v
LEMBAR PENGESAHAN vi
PERSEMBAHAN vii
MOTTO viii
RIWAYAT HIDUP ix
KATA PENGANTAR x
DAFTAR ISI xiii
DAFTAR TABEL ..... **xv**

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat Penelitian 7
E. Kajian Pustaka 8
F. Kerangka Teori 11
G. Metodologi Penelitian 40
H. Sistematika Pembahasan 45

BAB II GAMBARAN OBYEK PENELITIAN

A. Gambaran Umum dan Letak Geografis Kelurahan Kelapa Dua, Kabupaten Tangerang 47

B. Visi, Misi dan Tugas Pokok dan Fungsi Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang.....52
C. Tujuan dan Struktur Organisasi Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang 55
D. Kondisi Sosial-Keagamaan Masyarakat Kelurahan Kelapa Dua, Tangerang.....57

BAB III GAMBARAN RESPONDEN
A. Profil Responden.....59
B. Stres yang dialami Responden 65

BAB IV PENERAPAN LAYANAN KONSELING SPIRITUAL DENGAN TERAPI ZIKIR UNTUK MENGATASI STRES PADA ISTRI DI MASA PANDEMI
A. Langkah-langkah Penerapan Layanan Konseling Spiritual Dengan Terapi Zikir Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Di Masa Pandemi.....89
B. Hasil dari Layanan Konseling Spiritual Dengan Terapi Zikir Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Di Masa Pandemi.....126
C. Faktor Pendukung dan Penghambat Dalam Proses Penerapan Layanan Konseling Spiritual Dengan Terapi Zikir.....136

BAB V PENUTUP
A. Kesimpulan 139
B. Saran 140

DAFTAR PUSTAKA 142
LAMPIRAN-LAMPIRN.....146

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Bentuk-bentuk Stres 85
Tabel 4.1 Tahap-tahap Pelaksanaan Konseling dengan metode Terapi Zikir 90
Tabel 4.2 Kondisi Stres Responden Sebelum dan Sesudah Konseling..... 131