

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dakwah merupakan komunikasi antara manusia dengan pesan-pesan al-Islam yang berwujud ajakan, seruan untuk *amar ma'ruf nahi munkar*. Selain itu dakwah mengandung upaya pembangunan manusia seutuhnya lahir dan batin, sehingga manusia akan memperoleh kebahagiaan hidup. Dakwah juga upaya membangun manusia seutuhnya, membangun rohaniah manusia untuk menuju kesejahteraan hidup batiniah dan meningkatkan kehidupannya.¹

Pada hakikatnya dakwah adalah usaha untuk merubah kondisi agar lebih baik menurut Islam. Hal ini berarti bahwa upaya untuk menumbuhkan kesadaran dan kekuatan pada diri objek dakwah, oleh karenanya dakwah dituntut mampu memecahkan permasalahan yang dihadapi umat.² Dakwah merupakan bagian integral dari ajaran Islam yang wajib dilaksanakan oleh setiap muslim. Kewajiban ini tercermin dari konsep *amar ma'ruf* dan *nahi munkar*, yakni perintah untuk mengajak masyarakat melakukan perilaku *positif-konstruktif* sekaligus mengajak mereka untuk meninggalkan dan menjauhkan diri dari perilaku *negatif-destruktif*. Konsep ini mengandung dua implikasi makna, yakni prinsip perjuangan menegakkan kebenaran dalam Islam serta upaya mengaktualisasikan kebenaran Islam tersebut dalam

¹ Aminudin Sanwar, *Pengantar Studi Ilmu dakwah*, Fakultas Dakwah, IAIN Walisongo Semarang, 1985, h 5. Lihat juga Hafi Anshary, *Pemahaman dan Pengalaman Dakwah*, Al-Ikhlas, Surabaya: 1993, h 11

² Machasin, *Manajemen Dakwah*, Fakultas Dakwah IAIN Walisongo, Semarang , 1987, h 10

kehidupan sosial guna menyelamatkan mereka dan lingkungannya dari kerusakan.³

Bedasarkan hal tersebut, dakwah memiliki pengertian yang luas. Ia tidak hanya mengajak dan menyeru umat manusia agar memeluk Islam, lebih dari itu dakwah juga berarti upaya membina masyarakat agar menjadi masyarakat yang lebih berkualitas (*khairu ummah*), selain itu dakwah memiliki kontribusi yang jelas dalam menyebarluaskan ajaran Islam, sehingga Islam menjadi agama yang dianut dan diyakini oleh berbagai bangsa di seluruh pelosok dunia. Kenyataan ini merupakan hasil dari sebuah proses dakwah yang terus menerus dilakukan oleh para juru dakwah yang berlangsung dalam jangka waktu yang sangat lama.⁴

Pada kenyataanya perjalanan dakwah belum memiliki hasil yang membanggakan, prinsip perjuangan dakwah untuk menjadikan masyarakat yang berkualitas berbeda di lapangan, banyak masyarakat yang belum sehat secara jasmani dan rohani, hal ini dikarenakan banyak faktor di antaranya faktor ekonomi dan keluarga. Kompleksnya problem kehidupan diatas memungkinkan masyarakat mengalami stres.⁵

Dadang Hawari mengungkapkan bahwa stres dan depresi seringkali tidak dapat dipisahkan satu dengan lainnya. Setiap permasalahan kehidupan yang menimpa pada diri seseorang dapat mengakibatkan gangguan.⁶ Dalam

³ Awaludin Pimay, *Paradigma Dakwah Humanis: Strategi dan Metode Dakwah Prof. KH. Saifudin Zuhri*, Semarang: RaSAIL, 2005, h 1

⁴ *Ibid*

⁵ Mahfud An, *Petunjuk Mengatasi Stres*, Bandung : PT Sinar Baru Algesindo, 2003, h 3

⁶ Prof. Dr. Dadang Hawari, *Al-qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Mental*, Yogyakarta: PT Dana Bhakti Prima Yasa, 1997, h 43-43

mengatasi stres maka perlu adanya bimbingan dari seorang ahli, untuk mengatasinya banyak cara yang dilakukan, di antaranya dengan terapi dzikir, relaksasi, mujahadah, dan muhasabah di pondok pesantren.

Pada dasarnya pondok pesantren merupakan lembaga dakwah,⁷ yang mempunyai fungsi yang berat dalam mengemban tugas agama dan risalah nubuwwah bagi masyarakat. Dalam mengemban amanat ini, pondok pesantren mempunyai pola tersendiri, sebab ia harus berhadapan dengan berbagai zaman yang berubah sebagai tanda kehidupan yang dinamis.⁸ Namun dewasa ini pondok pesantren memiliki beragam fungsi bagi masyarakat, tidak hanya sebagai tempat menuntut ilmu tetapi juga tempat menemukan ketenangan jiwa.⁹ Identitas awal perkembangan pesantren adalah sebagai lembaga pendidikan dan penyiaran agama Islam, seiring perkembangan zaman definisi di atas tidak lagi memadai, walaupun pada intinya, pesantren tetap berada pada fungsinya yang asli, yang dipelihara di tengah-tengah arus perubahan. Bahkan karena menyadari arus perubahan yang kerap kali tak terkendali itu, pihak luar melihat hal tersebut sebagai sesuatu yang unik sebagai wilayah sosial-agama.¹⁰

Usaha dan kegiatan yang dilakukan oleh pesantren secara garis besar dapat di bedakan atas pelayanan kepada para santri dan pelayanan kepada masyarakat. Pesantren menyajikan sarana-sarana bagi perkembangan pribadi

⁷ Depag RI, *Pola Pembinaan Agama Lembaga Keagamaan Islam*, Jakarta: Proyek Pembinaan Agama Islam, 2003, h 20

⁸ Adi Sasono, *Islam Atas Problematika Umat*, Jakarta: Gema Insani Press, 1998, h 149

⁹ Zamarkhasyari Dhofier, *Tradisi Pesantren: Studi tentang pandangan hidup kyai*, Jakarta: LP3ES, 1982, h 44

¹⁰ M.Dawam Rahardjo, Editor, *Pergulatan Dunia Pesantren, Membangun Dari Bawah*, Jakarta: Penerbit P3M, 1996, (dalam pengantar)

muslim para santri, di samping berusaha memajukan masyarakat sejalan dengan cita dan kemampuan yang ada.¹¹

Dewasa ini terjadi kecenderungan untuk memperluas fungsi pesantren tidak hanya sebagai lembaga agama, melainkan sebagai lembaga sosial. Tugas yang diembanya tidak hanya soal-soal agama, tetapi merambah ke soal-soal kemasyarakatan. Tugas sosial ini semula mungkin hanya sebagai pekerjaan sampingan. Tapi kalau diperhatikan lebih seksama, pekerjaan sosial ini justru akan memperbesar dan mempermudah gerak usaha pesantren.¹²

Tugas sosial-kemasyarakatan pesantren tidak akan mengurangi arti pokok tugas keagamaanya, karena dapat berupa penjabaran nilai-nilai hidup keagamaan bagi kemaslahatan masyarakat luas, dengan tugas seperti ini pesantren akan jadi milik bersama, didukung dan dipelihara oleh kalangan yang lebih luas serta akan berkesempatan melihat pelaksanaan nilai hidup keagamaan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan fungsi seperti ini, pesantren diharapkan peka dan menanggapi persoalan-persoalan kemasyarakatan, seperti: menciptakan kehidupan yang sehat jasmani maupun rohani, mengatasi kemiskinan, memelihara tali persaudaraan, menekan angka pengangguran dan kebodohan, dan sebagainya.¹³ Di antara upaya untuk menciptakan kehidupan yang sehat jasmani dan rohani adalah melalui dzikir dan mujahadah seperti yang dilakukan dibeberapa pesantren dewasa ini.

Al-Qur'an menjelaskan bahwa dzikir mampu membangkitkan daya ingatan, dengan mengingat Allah hati orang yang beriman akan menjadi

¹¹ *Ibid*, h 16

¹² *Ibid*, h 18

¹³ *Ibid*

tenang. Dzikir adalah salah bentuk ibadah makhluk, khususnya manusia kepada Allah dengan kesadaran mengingat kepadanya, salah satu manfaatnya ialah menarik energi positif, agar energi tersebut bisa masuk keseluruh bagian tubuh pelaku dzikir. manfaatnya untuk menjaga keseimbangan tubuh agar tercipta suasana jiwa yang tenang, damai, dan terkendali. hal ini akan menentukan kualitas ruh seseorang.¹⁴ Syaikh Jamaludin bin Muhammad Said al-Qosimi dalam kitabnya *Mauidhotul Mu'minin Min Ihya ulumiddin*, menjelaskan didalam salah satu hadist qudsi bahwa Tuhan senantiasa bersama orang yang selalu sibuk berdzikir.¹⁵ Anjuran untuk Berdzikir kepada Allah SWT telah banyak termaktub di ayat-ayat al-quran diantaranya:

Surat Al-ahzab ayat 41

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾

Atinya: *Hai orang-orang yang beriman, berzdikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya.*¹⁶

Berangkat dari peran dan fungsi pondok pesantren yang beragam dewasa ini, yang tidak hanya fokus pada kajian keagamaan saja, akan tetapi lebih ditekankan kepada pelayanan penyelesaian permasalahan kesehatan jiwa. Demikian yang menjadikan pondok pesantren Darus salam Jepara berbeda dengan kebanyakan pondok pesantren lainnya. Karena memberikan alternatif untuk mengatasi stres.

¹⁴ Baidi Bukhori, *Zikir Al-asma' Al-husna: Solusi atas Problem Agrevisitas Remaja*, Semarang: RaSAIL, 2008, (dalam pengantar)

¹⁵ Jamaludin bin Muhammad Said al-Qosimi” *Mauidhotul Mu'minin Min Ihya' Ulumiddin*” Bairut, Lebanon: *Darul kutub al-alamiyah*, 1995, h 82

¹⁶Depag RI, *Al-quran dan Terjemahnya*, Bandung: CV Diponegoro, 2000, h 338

Secara umum kegiatan yang diselenggarakan di pondok pesantren Darus salam Jepara dibagi dalam tiga tahapan yaitu, bulanan, mingguan dan harian. Selain itu ada kegiatan yang dilaksanakan setiap akhir tahunan yang dilaksanakan setiap tanggal 11 Hijriah, kegiatan bulanan dilaksanakan setiap Jum'at Wage, mingguan, dilaksanakan setiap hari minggu kegiatan ini berupa pembacaan surat yaasin dan tahlil, kajian-kajian kitab klasik. Harian seperti mandi dini hari dan dzikir bersama setiap habis sholat subuh berjamaah bagi pasien, untuk kegiatan Tahunan dan Bulanan ini diikuti oleh masyarakat umum, khusus untuk kegiatan Harian diikuti oleh pasien. Dari sekian banyak peserta yang mengikuti kegiatan, sebagian dari keluarga peserta atau masyarakat luar menitipkan keluarganya yang mengalami stres karena permasalahan yang kompleks. sehingga mereka aktif mengikuti pengajian tersebut, dengan harapan akan memperoleh ketenangan jiwa, juga untuk memperoleh ilmu yang manfaat, agar senantiasa dekat dengan Allah SWT.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, *“Upaya Penyembuhan Stress Melalui Pendekatan Dzikir dan Mujahadah di Pondok Pesantren Darus-salam Jepara (Tinjauan Bimbingan dan Konseling Islam)”*

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka ada dua permasalahan dalam penelitian ini.

1. Bagaimanakah pengamalan dzikir dan mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara?
2. Bagaimanakah upaya penyembuhan stress melalui pendekatan dzikir dan mujahadah ditinjau dari Bimbingan dan Konseling Islam?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini adalah :

1. Untuk menjelaskan praktik dzikir dan mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara.
2. Untuk menjelaskan nilai-nilai Bimbingan dan Konseling Islam di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara sebagai upaya penyembuhan stres bagi pasien.

1.4. Manfaat Penelitian

Adapun hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dalam kajian-kajian berikut yang berbentuk :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian diharapkan dapat menambah wawasan hasanah keilmuan di bidang Dakwah secara umum dan pendekatan psiko-religius secara khusus.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih bagi pelaksanaan mengatasi gangguan kejiwaan khususnya santri pondok pesantren Darus-salam Jepara serta bagi masyarakat umum.

1.5. Tinjauan Pustaka

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Millatina (2008) dalam penelitiannya yang berjudul “Dzikir Dan Pengendalian Stres (Studi Kasus Jama'ah Pengajian Ma'rifatullah Lembkota Semarang Analisis Bimbingan dan Konseling Islam). Metode pengumpulan data dalam penelitian tersebut adalah *field reserch* melakukan stydi kasus di lapangan yang meliputi metode observasi, dokumentasi dan wawancara, kemudian data yang di peroleh di analisis dengan pendekatan analisis deskriptif-naratif. Hasil penelitian tersebut Dzikir yang di terapkan oleh LEMBKOTA Semarang untuk menanggulangi sejak dini penyakit masyarakat modern, dan nantinya bisa melakukan aktifitas duniawi dan ukhriwi secara seimbang.

Kedua, penelitian yang dilakukan Rizal Muttaqin (2005) dalam penelitiannya yang berjudul “*Pemikiran al-Ghozali tentang sabar dan implikasinya terhadap pencegahan stres (Tinjauan Konseling Islam)*”. Pokok pikiran pada penelitian ini adalah *reinterpretasi* tentang konsep dan implementasi sabar dengan cara menggabungkan beberapa konsep dari tokoh-tokoh Islam yang diambil dari nilai-nilai yang terdapat dalam Al-Qur'an dan sunnah nabi dan impilikasinya terhadap pencegahan stres. penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, metode yang digunakan untuk

mengumpulkan data dan telaah kepustakaan (library research) kemudian dianalisis dengan menggunakan metode deskriptif. Hasil dari penelitian ini adalah sabar sebagai salah satu ajaran islam dalam menjaga sikap mental seseorang dalam menghadapi problematika hidup, selain itu sabar memiliki dampak positif untuk membentuk mental yang baik. Dengan menjaga kualitas sabar tersebut maka seseorang akan mampu mengontrol emosi dan terhindar dari goncangan jiwa yang mengakibatkan stres.

Ketiga, penelitian yang dilakukan Iip Suherman (2003) dalam penelitiannya yang berjudul “*Dzikir Dalam Membentuk Perilaku Keagamaan Jamaah az-Zikra Pimpinan Ustad H.M. Arifin Ilham Mampang Indah Dua Depok (Analisis Fungsi dan Bimbingan Konseling Islam)*”. Metode pengumpulan data dalam penelitian tersebut adalah library riset dan penelitian lapangan yang meliputi metode Observasi, Dokumentasi dan Wawancara, kemudian data yang diperoleh di analisis dengan menggunakan metode Analisis Deskriptif. Hasil penelitian tersebut yaitu metode dzikir yang dipakai oleh Arifin Ilham di majlis Azzikra dapat membentuk prilaku keagamaan jama'ahnya. Seperti Prilaku yang tadinya tidak sesuai dengan aturan-aturan, menjadi prilaku yang sesuai dengan norma agama dan sosial.

Berdasarkan keterangan di atas terdapat beberapa kesamaan antara penelitian yang akan penulis laksanakan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, yaitu mengenai dzikir dan stres, akan tetapi kesamaan tersebut tidak berlanjut pada obyek kajian yang akan penulis teliti, penelitian terdahulu membahas dzikir sebagai pencegahan dan pengendalian stres,

sedangkan penelitian penulis membahas dzikir sebagai upaya penyembuhan stres, terlebih ada penambahan mujahadah sebagai pelengkap dalam proses penyembuhan stres yang mana tidak ditemukan dalam penelitian-penelitian sebelumnya. Dari ketiga penelitian terdahulu tidak ada satu pun penelitian yang merujuk pada obyek kajian yang sama dengan penulis, terlebih obyek penelitian penulis adalah salah satu lembaga pondok pesantren di Jepara.

1.6. Metode Penelitian

1.6.1 . Obyek Penelitian dan Jenis Penelitian

Obyek dalam penelitian adalah aktifitas yang dilakukan jamaah dan santri dzikir dan mujahadah pondok pesantren Darus Salam Jepara dalam melakukan dzikir dan Mujahadah sebagai upaya penyembuhan stres. Jenis penelitian ini termasuk penelitian kualitatif deskriptif. karena mendeskripsikan serta menganalisis aktifitas di lapangan, melalui data yang diperoleh di lapangan, yaitu Pondok pesantren Darus Salam Jepara. Jenis-jenis penelitian deskriptif Umumnya, terdiri dari berbagai jenis yaitu: studi kasus, survei, analisis dokumen, dll¹⁷. Penelitian kualitatif yang menggunakan jenis studi kasus guna untuk memberikan uraian dan penjelasan secara komprehensif mengenai berbagai aspek seorang individu, suatu kelompok, suatu organisasi komunitas, suatu program atau suatu

¹⁷ Consuelo G. Sevilla, dkk, Trjm. Alimudin Tuwu, "*Pengantar Metode Penelitian*" Jakarta: UI Press, 1993, h73

situasi sosial¹⁸. Peneliti studi kasus berupaya menelaah sebanyak mungkin data mengenai subjek yang diteliti.¹⁹

1.6.2. Pendekatan Penelitian

Berkaitan dengan judul yang diangkat, maka diperlukan adanya pendekatan-pendekatan yang diharapkan mampu memberikan pemahaman yang mendalam dan komprehensif, dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan psikologi dakwah sebagai paradigma untuk memahami aktivitas dakwah, dengan pendekatan psikologi dakwah diharapkan mampu memberikan pandangan tentang kemungkinan melakukan perubahan tingkah laku atau sikap mental psikologis sasaran dakwah/penerangan Agama sesuai dengan pola kehidupan yang dikehendaki oleh ajaran Agama yang diserukan para da'i.²⁰

Penulis menggunakan pendekatan psikologi dakwah dalam melakukan penelitiannya, karena psikologi dakwah mempunyai titik perhatian kepada pengetahuan tentang tingkah laku manusia. Pengetahuan ini mengajak kepada usaha mendalami dan memahami segala tingkah laku manusia dalam kehidupan melalui latar belakang kehidupan psikologis. Tingkah laku manusia merupakan fenomena

¹⁸ Mulyana, Deddy, *Metode Penelitian kualitatif, paradigma baru ilmu komunikasi & sosial lainnya*, Bandung: PT Rosda Karya, 2006, h 201

¹⁹ *Ibid*

²⁰ H.M. Arifin, *Psikologi Dakwa: Suatu Pengantar Study*. Jakarta: Bulan Bintang, 1991,

(gejala) dari keadaan psikologis yang terlahirkan dalam rangka usaha memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan.²¹

1.6.3. Sumber data

Sumber Data adalah semua keterangan seseorang yang dijadikan informan maupun yang berasal dari dokumen-dokumen baik dalam bentuk statistik atau dalam bentuk lainnya guna keperluan penelitian dimaksud.²²

Dalam pengumpulan data penelitian ini penulis menggunakan sumber data meliputi data primer dan sekunder.

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data yang dapat memberikan data penelitian secara langsung.²³ Dalam hal ini yang digunakan sebagai sumber data primer adalah pengasuh pondok pesantren Darus salam Jepara dan peserta yang mengikuti pengajian.

b. Sumber Data sekunder

Sumber sekunder adalah data yang diperoleh dari pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek penelitiannya.²⁴ Sumber data sekunder biasanya bewujud data dokumentasi atau data laporan yang telah tersedia. Data sekunder ini sebagai data pelengkap dari data primer.

²¹ *Ibid*, h 5

²² Joko subagyo, *Metode Penelitian dalm Teori dan Praktik*, Jakarta:Rineka Cipta, 1991, h 87

²³ *Ibid*, h 87-88

²⁴ Syaifuddin Azwar, *Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998, h 91

1.6.4. Teknik Pengumpulan Data

Untuk melakukan *Field Research* atau penelitian lapangan, penulis menggunakan teknik-teknik sebagai berikut :

a. Observasi

Observasi adalah pengamatan yang dilakukan secara sengaja sistematis mengenal fenomena sosial dengan gejala-gejala untuk kemudian dilakukan pencatatan.²⁵ Sedangkan menurut Nawawi, Observasi adalah pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada obyek penelitian.²⁶

Metode ini ini digunakan penulis untuk menggali data-data langsung dan objek penelitian. Penulis mengamati dan ikut ambil bagian secara langsung dalam dalam pengajian di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara

b. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan yang diwawancarai memberikan jawaban atas pertanyaan itu.²⁷

c. Metode Dokumentasi

Metode Dokumentasi adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel berupa transkrip buku, surat kabar, majalah,

²⁵ Joko Subagyo, *Op.cit*, h 63

²⁶ Hadari Nawawi, Mimi martini, *Penelitian Terapan*, Yogyakarta: Gajah Mada Universiti Press, 1993, h 100

²⁷ Lexy, J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1993, h 135

notulen rapat, agenda dan sebagainya.²⁸ Dokumentasi ini digunakan untuk memperoleh data-data dan struktur organisasi, fasilitas pondok pesantren darus salam Jepara, kegiatan pondok pesantren darus salam Jepara, serta dokumen lain yang erat kaitannya dengan proses penelitian.

1.6.5. Teknik analisis data

Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah analisis data dengan menggunakan metode *deskriptif analysis*. Metode deskriptif ini digunakan menggambarkan sifat suatu tujuan yang sementara berjalan pada saat penelitian ini dilakukan dan memeriksa sebab-sebab dari suatu gejala tertentu.²⁹ Analisis Kualitatif Deskriptif bertujuan menggambarkan secara sistematis fakta dan karakteristik bidang-bidang tertentu, secara faktual dan cermat dengan menggambarkan keadaan atau struktur fenomena.³⁰ Ciri penelitian kualitatif adalah melaporkan *meaning of events* dari apa yang di amati penulis. Lapornya berisi amatan berbagai kejadian dan interaksi yang di amati langsung penulis dari tempat kejadian. Penulis terlibat langsung secara partisipatif didalam observasinya. Ia berada dan hadir di dalam kejadian tersebut.³¹ Data yang didapat dari pengajian rutin Pondok Pesantren Darus-salam Jepara, mengenai dzikir dan

²⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1998, h 200

²⁹ Consuelo sevilla, *Pengantar Metode Penelitian*, Jakarta, UII Pres, 2000, h 7

³⁰ Suharsimi Arikunto, *Op.cit*, h 245

³¹ Santana K, Septiawan, *Menulis Ilmiah Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Diterbitkan Yayasan Obor Indonesia, 2007, h 28

mujahadah sebagai upaya penyembuhan stres dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif.

Penulis mendeskripsikan data yang telah diperoleh dari hasil observasi, wawancara serta dokumentasi yang menyangkut dzikir, mujahadah dan upaya penyembuhan stres santri atau pasien pengajian di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara.

Langkah-langkah yang digunakan untuk menganalisis data yang telah terkumpul adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mendiskripsikan data yang telah diperoleh dari Pondok Pesantren Darus Salam Jepara
- b. Setelah mendiskripsikan, tahap selanjutnya adalah menganalisis data deskriptif dengan berpijak pada kerangka teoritik yang telah dijelaskan sebelumnya, guna mencari dan menemukan aktivitas pengajian yang dilakukan Pondok Pesantren Darus Salam Jepara, dalam upaya penyembuhan stres, serta bagaimana ditinjau dari sudut pandang bimbingan dan konseling islam

1.7. Sistematika Penulisan

BAB I merupakan pendahuluan, yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, dan metode penelitian.

BAB II berisi tentang dzikir dan ruang lingkupnya. Penyembuhan Stres menurut Bimbingan dan Konseling Islam, dzikir sebagai terapi penyembuhan stres meliputi.

BAB III berisi tentang gambaran umum Pondok Pesantren Darus Salam Japaara meliputi sejarah berdirinya pondok, pelaksanaan kegiatan dzikir dan mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Japaara. Respon pasien terhadap pelaksanaan dzikir dan mujahdah.

BAB IV merupakan Analisis, meliputi Analisis fungsi dan tujuan Bimbingan Konseling Islam, analisis teknik-teknik bimbingan dan konseling islam, analisis asas-asas bimbingan dan konseling islam.

BAB V merupakan bab akhir yang berisi kesimpulan, saran-saran dan penutup.