

**BIMBINGAN KONSELING KONVENSIONAL DAN
KONSELING SUFISTIK SEBAGAI UPAYA
MENGATASI KECEMASAN SISWA DALAM
MENGHADAPI UJIAN DI MADRASAH PLUS ASH
SHIRATAL MUSTAQIM TANJUNG**

TESIS

OLEH:

ERVINA WARDATUL FAKHRIAH

210211010006



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) ANTASARI

PASCASARJANA

BANJARMASIN

2025M/ 1446H

**BIMBINGAN KONSELING KONVENSIONAL DAN
KONSELING SUFISTIK SEBAGAI UPAYA
MENGATASI KECEMASAN SISWA DALAM
MENGHADAPI UJIAN DI MADRASAH PLUS ASH
SHIRATAL MUSTAQIM TANJUNG**

TESIS

DIAJUKAN KEPADA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) ANTASARI

UNTUK MEMENUHI SALAH SATU PERSYARATAN

MENYELESAIKAN PROGRAM MAGISTER

ILMU TASAWUF

OLEH:

ERVINA WARDATUL FAKHRIAH

210211010006



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) ANTASARI

PASCASARJANA

PROGRAM STUDI ILMU TASAWUF

BANJARMASIN

2025M/ 1446H

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ervina Wardatul Fakhriah

NIM : 210211010006

Tempat Tanggal Lahir : Banjarmasin 14 April 1994

Program Studi : Ilmu Tasawuf

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa tesis saya berjudul: ***“Bimbingan Konseling Konvensional dan Konseling Sufistik sebagai Upaya Mengatasi Kecemasan Siswa dalam menghadapi Ujian di Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung”*** adalah benar karya saya kecuali kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila ada dikemudian hari terbukti tesis saya ini bukan hasil karya saya atau merupakan plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan saya dibuat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 20 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Ervina Wardatul Fakhriah

PERSETUJUAN TESIS

**“Bimbingan Konseling Konvensional dan Konseling Sufistik sebagai Upaya
Mengatasi Kecemasan Siswa dalam menghadapi Ujian di Madrasah Plus Ash
Shiratal Mustaqim Tanjung”**

Yang dipersembahkan dan disusun oleh:

Ervina Wardatul Fakhriah

210211010006

Telah disetujui oleh Dosen pembimbing untuk

Dapat diajukan kepada Dewan Penguji

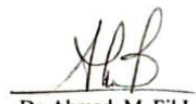
Pembimbing I,



Prof. Dr. Nadzmi Akbar, S.Pd. M.Pd.I

Tanggal : 17 Mei 2025

Pembimbing II,



Dr. Ahmad, M. Fil.I

Tanggal: 17 Mei 2025

PENGESAHAN TESIS

BIMBINGAN KONSELING KONVENSIONAL DAN KONSELING SUFISTIK SEBAGAI UPAYA MENGATASI KECEMASAN SISWA DALAM MENGHADAPI UJIAN DI MADRASAH PLUS ASH SHIRATAL MUSTAQIM TANJUNG

DIPERSEMBAHKAN DAN DISUSUN OLEH:

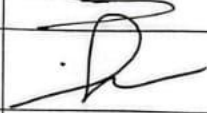
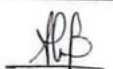
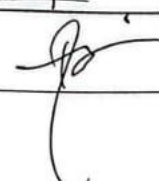
ERVINA WARDATUL FAKHRIAH

210211010006

Telah diajukan kepada Dewan Penguji

Pada: Hari Kamis 22 Mei 2025

Dewan Penguji

NO	NAMA	TANDA TANGAN
1.	Dr. Muhammad Iqbal, MSI (Ketua/Anggota)	
2.	Prof. Dr. Nadzmi Akbar, S. Pd. M. Pd. I (Anggota)	
3.	Dr. Ahmad, M. Fil. I (Anggota)	
4.	Dr. Ali Muammar Zainal Abidin, S.S.I, MA (Sekretaris/Anggota)	

Mengetahui

Direktur


Prof. Dr. H. Zulfa Jamalie, M Pd

NIP. 197105251997031006

ABSTRAK

Ervina Wardatul Fakhriah; Bimbingan Konseling Konvensional dan Konseling Sufistik sebagai Upaya mengatasi Kecemasan Siswa dalam menghadapi Ujian di Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung di bawah pembimbing I : Prof.Dr. Nadzmi Akbar, S.Pd, M.Pd.I dan pembimbing II : Dr.Ahmad,M.Fil.I. pada Pascasarjana UIN Antasari Banjarmasin 2025.

Kata Kunci : Bimbingan Konseling Konvensional, Konseling Sufistik, Kecemasan, Ujian, Madrasah

Penelitian tesis ini bertujuan untuk dapat mengetahui proses penerapan dan efektivitas bimbingan konseling konvensional dan juga konseling sufistik dalam mengatasi kecemasan peserta didik dalam menghadapi ujian di Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung. Kecemasan ketika menghadapi ujian Madrasah adalah merupakan salah satu faktor yang dapat menghambat proses pembelajaran dan mempengaruhi nilai akademik peserta didik sehingga diperlukan upaya penanganan yang tepat baik melalui pendekatan psikologis konvensional maupun pendekatan spiritual sufistik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian tindakan (*action research*). Pendekatan ini digunakan untuk mengetahui proses penerapan, memahami serta mengevaluasi secara mendalam proses pelaksanaan bimbingan konseling konvensional dan konseling sufistik serta efektivitasnya dalam mengatasi kecemasan peserta didik ketika menghadapi ujian Madrasah di Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VI yang mengalami kecemasan dengan disertai adanya kemunculan gejala fisik pada peserta didik ketika menjelang ujian akhir Madrasah. Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah melalui teknik observasi, wawancara dan dokumentasi dan data dianalisis dengan menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan konseling konvensional dapat membantu siswa dalam mengidentifikasi sumber kecemasan serta memberikan strategi coping secara rasional dan juga terstruktur. Sedangkan konseling sufistik dapat memberikan ketenangan batin melalui pendekatan dzikir, do'a dan tafakkur yang secara signifikan dapat membantu peserta didik mengatasi kecemasan yang dihadapi. Kombinasi antara bimbingan konseling konvensional dan sufistik sangat efektif dan memberikan dampak yang lebih mendalam terhadap ketenangan spiritual peserta didik.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa kombinasi antara bimbingan konseling konvensional dan konseling sufistik dapat menjadi alternatif metode penanganan kecemasan yang dihadapi peserta didik ketika menghadapi ujian Madrasah khususnya di lingkungan Pendidikan berbasis Islam seperti Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung.

ABSTRACT

Ervin Wardatul Fakhriah; Conventional Counseling Guidance and Sufistic Counseling as an Effort to Overcome Student Anxiety in Facing Exams at Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung under the first supervisor: Prof. Dr. Nadzmi Akbar, S.Pd, M.Pd.I and the second supervisor: Dr. Ahmad, M.Fil.I. at the Postgraduate Program of UIN Antasari Banjarmasin 2025.

Keywords: Conventional Counseling Guidance, Sufistic Counseling, Anxiety, Exams, Madrasah

This thesis research aims to determine the process of implementing and the effectiveness of conventional counseling guidance and also Sufistic counseling in overcoming student anxiety in facing exams at Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung. Anxiety when facing Madrasah exams is one of the factors that can hinder the learning process and affect students' academic grades, so appropriate handling efforts are needed, both through conventional psychological approaches and Sufi spiritual approaches.

This study uses a qualitative approach with the type of action research. This approach is used to determine the process of implementing, understanding and evaluating in depth the process of implementing conventional counseling guidance and Sufi counseling and its effectiveness in overcoming student anxiety when facing Madrasah exams at Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung. The subjects of this study were grade VI students who experienced anxiety accompanied by the emergence of physical symptoms in students when approaching the final Madrasah exam. The data collection techniques used were through observation, interview and documentation techniques and the data were analyzed using data reduction, data presentation and drawing conclusions.

The results of the study showed that conventional counseling guidance can help students identify sources of anxiety and provide rational and structured coping strategies. While Sufi counseling can provide inner peace through the dhikr approach, prayer and contemplation which can significantly help students overcome the anxiety they face. The combination of conventional and Sufi counseling guidance is very effective and provides a deeper impact on the spiritual peace of students. The conclusion of this study is that the combination of conventional and Sufi counseling guidance can be an alternative method of dealing with anxiety faced by students when facing Madrasah exams, especially in an Islamic-based educational environment such as Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-INDONESIA

Transliterasi yang dipakai dalam pedoman penulisan tesis ini adalah pedoman Transliterasi Arab-Indonesia berdasarkan Surat Keputusan bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia tanggal 22 Januari 1988.

A. Konsonan

No	Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
1	ا	Alif	A	Tidak dilambangkan
2	ب	Ba	B	Be
3	ت	Ta	T	Te
4	ث	Tsa	Ts	Ts
5	ج	Jim	J	Je
6	ح	Ha	H	Ha (dengan titik di bawah)
7	خ	Kha	Kh	Ka dan ha
8	د	Dal	D	De
9	ذ	Dzal	Dz	Dz
10	ر	Ra	R	Er
11	ز	Zai	Z	Zet
12	س	Sin	S	Es
13	ش	Syin	Sy	Es dan ye
14	ص	Shad	Sh	Es dan ha
15	ض	Dhad	Dh	De dan ha
16	ط	Tha	Th	Te dan ha
17	ظ	Zhaa	Zh	Zet dan ha
18	ع	‘ain	‘	Koma terbalik di atas
19	غ	Ghain	Gh	Ge dan ha
20	ف	Fa	F	Ef
21	ق	Qaf	Q	Ki

22	ك	Kaf	K	Ka
23	ل	Lam	L	El
24	م	Min	M	Em
25	ن	Nun	N	En
26	و	Waw	W	We
27	ه	Ha	H	Ha
28	ء	Hamzah	‘	Apostref
29	ي	Ya	Y	Ye

B. Vokal

Vokal tunggal bahasa arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

No	Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
1	ا	Fathah	A	A
2	إ	Kasrah	I	I
3	أ	Dhammah	U	U

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

No	Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
1	اي	Fathah dan ya	AI	A dan I
2	او	Fathah dan wau	AU	A dan U

Catatan:

1. Konsonan yang bersyaddah ditulis dengan rangkap
2. Vokal panjang (*mad*) ;
Fathah (baris di atas) di tulis â, *kasrah* (baris di bawah) di tulis î, serta *dammah* (baris di depan) ditulis dengan û.
3. Kata sandang *alif* + *lam* (ال) apabila diikuti oleh huruf qamariyah ditulis **al**, Sedangkan, bila diikuti oleh huruf syamsiyah, huruf *lam* diganti dengan huruf yang mengikutinya.
4. Ta' *marbûthah* (ة) apabila terletak diakhir kalimat, ditulis h, apabila ditengah kalimat ditulis t.
5. Penulisan kata dalam kalimat dilakukan menurut tulisannya.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, penulis ucapkan puji syukur atas limpahan rahmat dan ridha Allah SWT penelitian yang berjudul “Bimbingan Konseling Konvensional dan Konseling Sufistik sebagai Upaya mengatasi Kecemasan Siswa dalam menghadapi Ujian di Madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung” dapat diselesaikan dengan baik.

Shalawat dan salam senantiasa terlimpahkan kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing manusia ke arah jalan kebenaran dan kebaikan dunia dan akhirat yang syafa’atnya senantiasa kita harapkan. Shalawat dan salam juga atas keluarga beliau, sahabat-sahabat beliau serta mereka yang mengikuti ajaran beliau hingga akhir zaman.

Banyak pihak yang membantu dalam menyelesaikan tesis ini. Untuk itu penulis sampaikan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-sebesarnya dengan ucapan *jazakumullah ahsanul jaza’* khususnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Mujiburrahman, M.A. sebagai Rektor UIN Antasari Banjarmasin atas segala fasilitas yang telah diberikan selama penulis menempuh studi di kampus UIN Antasari Banjarmasin.
2. Bapak Prof. Dr. H. Zulfa Jamalie, M.Pd. sebagai Direktur Pascasarjana UIN Antasari Banjarmasin atas segala layanan dan fasilitas yang telah diberikan selama penulis menempuh studi.
3. Bapak Muhammad Iqbal M.A. Ph.D, sebagai Ketua Prodi S2 Ilmu Tasawuf Pascasarjana UIN Antasari Banjarmasin yang bukan hanya memberikan layanan tetapi juga memberikan dukungan serta salah satu *support system* terbaik terhadap penulis dalam menyelesaikan studi.
4. Bapak Prof. Dr. Nadzmi Akbar. S.Pd, M.Pd.I. sebagai Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, saran, kritik dan koreksinya dalam penulisan tesis ini.

5. Bapak Dr. Ahmad. M. Fil. I. sebagai Dosen Pembimbing II telah banyak memberikan bimbingan dengan baik, teliti dan respon cepat sekaligus memberikan kemudahan pelayanan selama studi.
6. Para dosen, Asisten Dosen dan Staf Prodi S2 Ilmu Tasawuf yang telah banyak memberikan ilmu dan layanan yang baik selama masa perkuliahan penulis.
7. Ayahanda tercinta yaitu Prof. Dr. H. M. Hanafiah, M. Hum dan Ibunda tersayang Dra. Hj. Warsiah yang selama ini telah banyak memberikan dukungan dan semangat dalam kehidupan sehari-hari penulis serta saudara dan ipar penulis yang telah memberikan dukungan berupa materi dan tenaga sehingga penulis mampu menyelesaikan studi.
8. Suami penulis yaitu M. Fahrian Noor yang telah bersedia menemani penulis dan *support system* terbaik penulis hingga penulis mampu menyelesaikan penulisan tesis ini.
9. Sahabat dan rekan-rekan dari madrasah Plus Ash Shiratal Mustaqim Tanjung yang telah memberikan banyak dukungan dan berbagai informasi untuk menyelesaikan penulisan tesis ini
10. Sahabat atau rekan-rekan Ilmu Tasawuf yang telah memberikan warna dan nuansa kekeluargaan dalam proses pendidikan di Pascasarjana UIN Antasari Banjarmasin.
11. Dan semua pihak yang telah mendukung dan turut mendoakan keberhasilan penulis.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka semua dan mencatat bagi mereka kebaikan pahala yang berlipat ganda disisi-Nya.

Banjarmasin, 20 Mei 2025

Penulis



Ervina Wardatul Fakhriah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN TESIS	iii
PENGESAHAN TESIS	iv
ABSTRAK	v
PEDOMAN TRANSLITERASI	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Definisi Operasional.....	12
F. Penelitian Terdahulu	14
G. Kerangka Berpikir	18
H. Sistematika Penulisan.....	21

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Konseling Konvensional	23
1. Pengertian Konseling Konvensional	23
2. Karakteristik Utama Konseling Konvensional.....	27

3. Teori dan Prinsip Bimbingan Konseling	30
4. Perbedaan Konseling Konvensional dengan Pendekatan Konseling Modern atau alternatif	32
5. Teori-Teori Konseling Konvensional	34
B. Konseling Sufistik dan Kecemasan.....	60
1. Pengertian dan Sejarah Konseling Sufistik	60
2. Pengertian Kecemasan	66
3. Relevansi Konseling Sufistik dalam mengatasi Kecemasan	71
4. Efektivitas Bimbingan Konseling Sufistik dalam mengurangi Kecemasan peserta didik	77
5. Hubungan antara Kecemasan dan Kinerja Akademik	79
6. Pembagian Konseling Sufistik dalam mengatasi Kecemasan	80
C. Teori Stres dan Koping (<i>Stress and Coping Theory</i>)	92

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	102
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	103
C. Subjek Penelitian.....	103
D. Prosedur Penelitian	104
E. Data dan Sumber Data.....	105
F. Teknik Pengumpulan Data	105
G. Instrumen Penelitian.....	106
H. Analisis Data dan Indikator Keberhasilan.....	107
I. Indikator Keberhasilan	108

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	109
B. Deskripsi Subjek Penelitian	109
C. Deskripsi Data Hasil Penelitian	110
1. Data Awal.....	110
2. Hasil Siklus I.....	111
D. Pembahasan.....	115
1. Teknik Bimbingan Konseling Konvensional dan Konseling Sufistik yang diterapkan pada peserta didik	115
2. Dampak Konseling Konvensional dan Konseling Sufistik terhadap Pengelolaan Kecemasan Peserta Didik	121
3. Pengaruh Kombinasi Bimbingan Konseling Konvensional dan Konseling Sufistik terhadap Hasil Akademik Peserta didik ...	130
E. Keterbatasan Penelitian	132

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	134
B. Implikasi	135
C. Saran.....	136

DAFTAR PUSTAKA

RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN