

**DAMPAK INTERVENSI SHOLAT DHUHA UNTUK MENGURANGI
KECEMASAN PADA KORBAN BULLYING**
(Studi Kasus di MTs Salafiyah Bode Plumbon Cirebon)

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI)

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam



ANNISA IKA PUTRI

NIM. 2008306076

JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM (BKI)
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYEKH NURJATI CIREBON
TAHUN 1445 H/2024 M

**DAMPAK INTERVENSI SHOLAT DHUHA UNTUK MENGURANGI
KECEMASAN PADA KORBAN BULLYING**
(Studi Kasus di MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon)

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI)
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

ANNISA IKA PUTRI

NIM. 2008306076

JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM (BKI)
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)

SYEKH NURJATI CIREBON

TAHUN 1445 H/2024 M

ABSTRAK

Annisa Ika Putri : Dampak Intervensi Sholat Dhuha untuk Mengurangi Kecemasan pada Korban Bullying (Studi Kasus di MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon)

Bullying sudah menjadi fenomena dilingkungan sekolah. Seperti menghina, mencela, mempermalukan, dan segala bentuk tindakan lainnya yang bertujuan untuk menyakiti seseorang. *Bullying* ialah tindakan negatif yang dapat menumbuhkan masalah kesehatan bagi seseorang yang mengalami kekerasan *bullying*. Salah satu penanganan untuk korban *bullying* yang mengalami masalah kesehatan, salah satunya masalah kecemasan yaitu dengan membiasaan sholat dhuha sebelum KBM dimulai. Dampak dari sholat dhuha yang dilaksanakan memberikan ketenangan dalam diri, sehingga dapat melancarkan proses KBM di sekolah. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul “Dampak Intervensi Sholat dhuha untuk mengurangi kecemasan pada korban *bullying* (Studi Kasus di MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon)”.

Pada penelitian ini bertujuan untuk : (1) untuk mengetahui bentuk *bullying* yang terdapat di MTs Salafiyah Bod, (2) untuk mengetahui kondisi kecemasan siswa MTs Salafiyah yang mengalami *bullying*, (3) untuk mengetahui proses intervensi sholat dhuha untuk mengurangi kecemasan pada korban *bullying*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data ada tiga yaitu wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi. Teknik pengambilan sempel yang di gunakan yaitu reduksi data, penyajian data, kesimpulan. Ketika data telah direduksi, maka dapat memberikan gambaran yang jelas dan memberikan kemudahan untuk peneliti dalam melakukan pengumpulan data.

Berdasarkan hasil penelitian, dampak intervensi sholat dhuha untuk mengurangi kecemasan pada korban *bullying* di MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon. Gambaran bentuk *bullying* di MTs Salafiyah Bode berikut indikatornya *bullying* verbal, *bullying* fisik, *bullying* psikologis. Adapun, Gambaran kondisi kecemasan korban *bullying* di MTs Salafiyah Bode diantaranya kecemasan fisik, kecemasan behavioral, kecemasan kognitif. Selanjutnya, proses intervensi sholat dhuha yaitu syarat melakukan sholat dhuha, pelaksanaan sholat dhuha, doa sesudah sholat dhuha, fasilitas kegiatan sholat dhuha. Dampak intervensi sholat dhuha untuk mengurangi kecemasan pada korban *bullying* hasil dari pelaksanaan sholat dhuha yang dilaksanakan bisa menurunkan kecemasan yang dialami oleh informan, karena dengan melaksanakan sholat dhuha menjadikan hati informan lebih tenang serta dapat berpikir positif, ketika pikiran positif maka akan menambah konsentrasi ketika informan sedang belajar, fisik informan menjadi lebih sehat dan terawat, dan aktivitas informan pun dipermudahkan. Hal ini menunjukan bahwa pelaksanaan sholat dhuha dapat membantu informan dalam mengatasi kecemasan yang dialaminya.

Kata kunci : Sholat Dhuha, Kecemasan, Bullying

ABSTRACT

Annisa Ika Putri : The Impact of Dhuha Prayer Intervention to Reduce Anxiety in Bullying Victims (Case Study at MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon)

Bullying has become a phenomenon in the school environment. Such as insulting, criticizing, embarrassing, and all other forms of action aimed at hurting someone. Bullying is a negative action that can give rise to health problems for someone who experiences bullying violence. One treatment for victims of bullying who experience health problems, one of which is anxiety, is to get into the habit of praying Dhuha before KBM begins. The impact of the Dhuha prayer which is carried out provides inner calm, so that it can facilitate the teaching and learning process at school. Therefore, researchers are interested in conducting this research with the title "The Impact of Duha Prayer Intervention to reduce anxiety in victims of bullying (Case Study at MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon)".

This research aims to: (1) find out the forms of bullying found at MTs Salafiyah Bod, (2) find out the anxiety condition of MTs Salafiyah students who experience bullying, (3) find out the dhuha prayer intervention process to reduce anxiety in victims of bullying. This research uses a qualitative approach with a case study method. There are three data collection techniques, namely in-depth interviews, observation and documentation. The sampling technique used is data reduction, data presentation, conclusions. When the data has been reduced, it can provide a clear picture and make it easier for researchers to collect data.

Based on the research results, the impact of the Dhuha prayer intervention was to reduce anxiety in victims of bullying at MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon. An overview of the forms of bullying at MTs Salafiyah Bode and the following indicators are verbal bullying, physical bullying, psychological bullying. Meanwhile, the description of the anxiety conditions of bullying victims at MTs Salafiyah Bode includes physical anxiety, behavioral anxiety, and cognitive anxiety. Next, the Dhuha prayer intervention process is the requirements for performing Dhuha prayers, carrying out Dhuha prayers, prayers after Dhuha prayers, facilities for Dhuha prayer activities. The impact of the Dhuha prayer intervention to reduce anxiety in victims of bullying. The results of the Dhuha prayer being carried out can reduce the anxiety experienced by the informant, because carrying out the Dhuha prayer makes the informant's heart calmer and able to think positively. When the thoughts are positive it will increase concentration when the informant is study, the informant's physique becomes healthier and more well-maintained, and the informant's activities become easier. This shows that performing Duha prayers can help informants overcome the anxiety they experience.

Keywords: *Duha Prayer, Anxiety, Bullying*

PERNYATAAN OTENSITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**Dampak Intervensi Sholat Dhuha untuk Mengurangi Kecemasan pada Korban Bullying (Studi Kasus di MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon)**" ini beserta seluruh isinya adalah karya saya sendiri, dan tidak melakukan penjiblakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan sanksi atau apapun yang dijatuhkan kepada saya sesuai dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap keilmuan atau ada klaim terhadap keaslian karya yang telah saya buat ini.

Cirebon, 30 Maret 2024

Yang membuat Pernyataan



Annisa Ika Putri
Nim. 2008306076

PERSETUJUAN

**Dampak Intervensi Sholat Dhuha untuk Mengurangi Kecemasan
pada Korban Bullying (Studi Kasus di MTs Salafiyah Bode Plumpon
Cirebon)**

Disusun Oleh :

**ANNISA IKA PUTRI
2008306076**

Menyetujui

Pembimbing I



**Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd.I., M.Psi
NIP. 19800623 200912 2 004**

Pembimbing II



**Eha Julaeha, MA
NIP.197212152 014112 001**

Mengetahui
Ketua Jurusan



**Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I
NIP. 19830705 201101 1 014**

NOTA DINAS

Kepada

Yth. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam

IAIN Syekh Nurjati Cirebon

Di Cirebon

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Setelah melaksanakan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Annisa Ika Putri

Nim : 2008306076

Judul : **Dampak Intervensi Sholat Dhuha untuk Mengurangi Kecemasan pada Korban Bullying (Studi Kasus di MTs Salafiyah Bode Plumpon Cirebon)**

Kami bersepakat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon untuk di Munaqosyahkan.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Pembimbing I



Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd.I., M.Psi
NIP. 19800623 200912 2 004

Pembimbing II

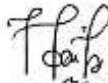


Eha Julaeha, MA
NIP.197212152 014112 001

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul **“DAMPAK INTERVENSI SHOLAT DHUHA UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA KORBAN BULLYING (STUDI KASUS DI MTs SALAFIYAH BODE PLUMBON CIREBON)”** oleh Annisa Ika Putri, Nim : 20083060756, telah dimunaqosyahkan pada Senin, 20 Mei 2024, dihadapan dewan penguji dan dinyatakan **LULUS**.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosyah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	08- 05- 2024	
Sekertaris Jurusan Bambang Setiawan, M.Pd NIP. 19890706 201801 1 002	08- 05- 2024	
Penguji I Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I NIP. 19830705 201101 1 014	08- 05- 2024	
Penguji II Drs. H. Muzaki, M.Ag NIP. 19660720 199903 1 001	08- 05- 2024	
Pembimbing I Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd.I.,M.Psi NIP. 19800623 200912 2 004	08- 05- 2024	
Pembimbing II Eha Julaeha, MA NIP. 19711252 014112 001	08- 05- 2024	

Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam



Dr. Siti Faiziah, M. Hum
NIP. 19650914 199803 2 001

RIWAYAT HIDUP



Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara, dilahirkan dalam keluarga yang sederhana dari pasangan Ibu Ika Irawati dan Bapak Sunendra. Penulis dilahirkan pada hari Selasa tanggal 29 Oktober 2002 di Desa Bodelor Kabupaten Cirebon. Alhamdulillah orang tua memberikan nama kepada penulis Annisa Ika Putri.

Adapun riwayat pendidikan yang pernah ditempuh oleh penulis, diantaranya :

1. SDN 1 Bodelor (2008-2014)
2. MTs Salafiyah Bode (2014-2018)
3. MAN 1 Cirebon (2018-2020)
4. Melanjutkan Studi di IAIN Syekh Nurjati Cirebon Jurusan Bimbingan Konseling Islam (2020-2024)

Riwayat Organisasi Penulis :

1. Pramuka di MTs Salafiyah Bode (2014)
2. PMII IAIN Syekh Nurjati Cirebon (2020)

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapatkan (pahala) dari (kebaikan) yang dikerjakan dan mendapat (siksa) dari (kejahanatan) yang diperbuatnya.”
(Qs. Al-baqarah : 286)

“Teruslah berjalan dan berproses tidak perlu melihat pencapaian orang lain, Percayalah dengan diri sendiri dan yakinlah semua akan bersinar di waktu yang tepat.”



PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah Yang Maha Kuasa karena telah memberikan rahmat, hidayah serta karunia-Nya berupa kesehatan, kesempatan, dan kesadaran kepada hamba sehingga bisa terus berusaha untuk menjadi diri yang lebih baik. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad shollallahu'alaihi wa sallam, karena berkat beliaulah sehingga saya bisa merasakan keindahan dalam mencari ilmu. Peneliti memberikan persembahan karya penelitian ini kepada orang-orang yang sangat berarti dan istimewa yaitu :

1. Kedua orang tua saya, Bapak Sunendra dan Ibu Ika Irawati, terimakasih selalu memberikan dukungan, doa yang tidak pernah putus untuk anaknya, serta materi dan motivasi yang baik untuk penulis hingga bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Untuk Adiku Sriwahyuni Terimakasih telah mendoakan serta menjadi penyemangat untuk kakakmu.
3. Untuk keluarga besarku (Ibu Suyati, Yunita, Wawan Kuswanto, Asep Udinna, Watini, Alif Hardiansyah, Wira Yudha Al Faridzi, Wita Rahmawati) Terimakasih atas doa dan dukungannya untuk cucu, ponakan pertama, serta sepupumu ini.
4. Teruntuk Abdul Azis yang selalu menemani walaupun dari kejauhan, selalu menjadi support system dan terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan saya hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Dosen pembimbing skripsi Ibu Eha Julaeha sekaligus Dosen Pembimbing Akademik, dan Ibu Naeila Rifatil Muna, terimakasih atas bimbingan, arahan, motivasi dan terimakasih telah membantu dengan kesabaran dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. Kepada para guru tercinta dari masa sekolah dasar sampai kuliah Terimakasih telah memberikan penulis banyak sekali ilmu yang mudah mudahan dapat bermanfaat untuk penulis dan orang sekitar di masa yang akan datang.
7. Bapak dan Ibu Dosen serta staf jurusan Bimbingan Konseling Islam terimakasih atas perhatian, bimbingan, kasih sayang dan ilmu yang diberikan

selama penulis menjadi mahasiswa di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

8. Sahabat dekat serta sahabat seperjuangan semasa kuliahku Khilwa, Fitri, Nina, Vira dan erul, terimakasih sudah menjadi tempat bertukar cerita, penyemangat, motivasi untuk penulis.
9. Teman teman seperjuangan BKI-C Angkatan (2020) yang biasa di katakan sebagai angkatan covid-19 Terimakasih telah memberikan banyak cerita di masa bangku kuliah.
10. Teruntuk titi, terimakasih sudah membantu, men-support, mendoakan, serta menjadi pendengar keluh kesah semasa saya mengerjakan skripsi ini.
11. Terimakasih kepada informan siswi MTs Salafiyah serta Guru BK yang sudah membantu penulis untuk menyelesaian penelitian ini.
12. Terakhir, terimakasih kepada diri sendiri yang sudah hebat dan bisa tetap berdiri tegap menghadapi semua lika-liku, walaupun sering kali merasa bosan dan ingin berhenti, kamu keren dan hebat Annisa.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Dampak Intervensi Sholat Dhuha untuk Mengurangi Kecemasan pada Korban Bullying (Studi Kasus di MTs Salafiyah Bode Plumbon Cirebon)”**. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Rasulullah Nabi Muhammad SAW, kepadakeluarga, para sahabat dan kepada kita selaku umatnya hingga akhir zaman.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Penulis menyampaikan terimakasih banyak atas bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih setulus-tulusnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M.Ag selaku Rektor IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
2. Ibu Dr. Siti Fatimah, M. Hum selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
3. Bapak Dr. Jaja Suteja, M.Pd.I selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Syekh Nurjadi Cirebon.
4. Bapak Bambang Setiawan, M.Pd selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) IAIN Syekh Nurjati Cirebon.
5. Ibu Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd.I.,M.Psi selaku Dosen Pembimbing Skripsi I.
6. Ibu Eha Julaeha, MA selaku Dosen Pembimbing Skripsi II.
7. Seluruh dosen Jurusan Bimbingan Konseling Islam IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

8. Staf Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam dan Staf Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Ibu Tiwi.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, baik dari isi maupun cara penyampaiannya. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala saran dan kritik yang membangun guna melengkapi dan memperbaiki kesalahan yang ada pada skripsi ini, akhir kata, dengan segala kerendahan hati, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya bagi penulis sendiri.

Cirebon, 30 Maret 2024

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	1
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN OTENSITAS SKRIPSI	iv
PERSETUJUAN	v
NOTA DINAS	vi
PENGESAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
MOTTO.....	ix
PERSEMBAHAN.....	x
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat/Kegunaan Penelitian.....	8
E. Landasan Teori	9
F. Signifikasi Penelitian	18
G. Penelitian Terdahulu.....	19
H. Sistematika Penelitian.....	21
BAB II LANDASAN TEORI	22
A. Kecemasan	22
1. Pengertian Kecemasan	22
2. Macam Macam Kecemasan	23
3. Penanganan Gangguan Kecemasan.....	24

4. Indikator Kecemasan.....	25
5. Cara Mengatasi Kecemasan	26
B. Bullying	26
1. Pengertian Bullying.....	26
2. Bentuk-Bentuk Bullying	27
3. Dampak Bullying.....	28
4. Upaya Mencegah Perilaku Bullying	28
5. Penyebab Bullying	29
C. Remaja.....	29
D. Shalat.....	31
BAB III PROFIL LEMBAGA	40
A. Profil MTs Salafiyah Bode	40
1. Data Siswa	43
2. Data Ruang.....	43
3. Data Guru dan Karyawan.....	44
4. Data Sarana dan Prasarana	46
5. Keadaan Kegiatan Belajar Mengajar	46
B. Metode Penelitian	51
1. Metode dan pendekatan penelitian.....	51
2. Tempat dan Waktu Penelitian	52
3. Penentuan Sumber Informasi/Informan.....	52
4. Unit Analisis	53
5. Teknik Pengumpulan Data.....	53
6. Teknik Analisis Data.....	56
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	58
A. Data Informan.....	58
B. Gambaran Bentuk <i>Bullying</i> yang terdapat di MTs Salafiyah Bode.....	59
C. Gambaran Kondisi Kecemasan Korban <i>Bullying</i> di MTs Salafiyah Bode.....	65
BAB V KESIMPULAN	87
A. Kesimpulan.....	87

B. Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA	91
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	93



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Data Siswa MTs Salafiyah Bode	43
Tabel 3. 2 Tabel Ruang Sekolah	43
Tabel 3. 3 Data Guru dan Karyawan	44
Tabel 3. 4 Waktu Kegiatan Pendidikan di MTs Salafiyah Bode	48
Tabel 3. 5 Kegiatan Ekstrakulikuler di MTS Salafiyah Bode	49
Tabel 3. 6 Tabel Pretasi	50



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara.....	93
Lampiran 2 Dokumentasi Penelitian.....	128
Lampiran 3 Surat Keterangan Melakukan Penelitian.....	129

