

**PENGARUH TEKNIK *THOUGHT* STOPPING DALAM
KONSELING KELOMPOK TERHADAP
KECEMASAN SANTRI TAHFIDZ DI PONDOK
PESANTREN DUKUH KAUMAN DESA
NGEMBALREJO KUDUS**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana (S1)
dalam Bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan
Islam (BKPI)**

Oleh:

**Shofiatun Annisa
NIM 1911010062**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS TARBIYAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
PENDIDIKAN ISLAM
TAHUN 2023**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS TARBIYAH

Jalan Conge Ngembalrejo Kotak Pos 51 Kudus 59322 Telepon (0291) 438818 Faksimile 441613
Email : akademik@iainkudus.ac.id; Website : www.iainkudus.ac.id



PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Laporan Skripsi saudara :

Nama : SHOFIATUN ANNISA
NIM : 1911010062
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul : Pengaruh Teknik Thought Stopping dalam Konseling Kelompok untuk mengurangi kecemasan pada santri tahfidz di pondok pesantren Dukuh Kauman Desa Ngembalrejo Kudus

benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak 01 November 2022 sampai dengan 03 Mei 2023 dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqasyah.

Kudus, 08 Maret 2023



Khilman Rofi' Azmi, M.Pd.
NIP. 199304242018011001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS TARBİYAH**

Alamat: Jalan Conge Ngembalrejo Bae Kotak Pos 51 Kudus 59322
Telp. (0291) 432677 Fax. 441613, 438818 email:
fakultas.tarbiyah@iainkudus.ac.id, tarbiyahiainkudus@gmail.com,
website: www.iainkudus.ac.id

PENGESAHAN MUMAQOSYAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi
saudari:
Nama : Shofiatun Annisa
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul : Pengaruh Teknik *Thought Stopping* dalam Konseling
Kelompok Terhadap Kecemasan Santri Tahfidz Di
Pondok Pesantren Dukuh Kauman

Telah diujikan pada tanggal 30 Mei 2023 dan dinyatakan lulus
dalam ujian Majelis Munaqosyah Skripsi sehingga dapat dilakukan
Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<u>Dr. M. Nur Ghuffron, S.Ag., M.Si</u> NIP. 197811012005011002 Ketua/ Penguji I	09/06/2023	
<u>Hj. Farida, M.Si</u> NIP. 197901072003122001 Penguji II	09/06/2023	
<u>Arina Fithriyana, M.Pd., Kons.</u> NIP. 198806072019032012 Sekretaris/ Penguji III	09/06/2023	
<u>Khilman Rofi Azmi</u> NIP. 199304242018011001 Dosen Pembimbing	20/06/2023	
<u>Dr. M. Nur Ghuffron, S.Ag., M.Si</u> NIP. 197811012005011002 Dekan Fakultas Tarbiyah	09/06/2023	



PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggungjawab, saya **Shofiatun Annisa NIM 1911010062** menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skrip ini:

1. Seluruhnya merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun; dan
2. Tidak berisi material yang pernah ditulis orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang digunakan rujukan dalam penulisan skripsi ini.

Saya bersedia menerima sanksi apabila dikemudian hari ditemukan ketidak benaran pernyataan saya ini.

Kudus, 05 Mei 2023

Yang menyatakan



Shofiatun Annisa

NIM. 191101062

MOTTO

ادفن وجودك في أرض الخمول فما مما لم يدفن لا يتم نتاجه

“Tanamlah dirimu pada bumi kerendahan, karena sesuatu yang tumbuh tanpa ditanam hasilnya tidak akan sempurna.”¹



¹ Muhammad Said Ramadhan Al-Buthi, *Al-Hikam Al-'Athoiyyah* (Damaskus: Dar El-Fikr, 2003), 149.

PERSEMBAHAN

Teruntuk ayah, ibu beserta keluarga.



PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Konsonan Tunggal						Vokal	
ب	B/b	ش	Sy/sy	ل	L/l	ا	tanpa tanda
ت	T/t	ص	S{/s}	م	M/m	و	A/a
ث	S {/s	ض	D{/d}	ن	MN/n	ي	I/i
ج	J/j	ط	T{/t}	و	W/w	و	U/u
ح	H/h	ظ	Z{/z}	هـ	H/h	Ma>dd	
خ	KH/kh	ع	A'/a'	ء akhir	A'/a'	بَا	Ba>
د	D/d	ع	A'/a'	ء awal	A/a	بِي	Bi>
ذ	Z /z	غ	G/g	ي	Y/y	بُو	Bu>
ر	R/r	ف	F/f	Tasydi >d		Ya>'nisb ah	
ز	Z/z	ق	Q/q	أَبْ	abb	فَلَكِي	falaki y
س	S/s	ك	K/k	رَبْ	rabb	عَالِي	a>la miy
Ain/Hamzah di Belakang		Ain/Hamzah di Waqf		اَلْ		Vokal Rangkap	
قَرَع	qara'a	الْقُرُوع	al-furu>'	القَمَر	al-qamar	عَبْرِي	gairi>
قَرَأ	qara'a	القَاء ضَاء	al-qad}a >'	السَّمْس	al-syams	شَيْعِي	Syai'un
Kata Majemuk dirangkai			Kata Majemuk dipisah			Ta>' Marbu>t{ah	
جَمَلِ الدِّيْنِ	Jama>ludd i>n	جَمَلِ الدِّيْنِ		Jama>ludd i>n	سَاعَةٌ	sa>'a h	

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Saw., yang merajai alam semesta dan berkuasa atas segala sesuatu. Limpahan Kasih sayang, petunjuk serta pertolongan-Nya menjadikan penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Teknik *Thought Stopping* dalam Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Santri Tahfidz Di Pondok Pesantren Dukuh Kauman Desa Ngembalrejo Kudus.”

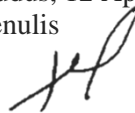
Penulis menyelesaikan penelitian ini tidak terlepas dari dukungan beberapa pihak, dengan demikian penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Abdurrohman Kasdi, Lc., Msi selaku Rektor IAIN Kudus.
2. Bapak Dr. M. Nur Ghufron, S.Ag.,M.Si selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Kudus.
3. Bapak Khilman Rofi Azmi, M.Pd selaku Dosen Pembimbing.
4. Ayah, ibu beserta keluarga yang tiada henti mendo'akan kelancaran penulis dalam menempuh pendidikan.
5. Abah Alfa Syahriar, Lc., M.Sy beserta istri selaku orang tua kedua yang senantiasa membersamai saya menapaki luasnya samudera keilmuan.
6. Keluarga besar Pondok Pesantren Darun Najah yang telah menyediakan lingkungan terbaik selama menempuh pendidikan.

Setiap perlakuan mendapat ganjaran dan setiap kebaikan akan selalu diingat penerimanya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca meskipun berjarak jauh dari kesempurnaan.

Kudus, 12 April 2023

Penulis



Shofiatun Annisa

NIM. 191101062