

**EFEKTIVITAS TERAPI SHALAT DHUHA
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN KARIR
PESERTA DIDIK KELAS XII DI MAN 1 KUDUS**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Penyelesaian Tugas Akhir
dalam Bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
(BKPI)**

Oleh:

**INDRIYANNI
NIM 1911010080**

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



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS TARBİYAH

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 : INDRIYANNI
NIM : 1911010080
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul : Efektivitas Terapi Shalat Dhuha untuk Mengurangi Kecemasan Karir Peserta Didik Kelas XII di MAN 1 Kudus

benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak 26 Januari 2023 sampai dengan 08 Mei 2023 dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqosyah.

Kudus, 10 Mei 2023



Hj. Farida Ulyani, M.Pd.
NIP. 197911192012042016



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS TARBİYAH**

Jl. Conge Ngembalrejo PO Box 51, Kudus 59322, Telp (0291) 432677

PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama/NIM : Indriyani/1911010080
 Fakultas/Prodi : Tarbiyah/Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
 Judul : **Efektivitas Terapi Shalat Dhuha untuk Mengurangi Kecemasan Karir Peserta Didik Kelas XII di MAN 1 Kudus**

Telah diujikan pada **12 Juni 2023** dan dinyatakan **Lulus** dalam Ujian Majelis Munaqosyah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<u>Ismanto, S.Si., M.Pd.</u> NIP. 197405021999031005 Ketua/Penguji I	23/06 2023	
<u>Dr. Fatma Laili Khoirun Nida, S.Ag., M.Si.</u> NIP. 197701252009122001 Penguji II	19/06 2023	
<u>Inayatul Khafidhoh, M.Pd</u> NIP. 199003292019032000 Sekretaris Sidang	23/06 2023	
<u>Hj. Farida Ulyani, M.Pd.</u> NIP. 1997911192012042016 Dosen Pembimbing	23/06	
<u>Dr. M. Nur Ghufron, S.Ag., M.Si.</u> NIP. 197811012005011002 Dekan Fakultas Tarbiyah		



PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan Penuh Kejujuran dan tanggungjawab, saya **Indriyanni NIM. 1911010080** menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini:

1. Seluruh 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 dijadikan rujukan dalam penulisan skripsi ini.

Saya bersedia menerima sanksi apabila di kemudian hari ditemukan ketidakbenaran pernyataan saya ini.

Kudus, 11 Mei 2023

Yang Menyatakan,



Indriyanni

NIM. 1911010080

MOTTO

“Allah merahasiakan masa depan untuk menguji kita agar berprasangka baik, berusaha yang terbaik, dan selalu berdoa yang terbaik”

–Habib Hasan Ja’far Assegaf



PERSEMBAHAN

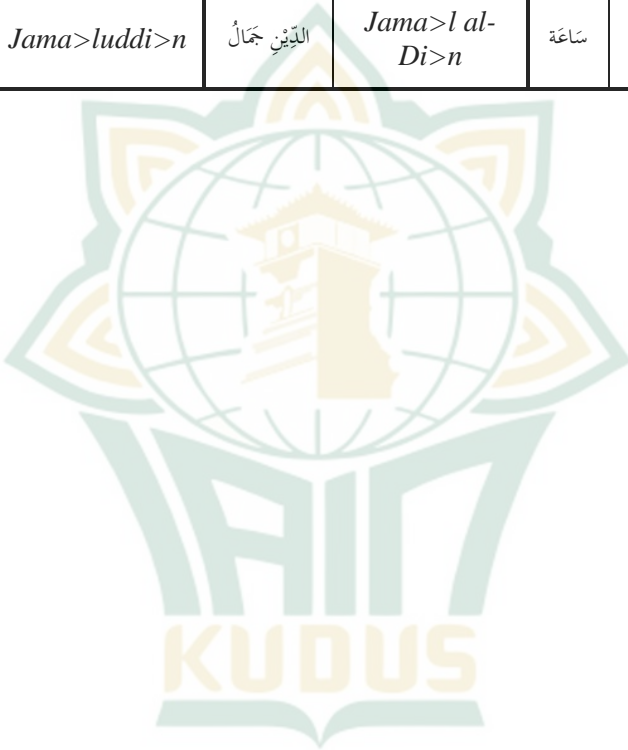
Seraya memohon ridha Allah SWT dan syafa'at Rasulullah SAW dengan tulus dan ikhlas, dengan penuh rasa terima kasih Saya persembahkan skripsi ini kepada:

1. Bapak Kistoyo (Alm) dan Ibu Ayom Pratiwi serta Adikku Indri Hari Yonno dan keluarga tercinta yang selalu mencurahkan do'a, kasih sayang, dukungan, serta perhatiannya yang tulus, ikhlas sehingga saya dapat menyelesaikan pendidikan hingga jenjang Strata-1
2. Bapak dan Ibu Dosen, serta Civitas Akademika IAIN Kudus yang telah memberikan ilmu, terkhusus kepada dosen pembimbing Ibu Hj. Farida Ulyani, M.Pd atas bimbingan, waktu, tenaga, serta motivasi hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik
3. Pengasuh Ma'had Al-Jami'ah IAIN Kudus Ustadz Dr. H. Saiful Mujab, M.Si, dan seluruh keluarga besar Ma'had Al-Jami'ah IAIN Kudus serta pengurus Musyrif-Musyrifah
4. Pengasuh Pondok Pesantren Al-Ishlah Kediri KH. Zubaduzzaman Thoha, serta Bapak dan Ibu Guru saya dimanapun berada yang telah memberikan ilmu kepada Saya hingga Saya dapat menyelesaikan pendidikan jenjang S-1
5. Kepala MAN 1 Kudus yang telah memberikan izin penelitian dan seluruh keluarga besar MAN 1 Kudus terkhusus Ibu Budi Santi, S.Ag, M.Pd selaku Guru BK yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi
6. Sahabatku Diana Fitriani yang senantiasa kebersamai kapanpun, dimanapun, dan dalam kondisi apapun
7. Keluarga besar BKPI B IAIN Kudus angkatan 2019 yang telah kebersamai
8. Keluarga besar Mahasiswa KIP-K angkatan 2020 yang telah memberikan dukungan, pengalaman dan banyak pembelajaran berharga
9. Pocky dan Bolu yang telah setia menemani, mewarnai hari-hari penulis, dan memberikan kebahagiaan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut serta memberikan bantuan dan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Konsonan Tunggal						Vokal	
ب	<i>B/b</i>	ش	<i>Sy/sy</i>	ل	<i>L/l</i>	ا	Tanpa tanda
ت	<i>T/t</i>	ص	<i>S{/s}</i>	م	<i>M/m</i>	اَ..وْ..	<i>A/a</i>
ث	<i>S/Vs\</i>	ض	<i>D{/d}</i>	ن	<i>N/n</i>	اِ..وِ..	<i>I/i</i>
ج	<i>J/j</i>	ط	<i>T{/t}</i>	و	<i>W/w</i>	اُ..وُ..	<i>U/u</i>
ح	<i>H}/h}</i>	ظ	<i>Z{/z}</i>	هـ	<i>H/h</i>	<i>Ma>dd</i>	
خ	<i>KH/kh</i>	ع awal	<i>'A/'a</i>	ء akhir	<i>A/'a'</i>	با	<i>Ba></i>
د	<i>D/d</i>	ع akhir	<i>A/'a'</i>	ء awal	<i>A/a</i>	بي	<i>Bi></i>
ذ	<i>Z{/z\}</i>	غ	<i>G/g</i>	ي	<i>Y/y</i>	بو	<i>Bu></i>
ر	<i>R/r</i>	ف	<i>F/f</i>	<i>Tasydi>d</i>		<i>Ya>' nisbah</i>	
ز	<i>Z/z</i>	ق	<i>Q/q</i>	أب	<i>abb</i>	فَلَکِيّ	<i>falakiy</i>
س	<i>S/s</i>	ك	<i>K/k</i>	رَبّ	<i>rabb</i>	عَالَمِيّ	<i>'a>lamiy</i>
<i>'Ain/Hamzah di Belakang</i>		<i>'Ain/Hamzah di-waqf</i>		أل		Vokal Rangkap	

قَرَعَ	<i>qara'a</i>	الْفُرُوعُ	<i>al-furu></i>	القَمَرُ	<i>al-qamar</i>	غَيْرِي	<i>ghairi</i>
قَرَأَ	<i>qara'a</i>	الْقَضَاءُ	<i>Al-qad}a></i>	الشَّمْسُ	<i>al-syams</i>	شَيْءٌ	<i>Syai'un</i>
Kata Majemuk dirangkai			Kata Majemuk dipisah			<i>Ta>' Marbu>t}ah</i>	
جَمَالُ الدِّينِ	<i>Jama>luddi>n</i>	الدِّينِ جَمَالُ	<i>Jama>l al-Di>n</i>	سَاعَةٌ		<i>sa>'ah</i>	



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr.Wb

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat, taufiq serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Efektivitas Terapi Shalat Dhuha untuk Mengurangi Kecemasan Karir Peserta Didik Kelas XII di MAN 1 Kudus”** dalam rangka memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah IAIN Kudus.

Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada Baginda Nabi Agung Muhammad SAW beserta keluarga, para sahabat dan pengikutnya yang senantiasa setia atas jasa dan perjuangan besar beliau, sehingga peneliti dapat menikmati percikan cahaya pengetahuan keislaman dan penulis nanti-nantikan syafaatnya di hari kiamat kelak.

Skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa adanya bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis ingin menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Abdurrohman Kasdi, Lc., M.Si selaku Kepala Rektor IAIN Kudus yang telah memberikan izin penelitian sehingga skripsi ini dapat terselesaikan
2. Dr. M. Ghufron, S.Ag., M.Si selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Kudus yang telah memberikan bimbingan dan persetujuan penulisan skripsi
3. Khilman Rofi' Azmi, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam IAIN Kudus sekaligus validator ahli yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan saran serta masukan untuk angket yang peneliti gunakan
4. Hj. Farida Ulyani, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membimbing, mengarahkan, membantu dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini
5. David Ari Setiawan, M.Pd selaku validator ahli yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan saran serta masukan untuk angket yang peneliti gunakan
6. Seluruh Dosen dan Staff Civitas Akademik IAIN Kudus yang telah memberikan ilmu dan motivasi belajar sampai penyelesaian studi
7. Ustadz Dr. H. Saiful Mujab selaku Pengasuh Ma'had Al-Jami'ah IAIN Kudus dan seluruh keluarga besar Ma'had Al-Jami'ah IAIN Kudus terkhusus Musyrif-Musyrifah yang telah membersamai dan memberikan pengalaman serta pembelajaran penuh makna

8. Kepala MAN 1 Kudus yang telah memberikan izin dan Ibu Budi Santi, S.Ag., M.Pd selaku Guru BK MAN 1 Kudus yang telah membimbing dan mengarahkan
 9. Bapak Kistoyo (Alm) dan Ibu Ayom Pratiwi serta Adikku Indri Hari Yonno yang tak pernah kenal lelah memberikan doa, semangat dan kasih sayang tulus sehingga peneliti dapat menyelesaikan pendidikan hingga jenjang Strata-1 ini
 10. Teman-teman BKPI B angkatan 2019 yang telah kebersamai dan memberikan dukungan
 11. Keluarga besar mahasiswa KIP-K angkatan 2020 yang telah memberikan dukungan dan pembejalaran berharga
 12. Kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu
- Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak lepas dari keterbatasan dan kekurangan, untuk itu penulis menerima saran maupun kritik sebagai perbaikan dalam penyusunan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat diambil manfaat dan kebaikannya. Aaamiin.
Wassalamualaikum, Wr.Wb

Kudus, 2 Mei 2023
Hormat Saya,

Indriyanni
NIM. 1911010080