

**GAMBARAN KHATIR PADA MAHASISWA IAIN  
KUDUS YANG MENGALAMI STRES AKADEMIK**



**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana (S1)  
Dalam Bidang Tasawuf Psikoterapi (TP)

Oleh:

**Abi Syaiful Haq**  
**NIM: 1730310024**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS**  
**FAKULTAS USHULUDDIN**  
**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI**  
**TAHUN 2021**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN**

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

---

---

**PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI**

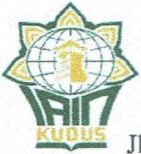
Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Abi Syaiful Haq  
Nim : 1730310024  
Fakultas : Ushuluddin  
Program Studi : Tasawuf Psikoterapi  
Judul : Gambaran Khatir Pada Mahasiswa Iain Kudus Yang Mengalami Stres Akademik

Benar-benar telah melalui proses bimbingan dengan pembimbing sejak 3 Maret 2021 sampai dengan 11 Mei 2021 dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqosyah.

**Kudus, 11 Mei 2021**  
**Pembimbing**

  
**Erina Rahmajati, M.Psi**  
NIP. 198903162019032011



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
 INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS  
 FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS ISLAM  
 FAKULTAS USHULUDDIN**

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

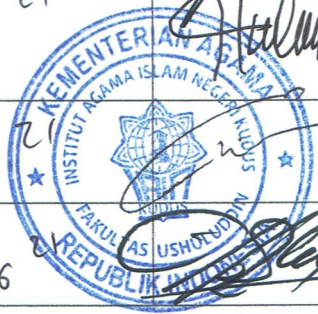
**PENGESAHAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi Saudara:

Nama/NIM : **Abi Syaiful Haq 1730310024**  
 Fakultas/Prodi : **Ushuluddin/Tasawuf Psikoterapi**  
 Judul : **Gambaran Khatir Pada Mahasiswa Iain Kudus Yang Mengalami Stres Akademik**

Telah diujikan pada **24 Mei 2021** dan dinyatakan **LULUS** dalam Ujian Majelis Munaqosyah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
Penguji I/ Ketua Sidang <b><u>Dr. H. Mundakir, M.Ag</u></b> NIP. 195810101985031004	02 / 06 21	
Penguji II/ Utama <b><u>Irzum Farihah, S.Ag., M.Si</u></b> NIP. 197601292007012019	02 / 06 21	
Penguji III/ Sekertaris Sidang <b><u>Muhamad Hasan Asyadily, M.Ud</u></b> NIP. 198807092019031006	02 / 06 21	
Dosen Pembimbing <b><u>Erina Rahmajati, M.Psi</u></b> NIP. 198903162019032011	04 / 06 21	
Dekan Fakultas Ushuluddin <b><u>Dr. H. Masrukhin, S.Ag., M.Pd</u></b> NIP. 197203232000031001	02 / 06 21	



## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, saya **Abi Syaiful Haq, NIM 1730310024** Fakultas Ushuluddin Program Studi Tasawuf Psikoterapi menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

Skripsi saya dengan judul **“GAMBARAN KHATIR PADA MAHASISWA IAIN KUDUS YANG MENGALAMI STRES AKADEMIK”**

1. Seluruhnya merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun.
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, 10 Mei 2021

Yang Menyatakan,



Abi Syaiful Haq  
NIM 1730310024

MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
 قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ﴿١﴾ مَلِكِ النَّاسِ ﴿٢﴾ إِلَهِ النَّاسِ ﴿٣﴾ مِنْ شَرِّ  
 الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ﴿٤﴾ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿٥﴾ مِنْ  
 الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴿٦﴾

Artinya:

1. "Katakanlah aku berlindung ke-pada Tuhannya manusia,
2. Raja manusia, 3. Sesembahan manusia, 4. Dari kejahatan (bisikan) setan yang bersembunyi, 5. Yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia, 6. Dari (golongan) jin dan manusia".<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Alquran, An-nas 1-6, "Al-Quran dan Terjemah" (Jakarta, Departemen Agama RI, 2014): 604

## PERSEMBAHAN

Tugas akhir ini dengan bangga saya persembahkan kepada:  
Keluarga tercinta  
Teman-teman  
Institut Agama Islam Negeri Kudus  
Terimakasih atas cinta, pengorbanan, dukungan dan doa.



## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

### PEDOMAN TRANSLITERASI

Berikut adalah pedoman transliterasi yang digunakan oleh penulis sebagaimana Surat Keputusan Bersama (SKB) Departemen Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia tertanggal 10 September 1987 nomor: 158/1987 dan nomor: 0543 b/U/1987:

#### 1. Konsonan Tunggal

No.	Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
1.	ا	Alif	A	A
2.	ب	Ba'	B	Be
3.	ت	Ta'	T	Te
4.	ث	Ŝa	Ŝ	Es dengan titik di atas
5.	ج	Jim	J	Je
6.	ح	Ĥa	Ĥ	Ha dengan titik di bawah
7.	خ	Kha'	Kh	Ka dan ha
8.	د	Dal	D	De
9.	ذ	zal	Ẓ	Zet dengan titik di atas
10.	ر	Ra'	R	Er
11.	ز	Za	Z	Zet
12.	س	Sin	S	Es
13.	ش	Syin	Sy	Esdan ye
14.	ص	Ŝad	Ŝ	Es dengan titik di bawah
15.	ض	Ḍad	Ḍ	De dengan titik di bawah
16.	ط	Ta	Ṭ	Te dengan titik di bawah
17.	ظ	Za	Ẓ	Zet dengan titik di bawah
18.	ع	'Ain	'	Koma terbalik di atas
19.	غ	Gain	G	Ge
20.	ف	Fa	F	Ef
21.	ق	Qaf	Q	Qi
22.	ك	Kaf	K	Ka
23.	ل	Lam	L	El
24.	م	Mim	M	Em
25.	ن	Nun	N	En
26.	و	Wawu	W	We
27.	ه	Ha	H	Ha
28.	ء	Hamzah	'	Apostrof
29.	ي	Ya	Y	Ye

**2. Vokalpendek**

◌ (Fathah) : a

◌ (Kasroh) : i

◌ (Dommah) : u

Contoh :

**3. Vokal Panjang**

◌◌ (Fathah + Alif) : ā

Contoh : حسنى ditulis *husnā*

◌◌ (Kasroh + Ya') : ī

Contoh : رَحِيمٌ ditulis *rahīm*

◌◌ (Dommah + Wawu) : ū

Contoh : رُؤُوفٌ ditulis *raūf*

**4. Vokal Rangkap**

Vokal rangkap ditulis dengan menggunakan huruf ,ai' dan ,au'.

Contoh: بين ditulis *baina*, bukan *bayna*

قول ditulis *qaul*, bukan *qawl*

**5. Konsonan Rangkap**

Konsonan rangkap (tasydīd) ditulis dengan menggunakan huruf dobel

Contoh: جَبَّارٌ ditulis *Jabbār*

**6. Kata yang ada alif lam nya penulisannya dipisah meskipun pembacaannya langsung.**

Contoh: مالك الملك ditulis *mālik al mulk*, bukan *mālikul mulki*

**7. Bacaan Al Syamsiyyah tetap ditulis sebagaimana Al Qomariyyah.**

Contoh: الرزاق ditulis *al-razāq* bukan *arrazāq*

**8. Iḍāfah**

Setiap susunan *Iḍāfah* penulis menggunakan ejaan penulisan bukan ejaan pembacaan.

Contoh: ذو الجلال ditulis *Ẓū al-Jalāl* bukan *Ẓul Jalāl*

Kecuali bila berupa nama, maka langsung ditulis sesuai bacaan.

Contoh: عبدالله ditulis *Abdullāh*, bukan *Abd Allāh*



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Syukur alhamdulillah selalu kami panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah senantiasa melimpahkan rahmat, nikmat, hidayah, serta inayah-Nya, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan hingga tersusun menjadi sebuah skripsi yang berjudul “GAMBARAN KHATIR PADA MAHASISWA IAIN KUDUS YANG MENGALAMI STRES AKADEMIK”.

Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Rasulullah SAW yang telah membawa nilai-nilai keindahan, yang diutus Alla SWT ke dunia ini untuk menyempurnakan akhlak manusia, sehingga menjadikan agama islam sebagai agama yang rahmatan lil alamin (ramahat bagi seluruh alam).

Penyusunan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana agama Fakultas Ushuluddin Program Studi Tasawuf Psikoterapi di Institut Agama Islam Negeri Kudus, penulis menyadari bahwa tanpa adanya bantuan dari beberapa pihak, penulisan skripsi ini tidak akan terwujud. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih dengan tulus kepada:

1. Dr. H Mudzakir M.Ag selaku rektor Institut Agama Islam Negeri Kudus
2. Dr, H. Masrukhin, S.Ag.,M.Pd selaku Dekan fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Kudus
3. Salmah Fa’atin, M.Ag selaku Kaprodi Tasawuf Psikoterapi Institut Agama Islam Negeri Kudus
4. Dr. Supaat, M.Pd selaku dosen pembimbing proposal, Institut Agama Islam Negeri Kudus
5. Ibu Erina Rahmajati, M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi, Institut Agama Islam Negeri Kudus.
6. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang telah dengan tulus ikhlas memberikan doa dan dukungan hingga dapat terselesaikannya skripsi ini.

Teriring doa semoga hasil karya ini dapat terus memberikan manfaat sehingga jasa dan amal baik telah diberikan kepada penulis

dalam menyelesaikan skripsi ini akan tetap mengalir pahala sebagai amal saleh bagi kita semua. Amiin

Kudus, 10 Mei 2021

Yang Menyatakan,



Abi Syaiful Haq  
NIM 1730310024

