

**DINAMIKA KOPING RELIGIUS DALAM MENGATASI STRESS
PADA EX-PEMABUK PERSPEKTIF TASAWUF DI PONDOK
PESANTREN ISTIGHFAR SEMARANG**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Penyelesaian Tugas
Akhir dalam Bidang Tasawuf Psikoterapi (TP)**

Oleh:

**Ilham Faisabrun Zjamiil
NIM 1730310020**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN
PROGRAM STUDI TASAWUF PSIKOTERAPI
TAHUN 2022**



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

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 : Ilham Faisabrun Zjamiil
NIM : 1730310020
Fakultas : Ushuludin
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul : Dinamika Koping Religius Dalam Mengatasi
Stress Pada Ex-Pemabuk Perspektif Tasawuf

benar-benar telah melalui proses pembimbingan sejak 7 November 2020 sampai dengan 27 November 2021 dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses selanjutnya.

Kudus, 27 November 2021
Dosen Pembimbing

Rinova Cahyandari S, Psi, M, Psi
NIP. 198811012019032012



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN

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

PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Ilham Faisabrun Zjamiil
NIM : 1730310020
Fakultas/Prodi : Ushuluddin/Tasawuf Psikoterapi
Judul : Dinamika Koping Religius Dalam Mengatasi Stress Pada Ex-Pemabuk Perspektif Tasawuf Di Pondok Pesantren Istighfar Semarang.

telah diujikan pada hari Kamis tanggal 6 Januari 2022 dan dinyatakan **LULUS** dalam Ujian Majelis Munaqosyah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
Dr. Ma'mun Mu'min, M.Ag., M.Si., M.Hum. NIP. 196805251998031001 Ketua/Penguji I	03-02-2022	
Salmah Fa'atin, M.Ag. NIP.198001082015032002 Penguji II	03-02-2022	
Atika Ulfa Adlina, M.S.I NIP. 198801212019032009 Sekretaris/Penguji III	03-02-2022	
Rinova Cahyandari, M.Psi NIP. 198811012019032012 Dosen Pembimbing	03-02-2022	
Dr. H. Masrukhin, S.Ag., M.Pd. NIP. 197203232000031001 Dekan Fakultas Tarbiyah	23-02-2022	

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, saya **Ilham Faisabrun Zjamiil NIM. 1730310020** menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini:

1. Seluruhnya merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun; dan
- 2.
3. 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, 27 November 2021

Yang Menyatakan,



Ilham Faisabrun Zjamiil
NIM. 1730310020

MOTTO

وَ أَحْسِنُ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ

“Dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu.” (al-Qashas ayat 77)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah dengan penuh rasa syukur kepada-Nya, hasil Karya ini penulis persembahkan untuk:

1. Allah SWT. Sembah sujud serta syukur kepada Allah SWT, atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Kedua orang tuaku tercinta Bapak Min Fadlih dan Ibu Thoriqul Jannah yang senantiasa mencurahkan dukungan dan motivasi dengan sepenuh hati beserta do'a yang selalu mereka panjatkan demi terselesainya tugas akhir kuliah ini.
3. Keluarga besar yang selalu menemaniku, memberikan semangat dan motivasi serta senantiasa mendo'akanku untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Rinova Cahyandari S, Psi, M. Psi selaku dosen pembimbingku yang senantiasa berkenan meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, serta semangat dan motivasi untuk dapat menyelesaikan tugas skripsi ini dengan baik.
5. Sahabat seperjuanganku Ghiffari Naufaldi, Noor Rochim, Hendra Syahrudin, Faiqul Ryan Anggara dan semua anggota IMM Kudus yang selalu memberikan support dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh temanku TP-A angkatan 2017 yang telah menemani dan berjuang bersama.
7. Almamaterku tercinta IAIN Kudus sebagai tempat untuk menambah ilmu, pengalaman dan wawasan

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul *Dinamika Koping Religius Dalam Mengatasi Stress Pada Ex-Pemabuk Perspektif Tasawuf Di Pondok Pesantren Istighfar Semarang*. Sholawat serta salam tetap tercurah pada junjungan kita nabi agung Muhammad SAW, semoga kita tergolong umatnya yang mendapatkan syafa'atnya di hari kiamat nanti.

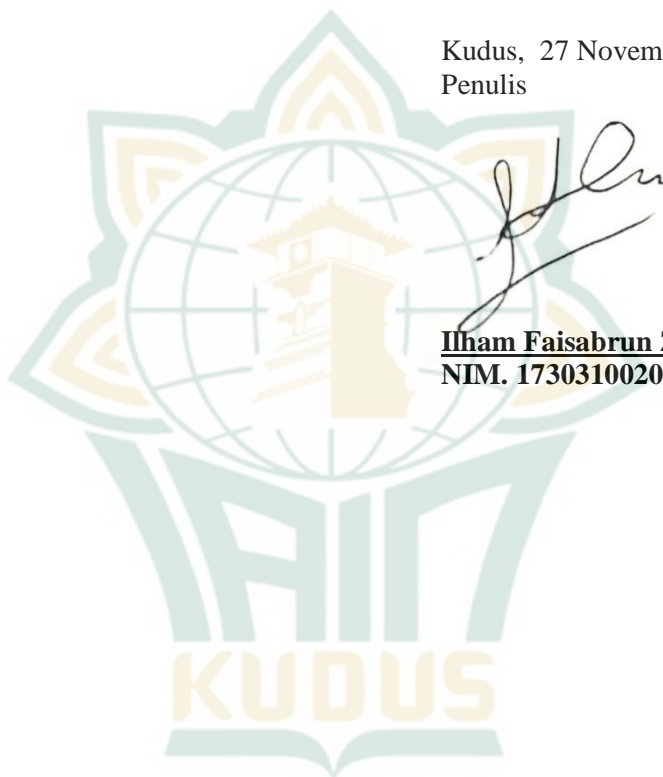
Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, terutama kepada ibu dan bapak yang tidak henti-hentinya berdo'a dan bersabar sehingga skripsi ini dapat selesai. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan terimakasih yang tulus kepada semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terimakasih penulis tujukkan kepada:

1. Dr. H. Mundakir, M.Ag, selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Kudus.
2. Dr. H. Masrukhin, S,Ag, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ushulusdin Institut Agama Islam Negeri Kudus.
3. Rinova Cahyandari S,Psi, M.Psi selaku pembimbing skripsi penulis yang telah berkenan meluangkan waktu dan memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Anisa Listiana, M.Ag, selaku Kepala Perpustakaan Institut Agama Islam Negeri Kudus yang telah memberikan ijin dan layanan perpustakaan yang di perlukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Ibu Dosen serta staf pengajar di Fakultas Ushuludin IAIN Kudus, yang senantiasa memberikan ilmu, pengalaman dan wawasan kepada penulis selama menyelesaikan pendidikan di kampus ini.
6. K.H Muhammad Khuswanto selaku Kepala pondok pesantren *isighfar* yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian.
7. Kepada AS dan PY santri pondok pesantren *istighfar* yang telah bersedia membantu menjadi narasumber dalam penelitian ini.
8. Kedua orang tuaku, kakak-ku dan seluruh keluarga, yang senantiasa mencurahkan do'a, dukungan dan motivasi untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan penuh semangat.

9. Berbagai pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah memberikan bantuannya baik secara fisik maupun psikis selama pelaksanaan, penyusunan hingga skripsi ini dapat selesai.

Berkat bantuan dari berbagai pihak tersebut, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Akhirnya skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi dunia pendidikan pada umumnya.

Kudus, 27 November 2021
Penulis



Ilham Faisabrun Zjamiil
NIM. 1730310020