

## BAB II KAJIAN TEORI

### A. Kajian Teori

#### 1. Bimbingan Konseling Islam

##### a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling merupakan alih bahasa dari istilah Inggris *guidance* dan *counseling*. Dalam kamus bahasa Inggris *guidance* di kaitkan dengan kata asal *guide*, yang di artikan sebagai menunjukkan jalan (*showing the way*), memimpin (*leading*), menuntun (*conducting*), memberikan penunjuk (*giving instruction*), mengatur (*regulating*), mengarahkan (*governing*), memberikan nasehat (*giving advice*).<sup>1</sup> Dalam kamus bahasa Inggris, *counseling* dikaitkan dengan kata *counsel*, yang di artikan sebagai nasehat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), pembicaraan (*to take counsel*).<sup>2</sup>

Menurut Rochman Natawidjaya yang di kutip oleh Dewa Ketut Sukardi, bimbingan dapat diartikan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan supaya individu tersebut memahami dirinya sendiri sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat dan kehidupan pada umumnya. Dengan demikian, dia akan dapat menikmati kebahagiaan hidupnya dan dapat memberikan sumbangan yang berarti kepada kehidupan masyarakat pada umumnya. Bimbingan membantu individu mencapai perkembangan diri secara optimal sebagai makhluk sosial.<sup>3</sup>

Dengan membandingkan pengertian tentang bimbingan yang telah dikemukakan diatas, maka

---

<sup>1</sup> W.S. Winkel, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 1997, 65.

<sup>2</sup> W.S. Winkel, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, 70.

<sup>3</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling*, 19.

dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah merupakan proses pemberian bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang secara terus menerus dan sistematis oleh guru pembimbing agar individu atau sekelompok individu menjadi pribadi yang mandiri.

Pengertian konseling menurut Dewa Ketut Sukardi, konseling sebagai terjemahan dari *counseling* merupakan bagian dari bimbingan, baik sebagai layanan maupun sebagai teknik. layanan konseling adalah jantung hati layanan bimbingan secara keseluruhan.<sup>4</sup>

Selanjutnya Rochman Natawidjaja mendefinisikan konseling yang dikutip oleh Dewa Ketut Sukardi bahwa konseling merupakan satu jenis layanan yang merupakan bagian terpadu dari bimbingan. Konseling dapat diartikan sebagai hubungan timbal balik antara dua individu, dimana yang seseorang (yaitu konselor) berusaha membantu yang lain (yaitu klien) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang di hadapinya pada waktu yang akan datang.<sup>5</sup>

Berdasarkan pemaparan pengertian tentang konseling diatas dapat di tarik kesimpulan bahwa konseling merupakan suatu upaya bantuan yang dilakukan dengan empat mata atau tatap muka antara konselor dan klien yang berisi usaha yang laras, unik, *human* (manusiawi), yang dilakukan dalam suasana keahlian dan yang didasarkan atas norma-norma yang berlaku, agar klien memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah lakunya pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang.

---

<sup>4</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling*, 20.

<sup>5</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling*, 21.

Mengenai kedudukan dan hubungan antara bimbingan dan konselor terdapat banyak pandangan, salah satunya memandang bahwa konseling sebagai teknik bimbingan, dengan kata lain konseling berada dalam bimbingan. Pendapat lain mengatakan bahwa bimbingan merupakan pencegahan munculnya masalah yang dialami oleh individu dengan kata lain bimbingan sifat atau fungsinya preventif (pencegahannya), sedangkan konseling sifatnya kuratif dan korektif. Namun bimbingan konseling dihadapkan pada objek yang sama yaitu problem sedangkan perbedaannya terletak pada perhatian dan perlakuan masalah.

Perbedaan bimbingan dan konseling umum dengan bimbingan dan konseling Islam menurut Thohari Munamar, diantaranya yaitu:

- 1) Pada umumnya proses layanan bimbingan dan konseling tidak dihubungkan dengan Tuhan maupun ajaran agama. Maka layanan bimbingan dan konseling dianggap sebagai hal yang semata-mata masalah keduniawian, sedangkan Islam menganjurkan aktifitas layanan bimbingan konseling itu merupakan suatu ibadah kepada Allah SWT suatu bantuan kepada orang lain, termasuk layanan bimbingan dan konseling, dalam ajaran Islam dihitung sebagai ibadah.
- 2) Pada umumnya konsep layanan bimbingan dan konseling barat hanyalah didasarkan pikiran manusia. Semua teori bimbingan dan konseling yang ada hanyalah didasarkan atas pengalaman-pengalaman masa lalu, sedangkan konsep bimbingan dan konseling Islami didasarkan atas, yaitu Al-Qur'an dan sunah Rasul, aktivitas akal dan pengalaman manusia.
- 3) Konsep layanan bimbingan dan konseling barat tidak membahas masalah kehidupan sesudah mati. Sedangkan konsep layanan bimbingan dan konseling Islam meyakini adanya kehidupan sesudah mati

- 4) Konsep layanan bimbingan dan konseling barat tidak membahas dan mengaitkan diri dengan pahala dan dosa. Sedangkan menurut bimbingan dan konseling Islami membahas pahala dan dosa yang telah dikerjakan.<sup>6</sup>

Ada beberapa definisi bimbingan konseling Islam menurut para ahli diantaranya, yaitu :

- a) Thohari mengartikan bimbingan dan konseling Islami sebagai suatu proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.<sup>7</sup>
- b) Yahya Jaya menyatakan bimbingan dan konseling agama Islam adalah pelayanan bantuan yang diberikan oleh konselor agama kepada manusia yang mengalami masalah dalam hidup keberagamaannya, ingin mengembangkan dimensi dan potensi keberagamaannya seoptimal mungkin, baik secara individu maupun kelompok, agar menjadi manusia yang mandiri dan dewasa dalam beragama, dalam bidang bimbingan akidah, ibadah, akhlak, dan muamalah, melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan keimanan dan ketakwaan yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadist.<sup>8</sup>
- c) Ainur Rahim Fakih mengartikan bahwa bimbingan dan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan

---

<sup>6</sup>Toha Musnamaar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami*, Yogyakarta: Uii Press, 1992, 9.

<sup>7</sup>Toha Musnamaar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami*, 55.

<sup>8</sup>Yahya Jaya, *Bimbingan Dan Konseling Agama Islam*, Padang: Angkasa Raya, 2004, 108

petunjuk Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat.<sup>9</sup>

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam merupakan suatu usaha yang dapat dilakukan dalam rangka mengembangkan potensi dan memecahkan masalah yang dialami klien agar dapat mencapai kehidupan di dunia maupun di akhirat berdasarkan ajaran Islam.

#### b. Landasan Bimbingan dan Konseling Islam

Al-Quran dan Hadist adalah landasan ideal dan konseptual tujuan dan konsep-konsep bimbingan dan konseling Islam bersumber. dasar yang menjadi isyarat kepada manusia untuk memberi petunjuk atau bimbingan kepada orang lain (keluarga) yaitu antara lain :

Firman Allah dalam Q.S. At-Tahrim ayat 6 :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا قُوْا اَنْفُسَكُمْ وَاٰهْلِيْكُمْ نَارًا وَقُوْدُهَا  
النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُوْنَ  
اللّٰهَ مَا اَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُوْنَ مَا يُؤْمَرُوْنَ ﴿٦﴾

*Artinya : "Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan." (Q.S. At-Tharim : 6)<sup>10</sup>*

Berdasarkan keterangan ayat diatas dapat disimpulkan bahwa diperintahkan untuk memelihara diri dan keluarga agar terhindar dari api neraka, ayat

<sup>9</sup> Yahya Jaya, *Bimbingan Dan Konseling Agama Islam*, 109.

<sup>10</sup> Departemen Agama Ri, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*, Bandung: Cv. J-Art, 2005, 561.

ini secara tidak langsung memerintahkan agar kepala keluarga membimbing keluarganya kejalan yang benar dengan berbagai cara metode lainnya, sehingga keluarga dan kepala keluarga terhindar dari api neraka, selain itu ayat diatas lebih khusus menerangkan tugas seseorang dalam pembinaan agama bagi keluarganya.<sup>11</sup> Sabda Nabi muhammad SAW :

مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ، وَأَصْرِئُوهُمْ عَلَيْهَا،  
وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ، وَفَرَّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ

Artinya : *“Perintahkan kepada anak-anak kalian untuk mengerjakan shalat ketika mereka berusia tujuh tahun dan pukulah mereka apabila meninggalkan shalat ketika mereka berusia sepuluh tahun dan pisahlah tempat tidurnya di antara mereka.”* (H.R.Abu Dawud)<sup>12</sup>

Selain hadits di atas masih ada hadits yang menerangkan tentang dasar bimbingan yaitu hadits yang diriwayatkan oleh At-Turmudzi yang artinya: seseorang yang mendidik budi pekerti yang baik atas anaknya, hal itu lebih baik daripada bersedekah satu sha.<sup>13</sup>

Sabda Rasulullah SAW diatas menunjukkan bagaimana cara membimbing anak untuk menjalankan perintah Allah, yaitu menunaikan shalat, dan secara tidak langsung hadits tersebut menunjukkan akan adanya metode membimbingnya yaitu dengan memberikan hukuman ketika anak tidak menjalankannya.

Landasan filosofis Islami penting artinya bagi pengembangan dan kelengkapan bimbingan konseling Islami, karena ia mencakup:

<sup>11</sup> Anas Shalahudin, *Bimbingan Dan Konseling*, Bandung: Pustaka Setia, 2010, 101.

<sup>12</sup> Abi Daud Sulaiman Bin Al-Asy'ats Al-Sajstani, *Sunan Abu Daud*, Juz I, Tth, 127.

<sup>13</sup> Anas Shalahudin, *Bimbingan Dan Konseling*, 101.

a) Falsafah Tentang Dunia Manusia (Citra Manusia)

Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan oleh, terhadap dan bagi kepentingan, manusia. Oleh karenanya pandangan mengenai manusia, atau pandangan mengenai hakekat manusia, akan menentukan dan menjadi landasan operasional bimbingan dan konseling Islami, sebab pandangan mengenai segala tindakan bimbingan dan konseling tersebut.<sup>14</sup>

b) Falsafah Tentang Manusia dan Kehidupan

Manusia itu sendiri dari dua unsur pokok yaitu jasmani dan rohani, dari sinilah dapat diketahui bahwa Allah menciptakan jasad atau jasmani kemudian meniupkan roh sehingga jadilah manusia itu hidup.

c) Falsafah Tentang Pernikahan dan Keluarga

Secara kodrati, manusia hidup memerlukan bantuan orang lain, bahkan manusia baru akan menjadi manusia manakala berada di lingkungan dan berhubungan dengan manusia dengan kata lain, manusia merupakan makhluk sosial. Hal itu tercermin dalam kehidupan keluarga, dari hubungan suami dan istri timbulah anak. Jadi dapat dijelaskan bahwa manusia dianjurkan untuk menikah dan berkeluarga.

d) Falsafah Tentang Pendidikan

Manusia diciptakan untuk mengabdikan kepada Allah, diperintahkan untuk melaksanakan perintah dan menjauhi larangan-Nya. Hal ini bisa terwujud apabila manusia tersebut belajar sebagaimana ayat pertama kali turun yang artinya bacalah.

e) Falsafah Tentang Masyarakat

Secara kodrati, manusia hidup memerlukan bantuan orang lain, bahkan manusia baru akan menjadi manusia manakala berada di

---

<sup>14</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, Yogyakarta: Uii Press, 2001, 6.

lingkungan dan berhubungan dengan manusia dengan kata lain, Manusia merupakan makhluk sosial, seperti firman Allah yang artinya “Hai manusia, sesungguhnya kami menciptakan kamu dari seseorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal”. Dari penggalan terjemah ayat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa manusia itu diciptakan atau secara kodrat untuk hidup bermasyarakat.

- f) Falsafah tentang upaya mencari nafkah atau kerja dan sebagainya setiap manusia merupakan wujud yang khas, yang memiliki pribadi (individu) sendiri, atau memiliki eksistensinya sendiri. Sebagai individu berarti pula setiap manusia bertugas memperhatikan dirinya sendiri, segala kepentingannya sendiri, bukan cuma kepentingan orang lain.<sup>15</sup>

Ilmu-ilmu yang dapat memperlengkap, membantu, dan dijadikan landasan gerak operasional bimbingan dan konseling Islami adalah :

- (1) Ilmu Jiwa (Psikologi)
- (2) Ilmu Hukum Islam
- (3) Ilmu-ilmu kemasyarakatan (sosiologi, antropologi sosial, dan sebagainya).<sup>16</sup>

#### c. Fungsi dan Tujuan Konseling Islam

Secara garis besar tujuan bimbingan konseling Islam dapat dirumuskan untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup didunia dan akhirat. Fungsi bimbingan dan konseling Islam dapat dirumuskan sebagai berikut :

- 1) Fungsi preventif yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.

<sup>15</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, 6.

<sup>16</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, 6.

- 2) Fungsi kuratif atau korektif yakni membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.
- 3) Fungsi preservatif yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama.
- 4) Fungsi developmental yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.<sup>17</sup>

Sedangkan dari sifatnya, fungsi bimbingan dan konseling menurut Dewa Ketut Sukardi adalah :

- 1) Fungsi Pencegahan (preventif)

Layanan bimbingan dapat berfungsi pencegahan artinya merupakan usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Dalam fungsi pencegahan ini layanan yang diberikan berupa bantuan bagi para siswa agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.

- 2) Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman yang dimaksud yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan tentang suatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan keperluan pengembangan siswa. Pemahaman ini mencakup :

- a) Pemahaman tentang diri siswa, terutama oleh siswa sendiri, orang tua, guru, dan guru pembimbing.
- b) Pemahaman tentang lingkungan siswa termasuk didalamnya lingkungan keluarga dan sekolah.
- c) Pemahaman tentang lingkungan yang lebih luas.

---

<sup>17</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, 37.

### 3) Fungsi Perbaikan

Walaupun fungsi pencegahan dan pemahaman telah dilakukan, namun mungkin saja siswa menghadapi masalah-masalah tertentu. Disinilah fungsi perbaikan itu berperan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terpecahnya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami siswa.

### 4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi ini berarti bahwa layanan bimbingan dan konseling yang diberikan dapat membantu para siswa dalam memelihara dan mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah dan berkelanjutan.<sup>18</sup>

Sedangkan tujuan dari bimbingan dan konseling dalam Islam yang lebih terperinci adalah sebagai berikut :

- 1) Untuk menghasilkan suatu perbuatan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai, bersikap lapang dada dan hidayah Tuhannya.
- 2) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- 3) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang.
- 4) Untuk menghasilkan kecerdasan spritual pada diri sendiri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintahnya serta ketabahan menerima ujiannya.

---

<sup>18</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling*, 26-27.

- 5) Untuk menghasilkan potensi Ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai kholifah dengan baik dan benar, serta dapat menanggulangi dengan baik berbagai persoalan hidup, dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.
- 6) Untuk mengembalikan pola pikir dan kebiasaan konseli yang sesuai dengan petunjuk ajaran Islam (bersumber pada Al-Quran dan paradigma kenabian)

Sedangkan dalam bukunya *bimbingan dan konseling dalam Islam*, Aunur Rahim Faqih membagi tujuan bimbingan dan konseling Islam dalam tujuan umum dan tujuan khusus.<sup>19</sup>

- 1) Tujuan umumnya adalah membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan ahirat.
- 2) Tujuan khususnya adalah:
  - a) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
  - b) Membantu individu untuk mengatai masalah yang dihadapinya.
  - c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang tetap baik menjadi tetap baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

Terdapat ayat Al-Quran yang memberi kejelasan bahwa pelaksanaan bimbingan dan konseling akan mengarahkan seseorang pada kesuksesan, kebijakan, dan bagi konselor akan mendapat nilai tersendiri dari Allah.<sup>20</sup> Adapun ayat tersebut adalah surat Ali-Imron ayat 104 yang berbunyi:

---

<sup>19</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*, 35-36.

<sup>20</sup> Anas Shalahudin, *Bimbingan Dan Konseling*, 103.

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ

وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

Artinya: “Dan hendaklah ada diantara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma’ruf dan mencegah dari yang munkar, mereka orang-orang yang beruntung.” (Q.S. Ali Imron :104)

d. Metode Bimbingan dan Konseling Islam

Metode lazim diartikan sebagai cara untuk mendekati masalah sehingga diperoleh hasil yang memuaskan, sementara teknik merupakan penerapan metode tersebut dalam praktek. Dalam pembicaraan ini kita akan melihat bimbingan dan konseling sebagai proses komunikasi.

Metode bimbingan dan konseling Islam ini akan diklasifikasikan berdasarkan segi komunikasi tersebut. Pengelompokanya menjadi :

- a) Metode komunikasi langsung atau disingkat metode langsung (metode komunikasi langsung) adalah metode dimana pembimbing melakukan komunikasi langsung atau bertatap muka dengan orang yang dibimbingnya.
- b) Metode tidak langsung

Metode bimbingan dan konseling yang dilakukan melalui media komunikasi masa. Hal ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok.

Faktor yang mempengaruhi metode yang dipergunakan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling adalah:

- a) Masalah atau problem yang sedang dihadapi.
- b) Tujuan penggarapan masalah.
- c) Keadaan klien.
- d) Kemampuan konselor dalam menggunakan metode yang dimilikinya.
- e) Kondisi dan situasi lingkungan sekitar.

- f) Sarana dan prasarana yang tersedia.
- g) Organisasi dan adminitrasi layanan bimbingan konseling.
- h) Biaya yang tersedia.<sup>21</sup>

## 2. Terapi Sholawat

### a. Pengertian Terapi Sholawat

*Therapy* dalam bahasa inggris bermakna pengobatan dan penyembuhan, dalam bahasa Arab, terapi sepadan dengan “*Al-istisyfa*” yang berasal dari kata “*syafa - yasfi - syifa'an*” yang artinya menyembuhkan. Terapi juga dapat diartikan sebagai upaya sistematis dan terencana dalam menanggulangi masalah-masalah yang dihadapi oleh pasien dengan tujuan mngembalikan, memelihara, dan mengembangkan kondisi pasien agar akal dan hatinya berada dalam kondisi dan posisi yang proporsional. Manusia yang akal dan qolbunya proporsional inilah yang merupakan sosok manusia yang sehat serta bahagia dunia akhirat.<sup>22</sup>

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaki, terapi atau psikoterapi adalah suatu pengobatan penyakit dengan cara kebatinan, penyembuhan dengan cara tekhnik khusus pada penyembuhan penyakit mental maupun penyembuhan lewat keyakinan agama. Faisal Idrus juga memberikan pengertian bahwa psikoterapi adalah suatu usaha dari seorang terapis untuk memberikan suatu pengalaman baru untuk orang lain. pengalaman ini bertujuan untuk membantu merubah permasalahan yang dialami oleh orang lain.<sup>23</sup>

Dilihat secara etimologi, dalam arti sempit menjelaskan bahwa terapi adalah perawatan terhadap aspek kejiwaan yang secara umum mempergunakan intervensi psikis dengan pendekatan psikologis terhadap pasien yang mengalami gangguan psikis,

<sup>21</sup> Anas Shalahudin, *Bimbingan Dan Konseling*, 42.

<sup>22</sup> M. Solihin, *Terapi Sufistik*, Bandung : Pustaka Pelajar Setia, 2004, 32.

<sup>23</sup> M.Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling & Psikoterapi Islam*, Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2004. 228.

penyakit mental atau hambatan kepribadian. Salah satu aspek terdalam dalam jiwa manusia yang senantiasa menilai benar salahnya perasaan, niat, pemikiran, hasrat dan tindakan seseorang. Sebagaimana dijelaskan dalam al-Qur'an Surat Al-Isra' ayat 36 :

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ  
كُلُّهُنَّ أَوْلِيَاكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا ﴿٣٦﴾

*Artinya : “Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuannya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawaban.” (Q.S Al-Isra' : 36)*

Shalawat dalam bahasa berarti doa sedangkan menurut istilah, shalawat adalah shalawat Allah kepada Rasulullah berupa rahmat dan kemuliaan. Shalawat dari malaikat kepada Nabi berupa permohonan rahmat dan kemuliaan kepada Allah untuk Nabi Muhammad. Shalawat orang-orang beriman yakni manusia dan jin adalah permohonan rahmat dan kemuliaan kepada Allah untuk Nabi.<sup>24</sup>

Shalawat pada umumnya dilakukan oleh seorang hamba kepada Allah SWT, hal tersebut berarti bahwa seorang hamba menunaikan ibadah kepada Allah dan berdoa memohon kepada Allah. Namun apabila Allah bershalawat kepada hambanya, berarti Allah melimpahkan kebaikan kepada hambanya. Makna shalawat kepada seorang hamba, terbagi menjadi dua yakni khusus dan umum. Shalawat umum adalah shalawat Allah kepada seorang hamba yang beriman dan beramal sholeh. Sedangkan shalawat khusus adalah shalawat Allah kepada Rasul, para Nabi, dan teristimewa shalawat-Nya kepada Nabi Muhammad SAW.

<sup>24</sup> Kamaluddin, *Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah*, Yogyakarta: Pustaka Ilmu Semesta. 2016, 7.

Shalawat memiliki banyak sekali ragamnya, hal tersebut disesuaikan dengan hajat dan kebutuhan masing-masing orang. Imam Syafi'i r.a menyatakan bahwa shalawat yang dianggap paling shahih sanadnya adalah sebagai berikut:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ ﷺ

Artinya : *“Semoga Allah SWT mencurahkan shalawat keada Nabi Muhammad”*

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa terapi shalawat adalah suatu pengobatan dengan bershalawat atas Nabi yang digunakan untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi seseorang. Hal tersebut tentunya dapat dibantu oleh orang yang berkompeten dibidangnya dan shalawat yang digunakan adalah shalawat pada umumnya diketahui oleh masyarakat.

Ada dalil tentang perintah untuk bershalawat kepada Nabi, ini terdapat pada Al-Qur'an Surat Al-Ahzad ayat 56 sebagai berikut :

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا ﷺ

Artinya : *“Sesungguhnya Allah dan malaikat-malaikat-Nya bershalawat untuk Nabi. Hai orang-orang yang beriman, bershalawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam penghormatan kepadanya”.* ( Q.S Al-Ahzad : 56)

#### b. Adab Membaca Shalawat

Kamaluddin menjelaskan mengenai adab-adab membaca shalawat antara lain :

- 1) Niat ikhlas beribadah kepada Allah SWT tanpa pamrih.
- 2) Taqdhim dan memunculkan mahabbah kepada Rasulullah SAW.
- 3) Hatinya hudhlur/hadir kepada Allah SWT dan merasa dirinya berada dihadapan Allah.

- 4) Senantiasa tawadlu'(merendahkan diri) dan merasa membutuhkan atas pertolongan Allah SWT dan mengharapkan serta membutuhkan syafaat dari Rasulullah SAW.<sup>25</sup>

c. Manfaat Shalawat

Manfaat dari bershalawat salah satunya dapat memberikan manfaat lahir, batin dan rohani kita. Bagi pelaku shalawat yang melakukan secara rutin dapat merasakan manfaatnya secara nyata. Seperti halnya saat kondisi stress dapat diatasi dengan bershalawat yang dapat memberikan ketenangan bagi pelaku shalawat. Ketika kita bershalawat pusatkan perhatian pada suatu hal yang positif, maka akan timbul rasa rileks dalam diri seseorang. bershalawat juga tidak hanya berhubungan dengan aktivitas mental yang memusatkan pikiran yang berulang saja, melainkan juga mengakses segenap folder yang tersimpan dalam gudang ingatan manusia tentang apa dan bagaimana Rasulullah Saw.

Shalawat dapat memberikan efek ketenangan yaitu ketika seseorang rutin dalam bershalawat akan mengalami kondisi *medium trance*, yaitu keadaan seseorang yang ditandai dengan halusinasi positif. Shalawat juga termasuk latihan meditasi yang akan memberikan pengaruh rasa nyaman sehingga ketenangan akan dapat dirasakan.

Selain itu, Al-Hafizh As-Shakhawi menambahkan tentang manfaat bershalawat antara lain sebagai berikut:

1. Mendapatkan rahmat Allah.
2. Mendapatkan penghapusan kesalahan-kesalahannya.
3. Mendapatkan pahala dan ganjaran tiada batas.
4. Shalawat menjadi zakat dan penyucian baginya.
5. Shalawat merupakan amal yang dicintai Allah Swt.

---

<sup>25</sup> Kamaluddin, *Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah*, Yogyakarta: Pustaka Ilmu Semesta. 2016, 9.

6. Shalawat membuat seseorang bersikap optimis dalam menemukan kebaikan dimana saja.
7. Shalawat adalah cahaya yang membantu seseorang menuju kepada Allah dan kepada Nabinya.
8. Shalawat membersihkan hati seseorang dari kemunafikan.
9. Shalawat mencegah orang lain dari perkataan-perkataan yang kurang baik.<sup>26</sup>

### 3. Kecemasan

#### a. Pengertian Kecemasan

Kecemasan adalah suatu keadaan atau kondisi emosi yang tidak menyenangkan dan merupakan pengalaman yang samar-samar disertai dengan perasaan yang tidak berdaya dan tidak menentu. Pada umumnya kecemasan bersifat subjektif, yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir, takut, dan disertai adanya perubahan fisiologis, seperti peningkatan denyut nadi, perubahan pernafasan, dan tekanan darah. Misalnya, mahasiswa akan mengalami kecemasan bila menghadapi situasi yang membahayakan dirinya, seperti ujian mata kuliah yang dianggap paling sulit, belum mendapatkan persetujuan pada saat revisi skripsi, dan sebagainya.<sup>27</sup>

Kecemasan pun melibatkan pertentangan batin (*inner conflict*). Kecemasan muncul misalnya ketika individu mempunyai beberapa potensi atau kemungkinan, tetapi hanya dari beberapa potensi atau kemungkinan tersebut yang sanggup diaktualisasikan dan mengisi eksistensinya. Yang lebih “menyakitkan” adalah seringkali konsekuensi dari pengaktualisasian potensi atau kemungkinan itu justru merugikan/menghancurkan eksistensi. Akibatnya, individu mempunyai kecenderungan untuk menolak

---

<sup>26</sup> Kamaluddin, *Rahasia Dahsyat Shalawat Keajaiban Lafadz Rasulullah*, 7.

<sup>27</sup> Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling edisi revisi*, Jakarta : Kencana Prenada Media Group, 2012, 84.

potensi-potensi atau kemungkinan-kemungkinan lain yang baru. Jadi, ada semacam “trauma” dalam hal ini, yakni trauma untuk mengaktualisasikan kemungkinan-kemungkinan baru, karena khawatir akan membawa dampak atau hasil yang tidak diharapkan oleh individu.<sup>28</sup>

#### b. Jenis-jenis Kecemasan

Menurut Sigmund Freud membagi kecemasan menjadi tiga jenis yaitu :

##### 1. Kecemasan Neurosis (*neurotic anxiety*).

Kecemasan Neurosis ialah kecemasan yang timbul dari akibat adanya pengaruh dari luar seperti bahaya yang penyebabnya tidak diketahui. Kecemasan ini diperoleh dengan adanya dorongan dari pada Id yang berada pada ego.

##### 2. Kecemasan Realistis (*realistic anxiety*).

Kecemasan Realistis dapat diartikan sebagai perasaan tidak menyenangkan yang timbul secara tidak spesifik dikarenakan adanya bahaya. Ini menjadi kecemasan yang tertinggi.

##### 3. Kecemasan Moral (*moral anxiety*).

Kecemasan Moral ini muncul dari adanya konflik antara ego dan super ego. Ketika anak membangun superego biasanya di usia lima atau enam tahun mereka mengalami kecemasan yang tumbuh dari konflik antara kebutuhan realistik dan perintah superego.<sup>29</sup>

#### c. Ciri-ciri Kecemasan

Cemas mempunyai penampilan atau gejala yang bermacam-macam, antara lain :

##### 1. Gejala jasmaniah (fisiologis) yaitu : ujung-ujung dingin (kaki dan tangan), keringat berpercikan, gangguan pencernaan, pukulan jantung, tidur

<sup>28</sup> Zainal Abidin, *Analisis Eksistensial untuk Psikologi & Psikiatri*, Bandung : Refika Aditama, 2002, 125.

<sup>29</sup> Vani Gusri Rahmi, Pengaruh Pandemi Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) Terhadap Tingkat Kecemasan Masyarakat Di Kelurahan Bantaian Hilir Kabupaten Rokan Hilir, *Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau 2020*.

terganggu, kepala pusing, hilang nafsu makan dan pernapasan terganggu.

2. Gejala kejiwaan antara lain: sangat takut, serasa akan terjadi bahaya atau penyakit, tidak mampu memusatkan perhatian, selalu merasa akan terjadi kesuraman, kelemahan dan kemurungan, hilang kepercayaan dan ketenangan, dan ingin lari dari menghadapi kehidupan.<sup>30</sup>

#### d. Tingkatan Kecemasan

Menurut Stuart, Kecemasan memiliki tingkatan-tingkatan sebagai berikut. :

- 1) Kecemasan ringan : kecemasan tahap ringan ialah kecemasan yang biasa terjadi dalam kehidupan sehari-hari, hampir setiap individu mengalaminya. Kecemasan ini menyebabkan individu meningkatkan lapang persepsinya sehingga menjadi waspada serta memberikan motivasi dalam belajar. Kecemasan ini normal dalam kehidupan karena akan meningkatkan motivasi membuat individu bertindak. Misalnya seseorang yang menghadapi ujian akhir, rasa cemas dalam menghadapi ujian akhir menghasilkan seseorang yang giat belajar supaya mendapatkan hasil yang memuaskan.
- 2) Kecemasan sedang : kecemasan ini memungkinkan individu untuk fokus pada hal yang penting dengan mengesampingkan permasalahan yang lain, mempersempit lapang persepsi sehingga individu tidak mengalami perhatian yang selektif namun lebih fokus dibanyak area. Rasa cemas yang ditimbulkan akan mengakibatkan individu mengalami perasaan yang gugup atau agitasi.
- 3) Kecemasan berat : kecemasan tahap berat bisa menjadi pemicu individu mengalami ketegangan sehingga sangat mempengaruhi lapang persepsi individu. Individu seringkali memfokuskan pada

---

<sup>30</sup> Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam keluarga, sekolah dan masyarakat*, Jakarta : Bulan Bintang, 1977, 29.

satu area yang rinci dengan tidak memfokuskan pada hal yang lain. Rasa cemas yang berat dialami ketika individu yakin bahwa ada sesuatu yang berbeda dan ada ancaman. Adanya perasaan takut yang ditimbulkan dan distress. Ketika individu tersebut mencapai tingkat tertinggi anxietas, seketika semua pemikiran rasional menjadi terhenti dan individu mengalami respon flight, flight yakni kebutuhan untuk pergi secepatnya dan tidak dapat melakukan sesuatu.<sup>31</sup>

e. Faktor-faktor Kecemasan

Kecemasan disebabkan karena adanya insting manusia untuk mencari kesempurnaan hidup dan tidak mempunyai kemampuan untuk membaca dunia dan mengetahui misteri kehidupan. Kondisi ini yang menyebabkan orang cemas dan orang yang bersangkutan tidak berhasil menemukan makna dalam hidupnya.<sup>32</sup>

Horney juga berpendapat bahwa penyebab cemas disebabkan oleh tiga unsur, yaitu rasa tidak berdaya, rasa permusuhan dan rasa menyendiri. Faktor-faktor tersebut muncul sebagai akibat dari :

- 1) Tidak adanya rasa hangat dalam keluarga dan perasaan anak merasa bahwa ia adalah anak yang ditolak, tidak disayangi, tidak dikasihi dan ia adalah makhluk lemah ditengah-tengah alam permusuhan, hal tersebut adalah factor terpenting dari sebab kecemasan.
- 2) Sebagaimana halnya dengan beberapa macam perlakuan yang diterima anak, telah menimbulkan kecemasan padanya, maka kekuasaan langsung atau tidak langsung, tidak adanya keadilan antara ia bersaudara ingkir janji,

---

<sup>31</sup> Vani Gusri Rahmi, Pengaruh Pandemi Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) Terhadap Tingkat Kecemasan Masyarakat Di Kelurahan Bantaian Hilir Kabupaten Rokan Hilir, *Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau* 2020.

<sup>32</sup> M. Munandar Sulaeman, *Ilmu Budaya Dasar Suatu Pengantar*, Bandung : PT Retika Aditama, 1998, 80.

tidak menghargai anak, suasana keluarga bermusuhan, semua itu membangkitkan rasa cemas pada jiwa anak.

- 3) Sebab ketiga dari terjadinya cemas menurut pendapat “Horney” adalah lingkungan yang penuh dengan berbagai komplikasi dan pertentangan yang mengandung macam-macam tekanan dan halangan. Semuanya itu menyebabkan si anak merasa bahwa ia hidup dalam alam yang kontradiktif penuh dengan penipuan, dusta, dengki, pengkhianatan, anak adalah makhluk yang tidak berdaya terhadap alam yang perkasa, kejam dan tak kenal ampun.<sup>33</sup>

f. Cara Mengatasi Kecemasan

Cara mengatasi kecemasan memang bukan hal yang sangat mudah. Namun dapat kita siasati dengan berbagai hal, supaya kita bisa melupakan rasa cemas yang datang pada diri kita. Beberapa trik yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan yaitu antara lain:

- 1) Jangan membiarkan pikiran stuck dalam satu keadaan.
- 2) Tetaplah positif thinking.
- 3) Sibukkan diri anda dengan kegiatan-kegiatan yang dapat menggali potensi.
- 4) Bersosialisasi dengan orang-orang di sekitar kita.
- 5) Rajinlah berolahraga.
- 6) Pasrah dan berserah diri kepada Allah.
- 7) Janganlah menjadi orang yang suka menunda.
- 8) Lakukan permainan pikiran diri sendiri.
- 9) Bicarakan frustasimu pada orang-orang terdekat.
- 10) Cobalah memanage pikiran.

---

<sup>33</sup> Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam keluarga, sekolah dan masyarakat*, Jakarta : Bulan Bintang, 1977, 34-35.

- 11) Tetap semangat dan buat hidup lebih berarti dengan menghasilkan karya-karya terbaik.<sup>34</sup>

#### 4. Pandemi Covid-19

##### a. Pengertian Pandemi Covid-19

Pandemi adalah suatu penyebaran dari penyakit antar manusia ke manusia lainnya maupun hewan ke manusia dengan sangat pesat dalam jumlah besar terjadi hampir diseluruh dunia dan bersifat internasional. Sebelum pandemi maka dikenal dengan istilah epidemi yaitu penyebaran penyakit dalam skala besar dan menyebar yang mencakup area secara geografis. Wabah telah lama dikenal sejak masa zaman prasejarah yang menimpa manusia, namun wabah yang terjadi di masa prasejarah tidak menimbulkan penyebarannya meluas hingga ke tingkat pandemi karena pada masa prasejarah yang masyarakatnya bersifat nomaden (berpindah tempat ke tempat yang lainnya) dalam kelompok kecil yang terisolasi sehingga wabah tidak sampai menjadi pandemi karena potensi penyebaran yang kecil (Epidemi). Namun keadaan berubah setelah manusia menetap dengan membangun komunitas di desa maupun kota, manusia harus berhadapan dengan penyakit-penyakit menular dalam skala yang lebih besar (Pandemi).

Pandemi yang tengah melanda dunia pada saat ini dikenal dengan *Corona virus disesase 19* atau Covid-19, penyakit ini berawal dari sebuah novel betacoronavirus (famili *Coronaviridae*), bernama Sever disebabkan oleh SARS-CoV-2 dengan penularan yang cepat melalui droplet. *Coronavirus* adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. Novel *Coronavirus* atau yang lebih dikenal dengan *Corona Virus Disease* (Covid-19) merupakan sebuah penyakit yang muncul pertama kali di China pada awal Desember 2019 yang dikaitkan dengan keberadaan pasar hewan yang terdapat di Wuhan, China. Penyakit

---

<sup>34</sup> Rifa Hidayah, *Psikologi Pengasuhan Anak*, Malang : UIN Malang Press, 2009, 231.

ini disebabkan oleh virus *Systemic Acute Respiratory Syndrome* (SARS) Coronavirus-2 (SARS-COV2).<sup>35</sup>

b. Karakteristik Pandemi Covid-19

Terdapat beberapa karakteristik dari Pandemi Covid-19 sebagai berikut :

1. Penularannya sangat cepat

Virus ini berukuran sangat kecil sehingga proses penularannya sangat cepat menyebar dan menyerang fisik individu yang sistem kekebalan tubuhnya rendah. Virus covid-19 menyebar lebih cepat dibandingkan virus SARS, mendekati virus flu biasa, selain mudah penularannya, gejalanya juga umumnya ringan yang mana pembawa virus biasanya tidak menyadari telah menjadi agen penyebar sehingga jumlah penderita covid-19 kemungkinan jauh lebih besar dari pada kasus positif yang tercatat.

2. Beresiko kematian tinggi

Virus covid-19 ini memiliki kesamaan dengan beberapa virus lainnya namun yang membedakannya ialah virus covid-19 memiliki tingkat kematian yang tinggi dibandingkan virus-virus lainnya. Resiko kematian yang tinggi terdapat pada individu yang memiliki sistem imunitas yang lemah dan yang memiliki riwayat penyakit berat seperti diabetes, kolestrol, penyakit gangguan pernafasan dan riwayat penyakit berat lainnya sehingga dengan adanya covid-19 dapat memperburuk keadaan si penderita dan berakhir pada kematian.

3. Tidak terlihat

Penyebaran Covid-19 ini ialah melalui droplet<sup>19</sup> yaitu (percikan kecil) yang

---

<sup>35</sup> Vani Gusri Rahmi, Pengaruh Pandemi Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) Terhadap Tingkat Kecemasan Masyarakat Di Kelurahan Bantaian Hilir Kabupaten Rokan Hilir, *Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau 2020*.

dihasilkan seseorang yang terinfeksi saat berbicara, batuk atau bersin. Droplet tersebut dapat mendarat di mulut atau hidung orang yang ada di sekitarnya. Droplet dari virus ini tidak memungkinkan untuk berada diudara dan menyebar dengan jauh karena partikelnya yang cukup berat dimana hanya dapat terpapar dalam radius maksimal satu meter dan secara cepat jatuh pada permukaan benda-benda disekitarnya sehingga dapat dikatakan bahwa pandemi *corona virus disease* 2019 atau yang biasa dikenal dengan Covid-19 ini proses penyebarannya tidak terlihat oleh mata, karena sifat dari virus ini yang berukuran sangat renik sehingga sulit untuk dilihat dengan mata tanpa bantuan alat pembesar.<sup>36</sup>

c. Pencegahan Infeksi Virus Covid-19

WEMenurut dr. Rizal Fadli sampai saat ini masih belum ada vaksin untuk mencegah virus covid-19 namun dapat dilakukan dengan beberapa cara :

1. Memakai masker saat bepergian jauh maupun dekat.
2. Seringlah mencuci tangan dengan sabun.
3. Hindari menyentuh wajah, hidung, atau mulut saat tangan dalam keadaan kotor atau belum dicuci.
4. Hindari kontak langsung atau berdekatan dengan orang yang sakit.
5. Hindari menyentuh hewan atau unggas liar.
6. Membersihkan dan menseterilkan permukaan benda yang sering digunakan.
7. Tutup hidung dan mulut ketika bersin atau batuk dengan tisu. Kemudian, buanglah tisu dan cuci tangan hingga bersih.

---

<sup>36</sup> Vani Gusri Rahmi, Pengaruh Pandemi Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) Terhadap Tingkat Kecemasan Masyarakat Di Kelurahan Bantaian Hilir Kabupaten Rokan Hilir, *Skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Suska Riau* 2020.

8. Jangan keluar rumah dalam keadaan sakit atau kurang fit.
9. Segera berobat ke fasilitas kesehatan ketika mengalami gejala penyakit saluran pernafasan.
10. Mengonsumsi vitamin dan suplemen untuk memperkuat sisten kekebalan tubuh.<sup>37</sup>

## B. Hasil Penelitian Terdahulu

*Pertama*, dalam skripsi karya saudari Vani Gusri Rahmi yang berjudul “Pengaruh Pandemi *Coronavirus disease* 2019 (Covid-19) Terhadap Tingkat Kecemasan Masyarakat Di Kelurahan Bantaian Hilir Kabupaten Rokan Hilir”. Dalam skripsi tersebut menunjukkan bahwa pandemi coronavirus disease 2019 (X) berpengaruh terhadap tingkat kecemasan masyarakat (Y) sebesar 0,78%, sedangkan sisanya 99,22% dengan koefisien senilai 0,280 dengan nilai interval pada koefisien korelasi 0,20-0,399 dinyatakan bahwa terjadi hubungan yang rendah antara pandemi coronavirus disease 2019 dan tingkat kecemasan masyarakat. Hasil persamaan regresi linier yaitu  $Y = 63,726 + 0,185X$ , koefisien regresi (b) bernilai positif berarti pandemi coronavirus disease 2019 berpengaruh positif terhadap tingkat kecemasan masyarakat. Pada uji hipotesis diperoleh nilai t hitung > t tabel, yaitu  $2,163 > 2,004$  sehingga disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya pandemi coronavirus disease 2019 berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan masyarakat di kelurahan Bantaian hilir kabupaten Rokan hilir.

*Kedua*, dalam skripsi karya saudari Siti Alviatus Sholihah yang berjudul “Pengaruh Bimbingan Rohani Pasien Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan Secara Caesar (Studi Kasus di RS PKU Muhammadiyah Cepu)”. Dalam skripsi tersebut bahwa pelaksanaan bimbingan rohani di RS PKU Muhammadiyah Cepu menggunakan cara metode langsung atau *face to face*. Dalam setiap kunjungan ke pasien

---

<sup>37</sup> Irda Sari, Analisis Dmak Pandemi Covid-19 Terhadap Kecemasan Masyarakat : Literature Review, Bina Generasi, Jurnal Kesehatan Edisi 12 Voll 2020, 69-76.

pembimbing rohani melakukan bimbingan doa, berdzikir, memberikan pengetahuan tentang tata cara sholat ketika sakit, berpuasa dan membaca Al-Quran. Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai  $t=8,551$  dan signifikan  $0,000$ . Nilai tersebut menunjukkan bahwa bimbingan rohani pasien sangat signifikan terhadap ibu hamil dalam menghadapi persalinan secara caesar.

*Ketiga*, Jurnal penelitian karya Deshinta Vibriyanti yang berjudul "*Kesehatan Mental Masyarakat : Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19*". Dalam jurnal penelitian ini membahas tentang kesehatan mental masyarakat khususnya tentang mengelola kecemasan di tengah pandemi COVID-19. Dengan menggunakan pendekatan studi pustaka/literatur, jurnal tersebut menggunakan perspektif psikologi sosial dalam menjelaskan proses terjadinya kecemasan, gejala-gejala yang timbul dan cara mengelola kecemasan. Jika mulai merasa memiliki gejala gangguan mental ringan, langkah awal adalah minta pertolongan pada lingkungan terdekat yang dipercaya. Jika hal tersebut kurang berhasil maka meminta bantuan pihak yang kompeten seperti ahli kejiwaan juga merupakan jalan keluar yang baik. Beberapa praktisi kesehatan mental seperti Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI) dan klinik-klinik kesehatan mental lainnya menawarkan dukungan daring (*online*) atau kunjungan ke rumah melalui konseling dan psikoterapi.

*Keempat*, Jurnal penelitian karya Irda Sari yang berjudul "*Analisis Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kecemasan Masyarakat : Literature Review*". Dalam jurnal penelitian ini membahas tentang dampak yang dirasakan saat pandemi covid-19. Kecemasan yang dialami masyarakat kecemasan memiliki beberapa jenis yaitu kecemasan umum kecemasan gangguan panik, kecemasan sosial, dan kecemasan *obsessive*. Selama masa pandemi Covid-19 dapat menimbulkan gangguan cemas (ansietas) kepada masyarakat yang ditandai dengan gangguan tidur yang sangat berisiko untuk melakukan bunuh diri, gelisah, nafas sesak, otot-otot tegang, dan *panic buying*, dan OCD yang mengganggu resiko kesehatan mental.

### C. Kerangka Berfikir

Virus corona atau yang sering kita sebut dengan pandemi covid-19 telah melumpuhkan sendi-sendi kehidupan bangsa ini. Virus ini ada disinyalir berawal dari pasar Wuhan di Cina. Coronavirus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit ringan sampai berat, seperti common cold atau pilek dan penyakit serius seperti MERS dan SARS. Tanda dan gejala demam lebih dari 38 derajat celsius, batuk dan sesak napas yang membutuhkan perawatan lebih intensif.

Virus ini dapat ditularkan dari manusia ke manusia lain dengan sangat cepat dan telah menyebar secara luas termasuk di Indonesia. Seiring dengan menyebarnya covid-19, seluruh gerak dunia mengalami kelumpuhan. Sejak adanya pembatasan-pembatasan sosial yang di terapkan di setiap daerah atau yang disebut dengan social distancing ini banyak menimbulkan kegaduhan diantara penduduk dunia. Perekonomian dunia mengalami penurunan karena banyak sektor-sektor baik perdagangan, informal maupun pariwisata mengalami kerugian dan berdampak buruk bagi pengusaha-pengusaha. Hal tersebut menyebabkan masyarakat merasa khawatir, panik dan cemas karena kehadiran virus covid-19 ini.

Rasa cemas takut akan tertular, khawatir akan masa depan yang buruk setelah pandemi berakhir. Cemas yang dimaksud adalah cemas karena menghadapi situasi atau kondisi yang baru sebagai bentuk adaptasi normal seseorang. Pada umumnya kecemasan bersifat subjektif, yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir, takut, dan disertai adanya perubahan fisiologis, seperti peningkatan denyut nadi, perubahan pernafasan, dan tekanan darah.

Berbagai macam penyebab gangguan kecemasan yang timbul terkait pandemi Covid-19 menimbulkan beberapa gangguan seperti fisik maupun psikis, apabila tidak ditangani dengan penanganan yang tepat. Ada bermacam pengobatan yang dilakukan terbukti efektif dalam menangani gangguan kecemasan secara umum, diantaranya dengan metode terapi.

Salah satunya adalah dengan terapi shalawat, terapi shalawat adalah suatu pengobatan dengan bershalawat atas

Nabi yang digunakan untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi seseorang. Hal tersebut tentunya dapat dibantu oleh orang yang berkompeten dibidangnya dan shalawat yang digunakan adalah shalawat pada umumnya diketahui oleh masyarakat.

Kegiatan bimbingan konseling Islam sangat diperlukan bagi masyarakat yang mengalami gangguan kecemasan. Pembimbing atau konselor adalah seseorang yang memberikan bantuan, arahan atau nasehat kepada seseorang yang sedang terkena musibah (cobaan sakit). Dengan adanya pemberian bimbingan konseling Islam diharapkan masyarakat yang mengalami gangguan kecemasan dapat kembali sehat sehingga orang tersebut memiliki sikap, perilaku yang normal seperti sebelumnya dan mempunyai pendirian yang teguh dalam ketaatan kepada Allah bahwa setian cobaan, penyakit pasti ada obatnya. Berpasrah kepada Allah dan tetap berpikir positif.

**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berfikir**

