

**URGENSI PELAYANAN KONSELING ISLAM DALAM MENGURANGI
KECEMASAN PASIEN DI RUMAH SAKIT MUNYANG KUTE
REDELONG BENER MERIAH**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**HUSNA
NIM: 200402008**

Prodi Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI UIN AR-RANIRY
BANDA ACEH
2025/1447 H**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

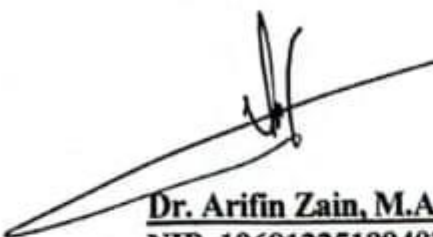
Oleh

HUSNA
NIM. 200402008

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Arifin Zain, M.Ag.
NIP. 196812251994021001


Juli Andrivani, M.Si
NIP. 197407222007102001

SKRIPSI

Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas
Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus
serta Disahkan sebagai Tugas Akhir untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Diajukan Oleh:

HUSNA
NIM. 200402008

Pada Hari/Tanggal
Selasa, 26 Agustus 2025 M
03 Rabiul Awal 1447 H

di Darussalam – Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah

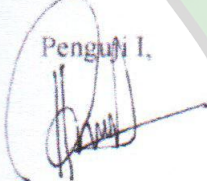
Ketua,


Dr. Arifin Zain, M.Ag.
NIP. 196812251994021001

Sekretaris,


Juli Andriyani, M.Si
NIP. 197407222007102001

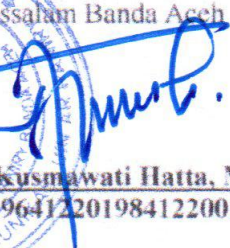
Penguji I,

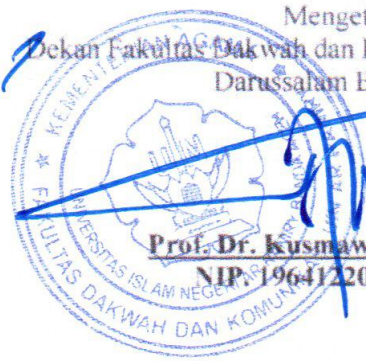

Rofiq Duri, M.Pd
NIP. 196106152020121008

Penguji II,


Azhari, M.A
NIDN. 2013078902

Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh


Prof. Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd
NIP. 196412201984122001



PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya bertanya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Husna

NIM : 200402008

Jenjang : Stara Satu (S-1)

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

جامعة الرانيري

A R - R A N I R

Banda Aceh, 19 Agustus 2025

Yang Menyatakan



Husna

NIM. 200402008

ABSTRAK

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami oleh pasien selama menjalani perawatan di rumah sakit. Pelayanan konseling Islam dengan pendekatan spiritual dan nilai-nilai agama, diharapkan dapat memberikan dukungan emosional yang efektif bagi pasien yang mengalami kecemasan. Namun, di Rumah Sakit Munyang Kute Redelong Bener Meriah pelayanan konseling Islam untuk mengurangi kecemasan pasien menunjukkan bahwa saat ini layanan konseling yang tersedia cenderung hanya bersifat motivasional tanpa adanya strategi atau pendekatan yang lebih sistematis untuk menangani kecemasan pasien. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui: (1) Tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien, (2) Pelayanan islami yang diberikan selama ini dalam mengurangi kecemasan pasien. Penelitian ini menggunakan deskriptif analisis dengan pendekatan kualitatif, dan Subjek dalam penelitian ini berjumlah 13 orang. Teknik pemilihan subjek dengan *purposive sampling* dan pengumpulan data dengan cara observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami oleh pasien bervariasi mulai dari panik, ringan, sedang dan berat yang menimbulkan rasa takut, cemas, sedih, jantung berdebar, dan perasaan yang tidak nyaman. Pelayanan konseling Islam dalam mengurangi kecemasan pasien sangat penting diberikan agar pasien dapat mengatasi kecemasannya saat berada di rumah sakit.

Kata Kunci: Kecemasan, Urgensi, Pelayanan Konseling Islam

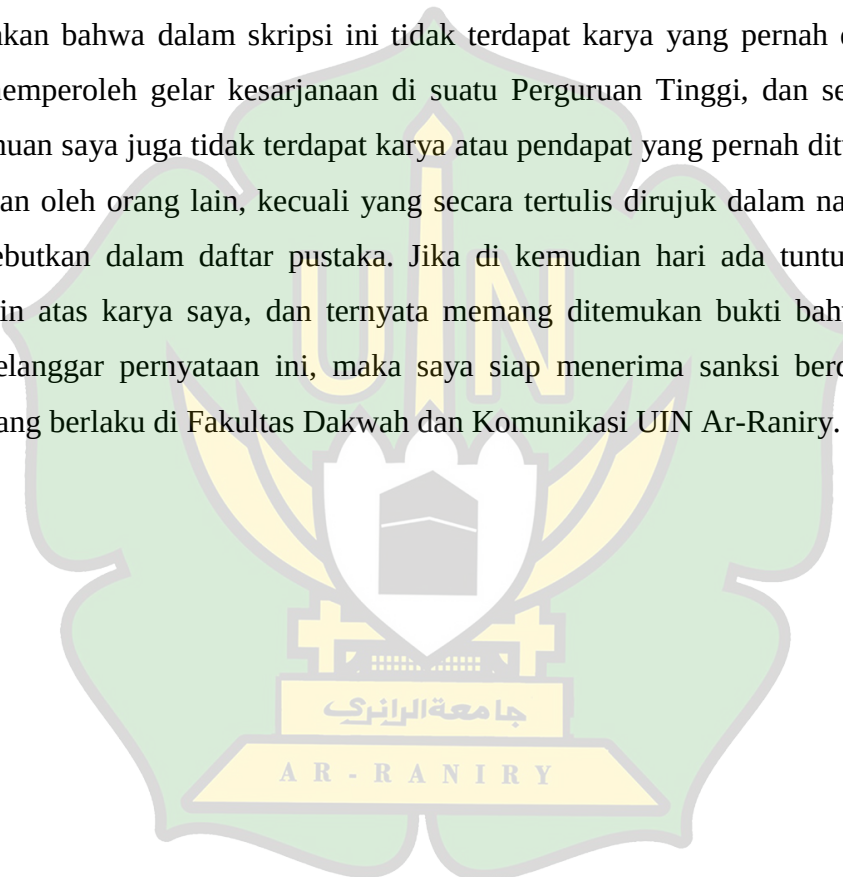


PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya bertanya bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Husna
NIM : 200402008
Jenjang : Stara Satu (S-1)
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.



Banda Aceh, Agustus 2025
Yang Menyatakan

Husna
NIM. 200402008

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil Alamin, segala puji bagi Allah yang Maha pengasih dan Maha penyayang, penulis mengucapkan syukur atas rahmat yang tak terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat beserta salam tidak lupa pula penulis sampaikan syukur kepada Nabi Muhammad Shalallahu alaihi wasallam yang telah membawa perubahan dari zaman kebodohan hingga ke zaman yang berilmu pengetahuan. Salah satu nikmat yang penulis syukuri yaitu dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai syarat untuk mendapatkan Gelar Sarjana Sosial (S. Sos) Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Negeri Ar-raniry Banda Aceh.

Adapun judul skripsi ini adalah **“Urgensi Pelayanan Konseling Islam dalam Mengurangi Kecemasan Pasien di Rumah Sakit Munyang Kute Redelong Bener Meriah”**.

Maksud dan tujuan penulisan skripsi ini yaitu untuk memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana pada prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Penulis menyadari dalam menyelesaikan skripsi ini tidak akan siap tanpa bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, karena penulis menyadari bahwa keterbatasan ilmu yang penulis miliki. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala rasa hormat, ketulusan dan kerendahan hati penulis, penulis ingin menyampaikan ungkapan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

Jutaan terimakasih kepada orang tua tercinta sosok yang begitu luar biasa dalam hidup penulis, yaitu kepada cinta pertama ayahanda Sofyandi dan pintu

surgaku ibunda Sarifah yang telah mendidik, dan selalu memberi dukungan serta berjuang tanpa adanya kata lelah dan putus asa, menjadi penyemangat penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Mereka tidak sarjana tetapi mampu menjadikan anaknya seorang sarjana. Serta kepada kakak Serina Yanti dan adik Zahra Arafah tersayang yang senantiasa mendengarkan dan memberikan motivasi dukungan, semangat serta do'a hingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir.

Selanjutnya kepada dosen pembimbing I bapak Dr. Arifin Zain, M.Ag. serta kepada Ibu Juli Andriyani, M.Si selaku pembimbing II yang telah banyak membantu, mengarahkan, membimbing, dan memberikan kontribusi yang sangat luar biasa dalam penyusunan dan penyempurnaan skripsi ini sampai selesai.

Kepada Ibu Prof. Dr. Kusumawati Hatta M,Pd. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, serta seluruh Civitas Akademika Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Kepada bapak Drs. H. Mahdi. NK,M.Kes selaku penasehat Akademik yang banyak memberikan kontribusi dan semangat bagi penulis. Kepada ibu Ismiati, S.Ag,M.Si,Ph.D ketua program studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

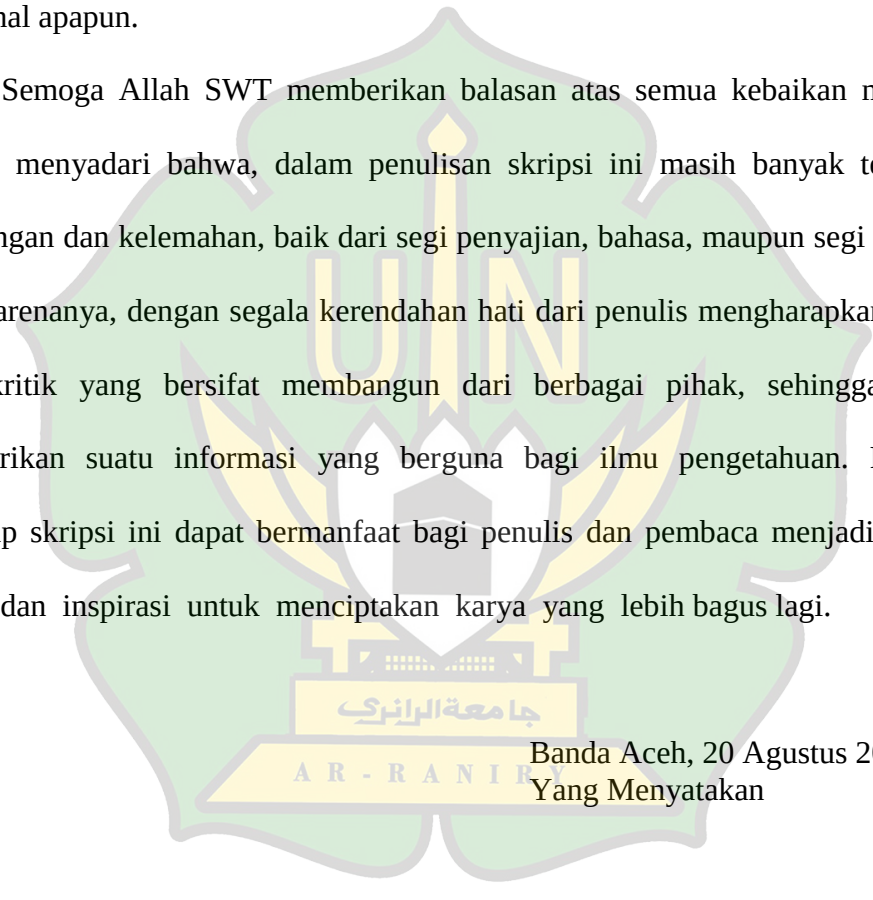
Kepada pihak RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah dan Dinas Syariat Islam Bener Meriah, yang sudah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

Kepada sahabat saya Muna, Sista Yulida dan teman-teman yang telah mensupport penulis dalam proses menyelesaikan Skripsi, juga kepada seluruh

teman-teman seperjuangan BKI angkatan 2020 yang telah memberi dukungan dan semangat kepada penulis.

Dan yang terakhir kepada diri saya sendiri, Husna. Terimakasih sudah terus berusaha dan bertahan sampai di titik ini, walau banyak keadaan yang membuat putus asa namun terimakasih karena memutuskan untuk tidak menyerah dalam hal apapun.

Semoga Allah SWT memberikan balasan atas semua kebaikan mereka. Penulis menyadari bahwa, dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan dan kelemahan, baik dari segi penyajian, bahasa, maupun segi materi. Oleh karenanya, dengan segala kerendahan hati dari penulis mengharapkan saran serta kritik yang bersifat membangun dari berbagai pihak, sehingga akan memberikan suatu informasi yang berguna bagi ilmu pengetahuan. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca menjadi bahan belajar dan inspirasi untuk menciptakan karya yang lebih bagus lagi.



Banda Aceh, 20 Agustus 2025
Yang Menyatakan

Husna
NIM. 200402008

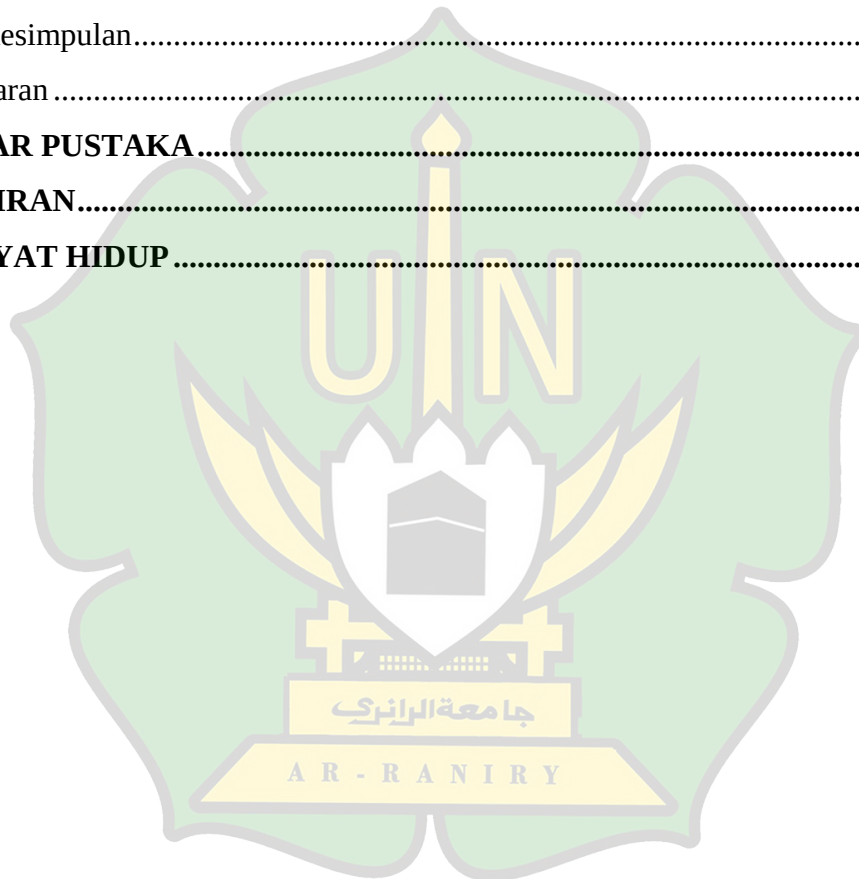
DAFTAR ISI

COVER

LEMBAR PERSTUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Penjelasan Konsep Penelitian.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	20
A. Penelitian Sebelumnya yang Relevan.....	20
B. Konsep Konseling Islam	23
1. Pengertian Konseling Islam	23
2. Tujuan dan Kegunaan Konseling Islam	25
3. Asas-asas Konseling Islam.....	27
4. Teknik-teknik Konseling Islam.....	31
5. Karakteristik Konseling Islam.....	34
C. Konsep Kecemasan	35
1. Pengertian Kecemasan	35
2. Jenis-jenis Kecemasan	36
3. Tingkat Kecemasan	39
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	41

5. Aspek-aspek Kecemasan.....	42
6. Cara Mengatasi Kecemasan	45
D. Pelayanan Konseling Islam dalam Mereduksi Kecemasan Pasien	45
1. Pengertian Pelayanan	45
2. Pelayanan dalam Padangan Islam	46
3. Bentuk-bentuk Layann Konseling Islam.....	48
BAB III METODE PENELITIAN	50
A. Jenis Pendekatan dan Penelitian.....	50
B. Fokus dan Ruang Lingkup Penelitian	51
C. Informan Penelitian	52
D. Teknik Pengumpulan Data.....	55
E. Teknik Analisis Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	61
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	61
1. Gambaran Umum dan Lingkungan RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah	61
2. Sejarah Singkat RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah	63
3. Fasilitas yang Tersedia di RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah.....	66
4. Visi dan Misi RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah.....	67
5. Struktur Organisasi RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah	69
6. Ruangan rawat Inap yang Tersedia di RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah	70
B. Hasil Penelitian.....	71
1. Tingkat kecemasan yang di alami oleh pasien di RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah.....	71
2. Pelayanan islami yang diberikan selama ini untuk pasien yang mengalami kecemasan di RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah.....	76

C. Pembahasan	81
1. Tingkat kecemasan yang di alami oleh pasien di RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah	82
2. Pelayanan islami yang diberikan selama ini untuk pasien yang mengalami kecemasan di RSUD Munyang Kute Redelong Bener Meriah	84
BAB V PENUTUP	87
A. Kesimpulan.....	87
B. Saran	88
DAFTAR PUSTAKA.....	90
LAMPIRAN.....	95
RIWAYAT HIDUP	106



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Data Pasien yang di Wawancarai di Ruang RPDW.....	70
Tabel 4.2	Data Pasien yang di Wawancarai di Ruang Intermediate	71



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Struktur Organisasi RSUD Munyang Kute Redelong..... 69



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: SK Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2: Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 3: Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Dinas Syariat Islam
- Lampiran 4: Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Rumah Sakit Mulyang Kute Redelong Bener Meriah
- Lampiran 5: Pedoman Wawancara
- Lampiran 6: Pedoman Observasi
- Lampiran 7: Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 8: Daftar Riwayat Hidup



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada zaman modern ini, pelayanan kesehatan telah menjadi salah satu aspek penting dalam kehidupan masyarakat. Rumah sakit sebagai institusi kesehatan utama memiliki peran penting dalam memberikan perawatan medis kepada pasien. Namun, kesehatan tidak hanya terbatas pada fisik semata, melainkan juga mencakup aspek psikologis, sosial, dan spiritual seseorang. Dalam konteks ini, pentingnya pelayanan konseling yang holistik dan komprehensif di rumah sakit menjadi semakin diperhatikan.

Mengingat pentingnya peran konseling Islam dalam mengurangi kecemasan pasien, rumah sakit seharusnya mulai mengintegrasikan layanan ini ke dalam sistem pelayanan kesehatan mereka. Ini tidak hanya akan menguntungkan pasien, tetapi juga akan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan secara keseluruhan.

Hal ini dapat dilihat ketika seseorang mengalami sakit parah hingga dirawat inap di rumah sakit dalam waktu yang cukup lama. Dalam kondisi ini, seseorang akan mengalami perubahan tidak hanya secara fisik, tetapi diikuti dengan perubahan kognitif (cara berpikir), afektif (cara berperilaku), motorik (gerak tubuh), dan psikososial. Orang yang tidak seimbang antara kognitif, afektif, motorik, dan psikososial akan mengalami rasa cemas. Jika hal itu tidak dikontrol dan dibiarkan mengikuti keinginannya sendiri, maka seseorang yang sakit akan mengalami proses penyembuhan fisik dalam waktu yang lebih lama. Selain itu,

dampak yang dirasakan juga bisa menimbulkan penyakit baru yang tidak memberikan kenyamanan pada fisik, seperti sakit kepala, sakit perut, pegal-pegal, nyeri badan, meriang, sulit tidur, mata berkunang-kunang, dan sebagainya.

Kecemasan merupakan hal yang wajar dan umum dialami setiap orang dalam kehidupannya. Namun, perasaan ini bisa berkembang menjadi sangat intens hingga mengganggu kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya. Kecemasan bukanlah hal asing karena sudah menjadi bagian dari perjalanan hidup manusia. Kondisi ini dapat berdampak pada aspek kejiwaan, fungsi tubuh, dan tingkah laku yang menghambat aktivitas keseharian. Kecemasan dapat didefinisikan sebagai rasa takut yang mendorong munculnya pola perilaku tertentu yang berdampak pada rutinitas harian seseorang.¹ Oleh karena itu, sangat penting untuk menyediakan layanan yang membantu pasien mengatasi kecemasan mereka.

Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan pasien adalah melalui layanan konseling islami. Konseling Islam menawarkan pendekatan yang komprehensif, menggabungkan aspek spiritual dan psikologis dalam proses penyembuhan. Dalam hal ini, konseling tidak hanya memusatkan perhatian pada isu psikologis, tetapi juga menghargai keyakinan dan nilai-nilai agama pasien, yang dapat menciptakan rasa nyaman dan ketenangan batin.

¹ Nyalakebaikan. *Hidup Tanpa Rasa Cemas*. Yogyakarta: Bright Publisher, 2022.

Sebagaimana firman Allah dalam Q.S Al-Baqarah 2 : 286

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ
أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ
لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya: Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebaskan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebaskan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir.²

Dalam pandangan Quraish Shihab, Allah Maha Pengasih dengan tidak memberikan ujian melebihi kapasitas hamba-Nya. Setiap orang akan menuai hasil sesuai dengan perbuatannya - kebaikan akan dibalas dengan kebaikan, dan keburukan akan mendapat konsekuensinya. Maka, setiap tantangan atau tugas yang dihadapi, sesusah apapun itu, sudah dipastikan masih dalam jangkauan kemampuan untuk mengatasinya. Hal ini menjadi fondasi utama dari konsep kepercayaan diri. Dengan kata lain, memiliki kepercayaan diri dapat dimaknai sebagai wujud keimanan kepada Allah SWT, yang telah menganugerahkan

² Departemen Agama RI, *Alquran dan Terjemahannya*, (Semarang: Toha Putra, 1989), hal, 421

berbagai potensi kepada manusia dan memberikan ujian yang selaras dengan potensi tersebut.³

Ayat ini menekankan bahwa Allah tidak akan memberikan beban kepada seseorang melebihi kemampuannya. Ini memberikan kenyamanan bagi individu yang merasa tertekan dan cemas, karena mereka diingatkan bahwa setiap ujian yang dihadapi adalah sesuatu yang dapat mereka tanggung. Ayat ini juga mengandung do'a yang diajarkan kepada umat Islam untuk meminta ampunan dan perlindungan dari Allah. Do'a ini mencerminkan kerendahan hati dan pengakuan atas kelemahan manusia, serta harapan untuk memperoleh rahmat dan pertolongan Allah. Ini sangat relevan bagi mereka yang mengalami kecemasan, karena mengingatkan kita untuk berserah kepada Allah dan mencari ketenangan melalui do'a. Hal ini menunjukkan bahwa pasien yang menerima konseling Islam sebelum menjalani prosedur medis mengalami penurunan tingkat stres dan kecemasan yang signifikan. Hal ini disebabkan oleh dukungan emosional dan spiritual dari konselor, yang membantu pasien merasa lebih tenang dan siap menghadapi tindakan medis yang akan datang. Dengan demikian, layanan konseling Islam dapat dianggap sebagai solusi efektif untuk mengurangi kecemasan pasien di rumah sakit.⁴

Konseling merupakan dukungan yang diberikan oleh seorang konselor kepada peserta didik dan anggota masyarakat lainnya. Fokusnya adalah membantu

³ M. Quraish Shihab, "*Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Quran*". Cetakan VI Juz 7. (Tangerang Selatan: Lentara Hati, 2011). Hal 285

⁴ Muhammad Fauzan Akbar, dkk. *Resiliensi Psikologis dalam Cobaan: Kajian Ilmiah Surat Al-Baqarah Ayat 286 dan Implikasinya dalam kehidupan*, Journal of Psychology Students Vol.3 No.1 (2024): 1-12

mereka mengembangkan potensi yang dimiliki, meningkatkan pemahaman akan diri sendiri, serta mengatasi berbagai permasalahan yang mungkin dihadapi. Melalui proses tersebut konselor berharap peserta didik dan masyarakat dapat memandu diri mereka sendiri dengan bertanggung jawab, sehingga tidak bergantung pada orang lain.⁵

Ditinjau dari segi bahasa, kata Islam berakar dari bahasa Arab yang berasal dari kata dasar yang memiliki makna keselamatan, kesejahteraan, dan kedamaian. Kata ini kemudian berkembang menjadi 'aslama' yang mengandung pengertian penyerahan diri dan memasuki kedamaian. 'Aslama' juga mengandung pengertian menjaga keselamatan dan kesejahteraan, serta bermakna berserah diri, mematuhi, dan mentaati. Dengan demikian, seseorang yang berserah diri, patuh, dan taat disebut sebagai muslim. Lebih jauh lagi, mereka yang berserah diri, patuh, tunduk dan taat kepada Allah akan memperoleh jaminan keselamatan baik dalam kehidupan dunia maupun akhirat.⁶

Maka dapat dipahami bahwa konseling islami (*al Irsyad al Islamy*) merupakan suatu bentuk bimbingan yang berlandaskan nilai-nilai Islam, yang bertujuan memberikan pencerahan dan arahan kepada mereka yang kehilangan arah. Bimbingan ini mencakup pemberian pertimbangan, sudut pandang, gagasan, pendekatan psikologis, dan nilai-nilai etika yang selaras dengan ajaran Islam. Seseorang dianggap tersesat ketika ia tidak berada di jalan yang benar, baik

⁵ Tri Wulandari, dkk, *Analisis Bimbingan Konseling Di Rumah Sakit*, Jurnal Muhafazah/Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Islam, Vol 4, N0 2, November 2023, Hlm 1-10

⁶ M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami : Suatu Pendekatan Konseling Religius di Tengah-Tengah Keragaman Pendekatan Konseling*, (Banda Aceh : Ar-Raniry Press, 2012), hal 9.

karena ketidaktahuan akan jalan yang benar, ataupun telah mengetahui namun terlanjur mengambil langkah yang keliru sehingga membutuhkan pengarahan ulang dalam perjalanan hidupnya. Melalui proses bimbingan konseling ini, diharapkan individu dapat memperkuat keyakinan, meningkatkan kesadaran diri, memperluas cara pandang, pemahaman, dan kesadaran untuk mengikuti jalan yang benar sesuai dengan tuntunan Islam.⁷

Umumnya orang mengetahui bahwa layanan bimbingan konseling hanya ada di lingkungan sekolah saja. Padahal masyarakat baik yang bekerja maupun tidak, juga membutuhkan bimbingan dan konseling dalam mengentaskan permasalahan yang terjadi atau yang mungkin terjadi pada mereka, termasuk mereka yang berada di lingkungan rumah sakit juga tidak terhindar dari berbagai macam permasalahan, salah satunya adalah faktor kecemasan.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang penulis lakukan dengan salah seorang perawat IF pada hari Rabu, tanggal 19 november 2024, pukul 09:25 di Rumah Sakit Muyang Kute bahwa pelayanan konseling islami di Rumah Sakit tersebut dilakukan oleh pihak syariat Islam yang pelayanannya dilakukan untuk pasien sakartul maut dan memberikan pelayanan seperti tata cara bertayamum. Di Rumah Sakit Muyang Kute Bener Meriah belum ada suatu lembaga atau pun layanan tentang konseling islami yang langsung dilakukan oleh pembimbing rohani islami melainkan saat ini perkerjaan itu dilakukan oleh petugas syariat Islam, sehingga ketika ada pasien yang mengalami ketakutan dan kecemasan tidak ada yang memberikan layanan konseling. Dengan mengalami ketakutan dan

⁷ M. Jamil Yusuf, *Model Konseling Islami...* hal 10.

kecemasan, maka akan memunculkan gangguan berpikir sehingga juga dapat mengalami gangguan bertindak. Karena jika terganggunya psikologis maka fisiologis juga terganggu, karena ini merupakan kesatuan. Oleh karena itu, pasien sangat membutuhkan kejernihan pikiran agar keterampilan atau keahliannya dalam mengatasi kecemasan itu bisa dilakukan secara optimal.

Kecemasan itu bisa mengenai siapa saja termasuk pasien, maka untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh pasien terdapat banyak pendekatan yang bisa digunakan, termasuk salah satunya konseling Islam. Disinilah pentingnya penggalan konsep konseling yang islami, yang menuntut kearah hidup yang sakinah, batin merasa tenang dan tentram karena selalu dekat dengan Allah SWT. Maka konseling Islam sesuai untuk diberikan bagi pasien yang mengalami kecemasan saat ini. Idealnya pasien tidak boleh cemas, namun kenyataannya menunjukkan bahwa masih banyak pasien yang mengalami kecemasan dan ini dikhawatirkan dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari mereka, termasuk pekerjaan, hubungan, dan aktivitas sosial mereka.

Oleh karena itu, maka dipandang penting untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan **“Urgensi Pelayanan Konseling Islam Dalam Mengurangi Kecemasan Pasien Di Rumah Sakit Muyang Kute Bener Meriah”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kecemasan pasien di Rumah Sakit Muyang Kute, Kecamatan Bukit, Kabupaten Bener Meriah?

2. Bagaimana pelayanan islami yang diberikan selama ini dalam mengurangi kecemasan pasien di Rumah Sakit Mulyang Kute, Kecamatan Bukit, Kabupaten Bener Meriah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan peneliti ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien di Rumah Sakit Mulyang Kute, Kecamatan Bukit, Kabupaten Bener Meriah.
2. Untuk menemukan pelayanan islami yang diberikan selama ini di Rumah Sakit Mulyang Kute, Kecamatan Bukit, Kabupaten Bener Meriah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis mencakup beberapa aspek penting yaitu untuk:

- a. Pengembangan teori konseling, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya teori konseling dengan menambahkan perspektif spiritual dan religius, khususnya dalam konteks Islam
- b. Sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam kesehatan mental, studi ini juga diharapkan dapat menjembati antara psikologi, kesehatan mental, dan studi agama, mendorong integrasi ilmu pengetahuan yang lebih luas dalam memahami pengaruh spiritualitas terhadap kesehatan sehingga dapat menambahkan literatur yang ada mengenai konseling,

terutama yang berfokus pada pendekatan berbasis agama dalam mengatasi kecemasan dan kesehatan mental.

- c. Meningkatkan pemahaman kecemasan, menggali lebih dalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan pasien dan bagaimana konseling islami dapat menjadi solusi, memperluas pemahaman teoritis tentang konteks medis.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagi rumah sakit, penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan program edukasi terkait kesehatan mental dan spiritual, meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya dukungan konseling dalam proses penyembuhan.
- b. Bagi pengawai rumah sakit, penelitian ini diharapkan dapat memperbaiki keterampilan komunikasi mereka dengan pasien melalui pendekatan konseling, yang membantu mereka lebih empatik dan responsif terhadap kebutuhan pasien
- c. Bagi pasien, penelitian ini diharapkan dapat membantu mengatasi kecemasan yang mereka alami melalui pelayanan konseling Islam, dan dapat merasa lebih baik secara keseluruhan, meningkatkan kualitas hidup mereka selama dan setelah perawatan.
- d. Bagi prodi, hasil penelitian ini diharapkan dapat mengintegrasikan materi tentang konseling Islam dan manajemen kecemasan dalam kurikulum, memperkaya pengetahuan tentang pendekatan multidisiplin.

E. Penjelasan Konsep Penelitian

1. Urgensi

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), urgensi diartikan sebagai keharusan yang mendesak/hal yang sangat penting.⁸ Dalam bahasa latin, kata urgensi berarti mendorong. Sementara dalam bahasa Inggris digunakan sebagai kata benda. Konsep urgensi merujuk pada hal-hal yang mendorong kita untuk segera menyelesaikannya, menandakan bahwa ada masalah yang perlu ditangani dengan cepat. Urgensi merupakan bentuk dasar dari kata “urgen” yang ditambahkan akhiran “i”, yang berarti sesuatu yang menjadi bagian atau memiliki peran utama sebagai unsur yang penting.⁹

Menurut penulis urgensi merupakan keadaan dimana suatu hal dianggap sangat penting dan membutuhkan perhatian, urgensi mendorong kita untuk bertindak dengan cepat dan efisien, sering kali mengutamakan hal-hal yang paling mendesak dibandingkan yang lain. Ini juga berkaitan dengan kemampuan kita dalam mengelola waktu dan sumber daya dengan baik, sehingga kita dapat mengatasi situasi yang memerlukan perhatian segera tanpa mengabaikan tanggung jawab lainnya.

⁸ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008).

⁹ Abdurrahman Saleh dan Muhib Abdul Wahab, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Kencana, 2004), hlm. 89.

2. Pelayanan Konseling Islam

a. Pengertian Pelayanan

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pelayanan diartikan sebagai usaha untuk memenuhi kebutuhan orang lain dengan memperoleh imbalan.¹⁰ Kata pelayanan mengalami pergeseran makna ketika ditambahkan beberapa imbuhan dalam bahasa Indonesia. Hal ini tidak dapat dihindari. Dari kata benda “pelayan”, yang berarti orang yang melayani, berubah menjadi kata kerja “melayani” yang berkaitan dengan pekerjaan, dan kemudian menjadi “pelayanan”.

Secara etimologis, pelayanan dapat dipahami sebagai usaha yang dilakukan untuk memudahkan orang lain atau pengguna jasa. Dengan demikian, pelayanan adalah kegiatan yang dilakukan oleh individu atau kelompok untuk memenuhi kebutuhan orang lain.¹¹

Layanan adalah tindakan dari satu pihak kepada pihak lain dengan tujuan untuk membantu atau memenuhi permintaan kebutuhan pihak lain. Oleh karena itu, layanan atau pelayanan secara umum menurut Purwadarminta, adalah penyediaan segala sesuatu yang dibutuhkan oleh orang lain.¹²

Pelayanan dalam konseling dapat diartikan sebagai program pelayanan bantuan yang dilaksanakan melalui kegiatan-kegiatan individu dan kelompok

¹⁰ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hal. 826

¹¹ Putri Impiyati, Lilis Saidah Napisah, *Pengaruh Pengetahuan Wajib Pajak dan Kualitas Pelayanan Perpajakan Terhadap Kepatuhan Wajib Pajak*, Jurnal Riset Akutansi dan Perbankan. Vol 16.No. 29. 2022. Hal 740-758

¹² Purwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1996) Hlm.245.

untuk membantu peserta didik menjalani kehidupan sehari-hari secara mandiri dan berkembang secara optimal, serta membantu mereka mengatasi masalah yang dihadapi.¹³

Menurut penulis pelayanan adalah proses memberikan bantuan, dukungan, atau fasilitas kepada orang lain dengan tujuan memenuhi kebutuhan, harapan, atau keinginan mereka. Pelayanan yang baik melibatkan aspek empati, komunikasi yang efektif, dan komitmen untuk memberikan pengalaman positif bagi penerima. Selain itu, pelayanan juga mencerminkan nilai-nilai seperti keandalan, tanggung jawab, dan keadilan yang berkontribusi pada kepuasan dan kepercayaan antara kedua belah pihak.

b. Pengertian Konseling

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), istilah konseling diartikan sebagai pemberian bimbingan oleh seorang ahli kepada individu dengan menggunakan metode psikologi dan lain-lain.¹⁴

Secara etimologis, *al-irsyad* berarti petunjuk, sedangkan *al-iltisarah* berarti meminta nasihat atau konsultasi. Konseling adalah layanan yang diberikan oleh konselor kepada klien untuk mengembangkan kemampuannya dalam mengatasi masalah dan merencanakan masa depan dengan memiliki

¹³ Alip Badrujama, *Teori dan Aplikasi Program Bimbingan Konseling*.(Jakarta: PT Indeks). Hlm.27.

¹⁴ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hal. 748

alternatif tindakan terbaik demi kebahagiaan didunia dan akhirat, dibawah naungan dan ridha Allah SWT.¹⁵

Sementara itu terkait dengan istilah konseling, secara etimologis, kata konseling berasal dari bahasa latin yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dikombinasikan dengan “menerima” dan “memahami”. Dalam terminologi, Anas Salahudin mendefinisikan konseling sebagai proses bantuan yang diberikan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis oleh seorang ahli yang telah dilatih khusus, dengan tujuan agar individu dapat memahami diri mereka, lingkungan mereka, serta dapat beradaptasi dengan lingkungan untuk mengembangkan potensi diri dan lingkungan secara optimal.¹⁶

Sedangkan menurut Prayitno dan Erman, konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli melalui wawancara konseling kepada individu yang menghadapi masalah. Proses ini bertujuan untuk membantu klien dalam mengatasi masalahnya secara langsung, agar klien dapat mengambil tanggung jawab atas berbagai persoalan yang dihadapinya.¹⁷ Sementara Menurut McClean, konseling merupakan suatu proses yang berlangsung dalam interaksi langsung antara individu yang mengalami masalah yang tidak bisa diselesaikannya sendiri dan seorang profesional, yaitu individu

¹⁵ Hamdani, *Bimbingan Dan Penyuluhan*, Bandung: (CV Pustaka Setia, 2012). Hlm:255.

¹⁶ Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Pustaka Setia, 2010), hal 13.

¹⁷ Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipata, 2005), hal.

yang terlatih dan berpengalaman dalam membantu orang lain menemukan solusi untuk berbagai kesulitan pribadi.¹⁸

Menurut *American School Counselor Association*, konseling adalah interaksi langsung yang bersifat rahasia, di mana konselor menunjukkan sikap penerimaan dan memberikan kesempatan kepada klien. Dalam proses ini, konselor memanfaatkan pengetahuannya untuk membantu memecahkan masalah yang dihadapi klien¹⁹. Sementara Menurut Cottle dan Downie, konseling adalah suatu proses di mana konselor membantu klien untuk memahami dan menerima informasi tentang dirinya serta interaksinya dengan orang lain, sehingga klien dapat membuat keputusan yang efektif terkait pilihan-pilihannya dalam hidup.²⁰

Menurut penulis, konseling dapat diartikan sebagai suatu proses interaktif dimana seorang konselor membantu individu atau klien untuk memahami dan mengatasi masalah yang dihadapinya. Dalam konseling, terdapat hubungan yang bersifat terbuka dan rahasia, dimana klien diberikan ruang untuk mengekspresikan perasaan dan pikirannya. Tujuan utama dari konseling adalah untuk membantu klien menemukan solusi, membuat keputusan yang lebih baik, dan meningkatkan kesejahteraan mental serta emosional.

¹⁸ Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling...* hal. 100

¹⁹ Mulyadi, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: Kencana, 2016). hal. 57

²⁰ Mulyadi, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*,,, hal 57

c. Islam

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Islam adalah agama yang diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW.²¹ Secara terminologi, pengertian Islam memiliki berbagai rumusan. Harun Nasution berpendapat bahwa Islam adalah agama yang ajarannya diwahyukan oleh Tuhan kepada umat manusia melalui Nabi Muhammad SAW sebagai Rasul. Pada dasarnya, Islam menyampaikan ajaran yang mencakup tidak hanya satu aspek, tetapi berbagai aspek kehidupan manusia.²²

Sedangkan menurut Syekh Mahmud Syaltut, pengertian Islam adalah agama Allah yang diwajibkan untuk mengajarkan prinsip-prinsip dan peraturannya kepada Nabi Muhammad SAW, serta menugaskannya untuk menyebarkan agama tersebut kepada seluruh umat manusia dan mengajak mereka untuk memeluknya.²³ Menurut Maulana Muhammad Ali Islam adalah agama yang mengedepankan perdamaian, dan dua ajaran utamanya, yaitu ke-Esaan Allah dan persatuan umat manusia, merupakan bukti nyata bahwa agama Islam benar-benar sejalan dengan namanya. Islam tidak hanya dianggap sebagai agama yang dianut oleh semua Nabi Allah, seperti yang disebutkan dalam beberapa ayat Al-Qur'an, tetapi juga mencakup segala sesuatu yang secara tidak sadar sepenuhnya tunduk kepada hukum Allah, yang dapat kita amati di alam semesta.²⁴

²¹ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hal. 565

²² Harun Nasution, *Islam di Tinjau Dari Berbagai Aspeknya*, Jilid I (Jakarta: UI Press, 1979), 1985), hlm. 24

²³ Endang Saifuddin Anshari, *Wawasan Islam Pokok-Pokok Pikiran tentang Paradigma dan Sistem Islam*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2004), cet. 1, hlm. 40.

Menurut penulis Islam adalah sebuah agama yang mengajarkan nilai-nilai perdamaian, keadilan, dan pengabdian kepada Allah. Ajaran-ajarannya bersumber dari wahyu yang diberikan kepada Nabi Muhammad SAW, yang menjadi pedoman bagi umat manusia dalam menjalani kehidupan. Islam menekankan pentingnya ke-Esaan Allah, serta hubungan yang harmonis antara manusia, baik dengan sesama maupun dengan lingkungan. Melalui praktik ibadah, etika, dan moralitas yang diajarkan, Islam bertujuan untuk membimbing individu menuju kehidupan yang lebih baik dan berkontribusi positif bagi masyarakat.

Konseling Islam adalah layanan yang memberikan dukungan kepada individu untuk mengembangkan potensi mereka, seperti pikiran, jiwa, dan keimanan, serta membantu mereka mengatasi masalah hidup secara mandiri sesuai dengan tuntutan Al-Qur'an dan sunnah Rasulullah SAW. Ini merupakan salah satu cara untuk membentuk manusia ideal yang sesuai fitrahnya. Melalui layanan konseling islami, berbagai dimensi dan potensi kemanusiaan dapat dijaga dari berbagai gangguan mental yang merugikan. Dengan demikian, layanan konseling islami menjadi kebutuhan penting bagi setiap individu dan masyarakat di era modern ini. Sebagai salah satu pendekatan konseling yang berlandaskan ajaran agama, konseling islami tentunya mengambil dasar ilmunya dari Al-Qur'an dan Hadits. Dalam memahami keberadaan manusia, konseling islami melihat secara menyeluruh, tanpa mengabaikan elemen penting seperti aspek spiritual. Aspek spiritual dalam konseling islami mencakup hal-hal yang

²⁴ Prof. Dr. H. Abuddin Nata, MA, *Metodologi Sudi Islam*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), cet. 19, hlm. 64.

berkaitan dengan jiwa, semangat, serta nilai-nilai keagamaan, keimanan, kesalehan, dan aspek trasendentalnya.²⁵

Jadi menurut penulis pelayanan konseling Islam adalah proses pendampingan yang dilakukan dengan pendekatan syariah untuk membantu individu dalam mengatasi masalah pribadi, emosional, atau spiritual. Dalam pandangan penulis, konseling ini tidak hanya berfokus pada aspek psikologis, tetapi juga mengintegrasikan nilai-nilai dan ajaran islam, seperti keimanan, akhlak, dan hubungan dengan Allah.

3. Kecemasan

Kecemasan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), adalah perasaan tidak tenang, khawatir, dan gelisah. Istilah cemas atau “anixenty” diambil dari bahasa inggris yang sepadan dengan kata “fear” yang berarti kecemasan atau ketakutan.²⁶ Kecemas merupakan gangguan psikologis yang bersifat normal dan dapat muncul kapan saja dan dimana saja. Perasaan cemas dapat timbul akibat adanya situasi yang perlu dihadapi atau diselesaikan.²⁷ Kecemasan dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia didefinisikan sebagai kekhawatiran, kegelisahan, dan ketakutan terhadap sesuatu yang akan terjadi,

²⁵ Muzaki, Agung Saputra. *Konseling Islami: Suatu Alternatif Bagi Kesehatan Mental*, Jurnal Profesional Empati dan Konseling Islam, Vol. 2. No. 2. Hlm 213-226

²⁶ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hal.274

²⁷ Sutardjo Wiramihardja, *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: Refika Aditama, 2005), hlm.66

yang juga berarti perasaan takut dan khawatir bahwa sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi.²⁸

Cemas berasal dari bahasa latin “anxius” dan dalam bahasa jerman “angst”, yang kemudian menjadi “anxiety” yang berarti kecemasan. Istilah ini digunakan oleh Frued untuk menggambarkan efek negatif dan keterangsangan.²⁹ Asosiasi Psikiatri Amerika (American Psychiatric Association) mendefinisikan kecemasan sebagai rasa takut, tegang, atau gelisah yang muncul dari antisipasi terhadap bahaya, yang sebagian besar sumbernya tidak diketahui.³⁰ Menurut Chaplin, kecemasan adalah perasaan yang terdiri dari campuran ketakutan dan keprihatinan tentang masa depan tanpa alasan tertentu untuk rasa takut tersebut.³¹ Corey juga menyatakan bahwa kecemasan adalah kondisi tegang yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu.³²

Menurut Maramis, kecemasan berbeda dari ketakutan. Kecemasan adalah perasaan yang tidak jelas atau ketidakpastian terhadap apa yang ditakuti. Kecemasan tidak terkait dengan suatu objek atau situasi tertentu, melainkan bersifat mengambang.³³ Sedangkan menurut Nevid, kecemasan (anxientas) adalah suatu kondisi yang mencerminkan perasaan bahwa sesuatu yang buruk

²⁸ Badudu-zain, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Sinar Harapan, 1996), hal. 56

²⁹ Darmanto Jatman, *Psikologi Jawa*, (Yogyakarta: Yayasan Bentang Budaya. Cet ke-2, 2000).

³⁰ Robert J Edelman, *Teori Kecemasan, Penelitian dan Intervensi dalam Psikologi Klinis dan Kesehatan*. (Chischester, Inggris: Jhon Wiley dan Sons Ltd, 1992)

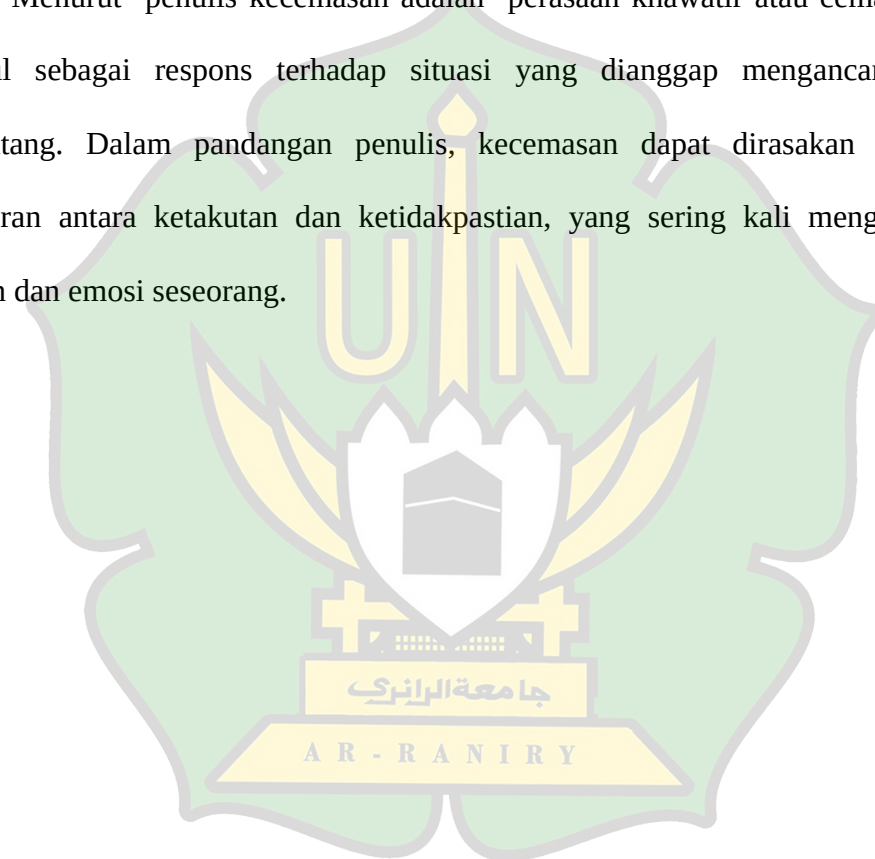
³¹ Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2002) hal. 32

³² Corey, Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Eresco. 1995) hal. 17

³³ Maramis, *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, (Surabaya: Airlangga University Press) hal. 107

akan segera terjadi.³⁴ Syamsu Yusuf dan Nurikshan berpendapat bahwa kecemasan pada dasarnya merupakan reaksi individu untuk menyadari adanya ancaman (threat) yang tidak pasti. Ancaman didefinisikan sebagai berbagai stimulus yang dapat memicu rasa takut, ketidakpercayaan, kegelisahan, atau ketidakberdayaan secara umum di otak.³⁵

Menurut penulis kecemasan adalah perasaan khawatir atau cemas yang muncul sebagai respons terhadap situasi yang dianggap mengancam atau menantang. Dalam pandangan penulis, kecemasan dapat dirasakan sebagai campuran antara ketakutan dan ketidakpastian, yang sering kali mengganggu pikiran dan emosi seseorang.



³⁴ Jefry S. Nevid, *Psikologi Abnormal*, terj. Tim Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, (Jakarta: Erlangga, 2005) hal. 163

³⁵ Syamsu dan Juntika Nurikshan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010) hal.258